

Versión preliminar. “Manual para personas facilitadoras” del Programa comunitario integral con enfoque educativo y de salud mental para niños, niñas y adolescentes familiares de personas desaparecidas del Estado de Coahuila, se encuentra en proceso de diseño, maquetación y publicación.



La Academia Interamericana de Derechos Humanos de la Universidad Autónoma de Coahuila se encargó del diseño y de la elaboración de este documento, producto del proyecto con clave 319174 financiado por el Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías (CONAHCYT).

Arteaga, Coahuila de Zaragoza, México

Irene Spigno

Dirección

Carlos Zamora Valadez

José Luis Valdés Rivera

Sofía Delgado Sánchez

Carlos Galván Gutiérrez

Alejandra Garza López

Equipo de investigación y redacción

Índice

Abreviaturas y siglas.....	6
I. Presentación.....	7
II. Introducción.....	7
III. Enfoques teóricos y metodológicos.....	9
1. Enfoque educativo.....	9
2. Enfoque de salud mental.....	11
IV. Niveles de intervención.....	13
1. Nivel de intervención individual.....	13
2. Nivel de intervención familiar.....	13
3. Nivel de intervención comunitaria.....	13
V. Objetivos y orientaciones para la intervención comunitaria.....	14
VI. Perfil de persona facilitadora.....	15
VII. Estructura de las intervenciones.....	19
VIII. Etapa de diagnóstico de necesidades psicoeducativas de niños, niñas y adolescentes familiares de personas desaparecidas.....	20
IX. Primera etapa de intervención.....	28
X. Segunda etapa de intervención.....	54
XI. Evaluación y seguimiento de las acciones.....	77
XII. Referencias bibliográficas.....	80

Abreviaturas y siglas.

AIDH	Academia Interamericana de Derechos Humanos
CEAV	Comisión Ejecutiva de Atención a Víctimas del Estado de Coahuila de Zaragoza
CONAHCYT	Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología
NNA	Niños, Niñas y Adolescentes
PROFADE	Programa de Atención Integral a Familiares de Personas Desaparecidas
PRONACES	Programas Nacionales Estratégicos
PRONAI	Proyectos Nacionales de Investigación e Incidencia
RNPDNO	Registro Nacional de Personas Desaparecidas y No Localizadas
Tcc	Teoría Cognitivo-Conductual

I. Presentación

El presente manual del facilitador del *Programa comunitario integral con enfoque educativo y de salud mental para niños, niñas y adolescentes familiares de personas desaparecidas* es resultado de la aplicación exitosa de este programa por parte de diversas instituciones, tales como la Academia Interamericana de Derechos Humanos (AIDH) de la Universidad Autónoma de Coahuila, la Comisión Ejecutiva de Atención a Víctimas del Estado de Coahuila de Zaragoza (CEAV Coahuila), la Universidad Carolina y la Universidad Vizcaya de las Américas y llevado a cabo gracias al financiamiento de los Proyectos Nacionales de Investigación e Incidencia (PRONAI) como parte de los Programas Nacionales estratégicos (PRONACES) del Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología (CONAHCYT).

Este proyecto, encaminado al bienestar integral de todas las personas participantes, tiende un puente hacia el alcance de la justicia social y restaurativa de las y los familiares de personas desaparecidas, sembrando en ellos la semilla de la abogacía por sus derechos humanos a través del fortalecimiento de sus colectividades.

A través de este manual, los facilitadores encontrarán una guía detallada para ejecutar cada actividad realizada en el Programa, incluyendo objetivos, materiales necesarios y metodologías de intervención. Cada metodología cuenta con ejercicios de intervención académica, los cuales fueron obtenidos de diversos sitios de internet orientados a difundir material educativo¹.

Este producto busca proporcionar herramientas a los facilitadores para que, mediante su compromiso y profesionalismo, puedan brindar a los participantes no solo un espacio de aprendizaje y crecimiento, sino un entorno de contención y seguridad donde puedan expresar sus emociones y aspiraciones, logrando una mejora sustancial en su calidad de vida y en la de sus familias, entregando también muestras de confianza, empatía y resiliencia.

II. Introducción

El Estado de Coahuila enfrenta una grave crisis de desapariciones (Zamora Valadez 2022: 79), con 3,574 personas desaparecidas, cantidad actualizada al 19 de noviembre de 2024². Esta problemática

¹ Dichos ejercicios están inspirados en el manual de facilitador *Taller jugando nos acompañamos*, del Comité Internacional de la Cruz Roja, disponible en:

https://www.icrc.org/sites/default/files/document/file_list_taller_jugando_nos_acompanamos_digital.pdf

² Cifra obtenida del Registro Nacional de Personas Desaparecidas y No Localizadas (RNP/NDNO), disponible en: <https://versionpublicar.npdno.segob.gob.mx/Dashboard/ContextoGeneral>.

no solo afecta a la persona desaparecida, sino que tiene profundas repercusiones sociales y familiares, vulnerando una amplia gama de derechos (Spigno y Galván Gutiérrez 2024: 344).

De acuerdo con la jurisprudencia de la Corte Interamericana de Derechos Humanos³, la desaparición forzada coloca a la víctima en un estado de completa indefensión, lo que genera múltiples violaciones conexas, afectando tanto a la persona desaparecida como a sus seres queridos.

En respuesta a esta problemática, se ha implementado el Programa comunitario, un proyecto de investigación-acción liderado por un equipo multidisciplinario de profesionales e instituciones. Este programa se desarrolló en el Estado de Coahuila de Zaragoza con financiamiento del Consejo Nacional de Humanidades, Ciencias y Tecnologías (CONAHCYT), como parte de los Programas Nacionales de Investigación e Incidencia seleccionados en la convocatoria 2021-2024. El objetivo principal de este programa es contribuir a la seguridad humana, enfocándose en el apoyo integral a las familias de personas desaparecidas desde la perspectiva educativa y de salud mental.

El Programa comunitario es coordinado por la Academia Interamericana de Derechos Humanos de la Universidad Autónoma de Coahuila, y cuenta con la colaboración de diversas instituciones, como la Comisión Ejecutiva Estatal de Atención a Víctimas del Estado de Coahuila de Zaragoza (en adelante CEAV Coahuila), la Universidad Carolina, la Universidad Vizcaya de las Américas, así como representantes de colectivos de familiares de personas desaparecidas.

Este proyecto tiene su origen en los resultados del Diagnóstico de necesidades del Programa de Atención Integral a Familiares de Personas Desaparecidas (PROFADE), actualizado en 2019 por la Academia IDH y la CEAV Coahuila, que reveló las principales problemáticas que enfrentan las familias afectadas por la desaparición de seres queridos.

Uno de los hallazgos más significativos de la actualización del Diagnóstico fue la identificación de importantes necesidades en materia de salud mental y educación para niños, niñas y adolescentes de entre seis y diecisiete años, familiares de personas desaparecidas. Además, se constató que las regiones Norte y Laguna de Coahuila presentan el mayor número de casos de desapariciones, lo que llevó a focalizar los esfuerzos del Programa en estas áreas.

El objetivo central de este Programa comunitario es diseñar e implementar un plan de atención integral que aborde las necesidades psicológicas y educativas de las infancias y personas adultas, a través de diagnósticos individualizados e intervenciones contextualizadas.

Durante la primera etapa del proyecto, el equipo de investigación se desplazó a las regiones Norte y Laguna, donde, a lo largo de jornadas de tres días en cada región, se realizaron entrevistas con las personas cuidadoras y se llevaron a cabo diagnósticos individuales con los niños, niñas y adolescentes (en adelante NNA). Estos diagnósticos permitieron obtener información cuantitativa y cualitativa crucial sobre su estado de salud mental y sus necesidades educativas.

³ De acuerdo con sentencias como la del caso Alvarado Espinoza y otros vs. México, de 28 de noviembre de 2018, disponible en: https://www.corteidh.or.cr/docs/casos/articulos/seriec_370_esp.pdf.

En la segunda etapa del Programa, con base en los resultados de los diagnósticos, se implementaron sesiones de trabajo enfocadas en fortalecer habilidades de lectoescritura y matemáticas, al tiempo que se brindaron herramientas para que los menores puedan reconocer y expresar sus emociones, y defender sus derechos, teniendo como objetivo el mitigar las dificultades que este grupo en situación de vulnerabilidad enfrenta cotidianamente.

De manera paralela, se trabajó con personas cuidadoras de las NNA, proporcionándoles espacios para la descarga emocional, así como formación en habilidades para la vida y el ejercicio de sus derechos humanos, buscando impactar en los núcleos familiares de manera holística, promoviendo el bienestar tanto de los menores como de los adultos a su cargo.

Finalmente, en la tercera etapa, se pudo dar cierre a las intervenciones educativas, identificando los resultados obtenidos a través de pruebas finales que cotejaron los avances producidos en los grupos a lo largo de las etapas anteriores. De la misma manera, se contó con acciones que permitieron brindar cohesión colectiva como el desarrollo del mural comunitario “Amar es buscar” y la excursión “Buscando nuestros tesoros”.

Con estos antecedentes, el Programa comunitario se erige como una iniciativa de gran relevancia, no solo por su enfoque multidisciplinario y territorial, sino también porque representa una respuesta concreta y humana a las demandas urgentes de las familias afectadas, garantizando la protección y promoción de los derechos humanos en un contexto tan adverso y doloroso, contribuyendo de manera significativa a la seguridad humana y al bienestar de las comunidades más vulnerables de Coahuila.

III. Enfoques teóricos y metodológicos del Programa comunitario

Con la finalidad de atender, de manera integral, a las personas participantes del Programa comunitario, se han establecido dos enfoques integrales para su desarrollo, siendo estos el enfoque educativo y el enfoque de salud mental.

1. Enfoque educativo

El Programa comunitario se fundamenta en teorías y enfoques educativos que promueven el aprendizaje significativo y el desarrollo emocional de niños, niñas y adolescentes en situaciones adversas. Partiendo de un enfoque interdisciplinario, el Programa incorpora elementos de teorías del desarrollo socioemocional, la educación liberadora, y los derechos humanos, en un marco de apoyo comunitario que potencia la resiliencia y la integración social de los participantes.

a) Aprendizaje significativo y educación liberadora.

En el marco de este Programa, las actividades educativas están diseñadas para que los NNA relacionen los conceptos académicos con sus propias experiencias y emociones, facilitando un aprendizaje relevante y transformador en distintos niveles. Al abordar temas como la lectura, el razonamiento matemático y los derechos humanos, el Programa facilita el desarrollo de competencias fundamentales que contribuyen a mejorar las habilidades de los NNA para la vida y su sentido de confianza, elementos clave para su integración en el ámbito escolar.

Este Programa busca empoderar a los participantes mediante el conocimiento de sus derechos, promoviendo su capacidad para cuestionar y transformar situaciones de vulnerabilidad, como el estigma y la discriminación, en el ámbito educativo y social.

b) Enfoque de Derechos Humanos⁴.

Desde la perspectiva de los derechos humanos, el Programa incorpora actividades y talleres orientados a que las niñas, niños, adolescentes y personas cuidadoras conozcan y reivindiquen sus derechos fundamentales, dotándolos de un sentido de agencia y pertenencia que fomenta su integración social y comunitaria.

El enfoque de derechos humanos también reconoce la necesidad de desarrollar una cultura de paz y respeto mutuo entre los participantes, incluyendo tanto a los NNA como a sus cuidadores. De esta forma, el Programa refuerza el entendimiento y ejercicio de derechos individuales y colectivos, promoviendo en las infancias y adolescencias una participación sustancial y consciente en la defensa de sus derechos y en la construcción de una identidad positiva y resiliente.

c) Enfoque multidisciplinario.

El Programa comunitario, subraya la importancia de los diversos contextos sociales -familia, escuela y comunidad en los que se desarrollan los NNA, y cómo estos influyen en su crecimiento emocional y académico.

Al implementar un enfoque multidisciplinario, el Programa se vale de la colaboración entre personal jurídico y de instituciones gubernamentales, profesionales de la educación y de salud mental, para atender de manera integral las necesidades de las y los familiares de personas desaparecidas.

El Programa establece sesiones y dinámicas grupales con los NNA y sus cuidadores para crear redes de apoyo que fomenten la comunicación, la empatía y el respeto en sus relaciones familiares y sociales.

Este enfoque holístico, el cual concibe al ser humano como un ente multidimensional (Gluyas Fitch, Rosa Isela *et al.* 2015: 5) asegura que los participantes reciban el respaldo necesario para su

⁴ Este enfoque se estructuró tomando como guía el contenido de la revista Cultura de paz, igualdad y derechos humanos: Repensar lo humano, disponible en https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2024-01/PG_014.pdf.

desarrollo integral, fortaleciendo su capacidad para interactuar de manera positiva en los diversos entornos donde se desenvuelven.

2. Enfoque de Salud Mental.

El Programa comunitario aborda la salud mental de niños, niñas, adolescentes y sus personas cuidadoras mediante un enfoque centrado en la psicología cognitivo-conductual, que integra teorías de aprendizaje social, regulación emocional y autoeficacia.

Este enfoque permite abordar los efectos emocionales y psicológicos derivados de la desaparición de un ser querido, fomentando en las personas participantes habilidades para la resiliencia, el autocuidado y la construcción de una identidad saludable.

Si bien es importante mencionar que las técnicas de intervención, aplicadas durante el desarrollo de las sesiones, corresponden a dicho enfoque, las pruebas aplicadas tanto en la etapa de diagnóstico como en evaluaciones posteriores pueden pertenecer a diversas corrientes psicológicas, las cuales fueron seleccionadas tomando en cuenta la pertinencia y relevancia de la información que estas proporcionan.

a) Teoría Cognitivo-Conductual.

La teoría cognitivo-conductual (en adelante TCC) se centra en cómo los pensamientos y comportamientos afectan las emociones y el bienestar psicológico, y es un enfoque particularmente relevante en contextos de trauma y pérdida.

Las intervenciones de este programa utilizan técnicas de la TCC para ayudar a los NNA y sus cuidadores a identificar y reestructurar estos pensamientos, permitiendo una forma de pensar más realista y empoderadora que mejora su bienestar emocional.

Este enfoque incluye el uso de técnicas de reestructuración cognitiva, que ayudan a los NNA a desafiar pensamientos negativos y desarrollar perspectivas más constructivas sobre sus capacidades y su entorno. Además, el Programa incorpora entrenamiento en habilidades conductuales, como la autoafirmación y la resolución de problemas, esenciales para que los participantes enfrenten situaciones difíciles de manera saludable y constructiva.

b) Modelado de comportamientos y emociones.

Durante las actividades grupales, las personas facilitadoras y cuidadoras demuestran formas efectivas de afrontar el estrés, facilitando que los NNA internalicen estas conductas como parte de su propio repertorio de afrontamiento. El modelado de comportamientos positivos también ayuda a las personas cuidadoras a mejorar sus habilidades de autocuidado, lo cual es crucial para mantener su propia salud mental mientras asumen su rol de apoyo para los NNA.

c) Enfoque en regulación emocional y autoeficacia.

La regulación emocional es central para el desarrollo psicológico de las infancias, particularmente en entornos de alto estrés y adversidad. Este Programa proporciona a los NNA herramientas para identificar y expresar sus emociones, desarrollar habilidades de autoafirmación y construir una narrativa positiva sobre sí mismos, factores que fomentan la autoeficacia.

La práctica de autoafirmaciones y ejercicios de reconocimiento emocional permiten a los participantes reforzar sus habilidades para enfrentar emociones difíciles y desarrollar una visión positiva de sí mismos. Estos ejercicios facilitan la auto regulación y reducen la ansiedad, el estrés y el miedo, emociones comunes en quienes han experimentado la desaparición de un familiar.

d) Intervención en psicología familiar.

Las intervenciones familiares dentro del Programa fomentan una relación de apego seguro al capacitar a las personas cuidadoras en habilidades de apoyo emocional, manejo del duelo y comunicación positiva. Este enfoque les permite proporcionar un entorno más estable y seguro, lo cual facilita el desarrollo emocional saludable de los NNA.

Las actividades de psicoeducación para las personas cuidadoras se enfocan en el manejo de sus propias emociones, en la práctica de autocuidado y en el reconocimiento de la importancia de sus reacciones emocionales al interactuar con los NNA.

e) Fortalecimiento de la resiliencia y construcción de redes de apoyo.

La resiliencia, definida como la capacidad de adaptarse y superar la adversidad⁵, es un componente esencial en el bienestar psicológico de los NNA afectados por la desaparición de familiares. Los factores de apoyo, como una relación estable con personas cuidadoras, son determinantes para que las infancias superen experiencias significativas en la vida.

El Programa crea una red de apoyo que incluye a las personas facilitadoras, cuidadoras y a compañeros del grupo, fortaleciendo así el sentido de pertenencia y seguridad.

Las sesiones grupales, en las cuales los NNA y personas cuidadoras comparten experiencias y estrategias de afrontamiento, permiten que los participantes se sientan acompañados y comprendidos en su proceso. Este entorno de apoyo fortalece las habilidades de afrontamiento y proporciona un espacio donde las y los participantes pueden construir una narrativa de esperanza y propósito.

f) Intervención de Terapia Cognitivo-Conductual en el duelo.

El Programa incorpora técnicas de terapia cognitivo-conductual adaptadas al proceso de duelo, que ayudan a los NNA y a personas cuidadoras a afrontar las emociones de tristeza y ansiedad de manera saludable. Las actividades de *escritura terapéutica* y *expresión artística* permiten a los

⁵ Definición obtenida de la American Psychological Association., disponible en: <https://www.apa.org/topics/resilience/camino>.

participantes explorar y comunicar sus emociones en torno a la pérdida, promoviendo una aceptación gradual y una adaptación saludable.

IV. Niveles de intervención

El Programa comunitario se organiza en tres niveles de intervención psicológica que buscan un apoyo integral para niños, niñas, adolescentes y sus cuidadores en un contexto de pérdida y duelo. Cada nivel se construye sobre principios de apoyo emocional, fortalecimiento de habilidades y participación comunitaria, en un enfoque que avanza desde lo individual hasta lo colectivo.

1) Nivel de intervención individual.

Este nivel está orientado a brindar apoyo personalizado a los NNA a través de técnicas de regulación emocional y apoyo académico. Se utilizan herramientas de la terapia cognitivo-conductual para ayudarles a comprender y gestionar sus emociones, mientras que el refuerzo académico busca asegurar su desarrollo cognitivo y educativo, especialmente en situaciones de vulnerabilidad y estrés.

2) Nivel de intervención familiar

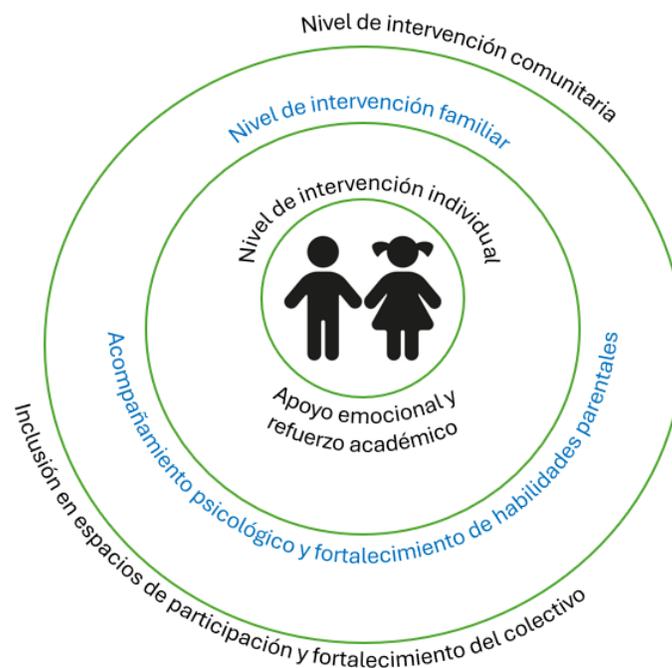
El segundo nivel involucra a las personas cuidadoras, quienes reciben acompañamiento psicológico y formación en habilidades parentales. La intervención familiar tiene como objetivo fortalecer las relaciones intrafamiliares, promoviendo un ambiente emocionalmente seguro donde los NNA puedan sentirse apoyados y comprendidos. Se realizan actividades que fortalecen las habilidades parentales para manejar el duelo y otras emociones complejas.

3) Nivel de intervención comunitaria

En el nivel comunitario, el Programa promueve la inclusión de los NNA y sus personas cuidadoras en actividades grupales y espacios de participación sustantiva. A través de talleres comunitarios y redes de apoyo, se busca construir un colectivo resiliente y solidario.

Este nivel de intervención refuerza la identidad y el sentido de pertenencia de las y los participantes, permitiéndoles compartir experiencias, recibir apoyo y fortalecer sus habilidades sociales en un entorno seguro.

Cada uno de estos niveles está diseñado para responder a las necesidades específicas de quienes participan, abordando los desafíos que enfrentan tanto a nivel individual como en su contexto familiar y comunitario. Este enfoque integrado facilita una intervención más efectiva, que contribuye al bienestar emocional, la cohesión familiar y el fortalecimiento del tejido social comunitario.



V. Objetivos y orientaciones para la intervención comunitaria

Partiendo de las necesidades de atención en ámbitos educativos y de salud mental de las niñas, niños y adolescentes familiares de personas desaparecidas, se han propuesto como objetivos de intervención los siguientes:

- 1) Ofrecer atención psicológica individualizada a NNA familiares de personas desaparecidas, con especial atención a sus necesidades específicas en las áreas de salud mental y bienestar emocional.
- 2) Brindar atención psicológica a cada grupo familiar al que pertenecen los NNA familiares de personas desaparecidas con la finalidad de fortalecer y propiciar estabilidad en sus núcleos familiares.
- 3) Incorporar a la comunidad a las y los NNA familiares de personas desaparecidas mediante actividades de integración que den visibilidad a la problemática de la desaparición y promuevan un entorno de aceptación y resiliencia.
- 4) Regularizar el desempeño académico de las y los NNA a través de sesiones personalizadas que fortalezcan sus habilidades en lectoescritura y matemáticas, así como sus competencias en relación con los derechos humanos.

5) Asegurar el acceso a servicios educativos sin discriminación para los grupos familiares de las y los NNA, mediante la gestión de apoyos y colaboraciones con dependencias del Estado y otras organizaciones.

6) Para lograr los objetivos establecidos, se deben considerar las siguientes orientaciones durante la intervención:

a) Crear un ambiente seguro y de respeto, fomentando una atmósfera en la que los participantes se sientan valorados y respetados, lo cual es fundamental para que puedan expresar sus emociones y construir relaciones de confianza.

b) Adaptar las actividades a las edades y capacidades de las personas participantes. Las intervenciones incluyen dinámicas diferenciadas para grupos de diferentes edades. Es crucial contar con ajustes razonables en las actividades de acuerdo con las características individuales de los NNA y sus personas cuidadoras.

c) Incluir actividades grupales que faciliten el diálogo, la colaboración y el fortalecimiento de redes de apoyo entre infancias y personas cuidadoras.

d) Aplicar evaluaciones periódicas y diagnósticos para ajustar las actividades y responder a las necesidades cambiantes de cada participante, garantizando así la eficacia de las intervenciones.

VI. Perfil de persona facilitadora

Con la finalidad de lograr los objetivos del Programa comunitario, se ha construido un perfil de quienes integran el equipo de personas facilitadoras, con base en sus papeles específicos:

1. Psicóloga o psicólogo.

La persona psicóloga es la facilitadora principal en el ámbito de la salud mental y el apoyo emocional. Su función será acompañar a las personas participantes en procesos de duelo, fortalecimiento de la autoestima y manejo de emociones, utilizando herramientas de la terapia cognitivo-conductual y otros enfoques psicológicos relevantes.

- **Competencias y responsabilidades:**

a) Brindar apoyo emocional y psicológico a niños, niñas, adolescentes y personas cuidadoras de manera personalizada, ayudándoles a procesar el duelo y desarrollar habilidades de regulación emocional.

b) Ofrecer orientación y formación a las personas cuidadoras en habilidades de afrontamiento y comunicación emocional, creando un entorno seguro y estable para los menores.

c) Dirigir sesiones de grupo en las que se promueva la expresión emocional y la resiliencia, favoreciendo la construcción de una red de apoyo entre los participantes.

d) Realizar evaluaciones psicológicas periódicas para medir el progreso de las personas participantes en cuanto a su bienestar emocional y realizar ajustes en las intervenciones según sea necesario.

e) Mantener un enfoque ético y respetuoso, asegurando la confidencialidad y el respeto a la dignidad de cada participante.

▪ **Habilidades y cualidades:**

a) Empatía y sensibilidad hacia el duelo y el dolor emocional de las personas participantes.

b) Conocimientos sólidos en técnicas de intervención cognitivo-conductual y en manejo de emociones.

c) Habilidad para trabajar en equipo y coordinarse con otras personas facilitadoras.

d) Capacidad para identificar y responder a las necesidades emocionales de las y los participantes de forma oportuna y eficaz.

2. Persona educadora.

La persona educadora facilita el proceso de aprendizaje y refuerzo académico de las y los participantes, contribuyendo a su desarrollo cognitivo y proporcionando apoyo en el ámbito educativo. Su trabajo ayuda a mejorar el rendimiento académico y a promover el desarrollo de habilidades sociales.

▪ **Competencias y responsabilidades:**

a) Brindar apoyo académico a las infancias y adolescencias, adaptando las enseñanzas a sus necesidades particulares y motivándoles a desarrollar su potencial académico.

b) Diseñar y llevar a cabo talleres que promuevan habilidades sociales, trabajo en equipo y comunicación efectiva, fomentando la integración de las y los participantes en su entorno escolar.

c) Apoyar, a las personas participantes, a desarrollar una imagen positiva de sí mismas, especialmente a quienes han enfrentado dificultades en su desempeño académico debido a su situación emocional.

d) Trabajar en conjunto con la psicóloga para identificar y abordar cualquier necesidad emocional que interfiera en el aprendizaje.

- **Habilidades y cualidades:**

- a) Experiencia en pedagogía y manejo de grupos de niños y adolescentes.

- b) Paciencia y capacidad de motivar a estudiantes con distintos niveles de desempeño.

- c) Habilidad para adaptar contenidos académicos de manera inclusiva y accesible para cualquier estilo de aprendizaje.

- d) Sensibilidad ante las dificultades emocionales que afectan el aprendizaje de las y los participantes.

3. Personal jurídico

El personal jurídico interviene en las sesiones con los NNA y personas cuidadoras, para asegurar que se otorgue el enfoque de derechos humanos al trabajo que se realiza con quienes participan en el Programa. Además del acompañamiento que se brinda a las infancias y adolescencias para el manejo de sus emociones y su rendimiento académico, la participación de abogadas y abogados es importante para el desarrollo del Programa por el uso de algunos conceptos específicos que deben comprenderse por los NNA y personas adultas con quienes se trabaja.

- **Competencias y responsabilidades:**

- a) Contar con un conocimiento adecuado respecto a conceptos que se relacionan con los derechos humanos, especialmente aquellos que se vulneran a raíz de la desaparición de personas.

- b) Elaboración de consentimientos informados, para los que se pide la firma de las personas adultas, con la finalidad de poder recabar material audiovisual de las sesiones de trabajo donde se incluya a menores de edad con quienes se realicen las actividades del Programa.

Así mismo, elaboración de avisos de privacidad, que deberán ser firmados por el equipo multidisciplinario, mediante los cuales se comprometan a utilizar la información recabada de las sesiones únicamente para fines del Programa, sin difundir material sensible en redes sociales personales y otros medios.

- c) Brindar apoyo logístico al equipo multidisciplinario durante las sesiones, que puede consistir en llevar control de listas de asistencia, identificadores y demás material administrativo.

d) Resolver dudas jurídicas que puedan plantear los NNA o las personas adultas, en relación con la investigación, la búsqueda de personas desaparecidas, o sus procesos penales por la desaparición de su familiar.

e) Procurar la eliminación de la brecha que, en ocasiones, existe entre familiares de personas desaparecidas y abogados, y que exista un trabajo conjunto con apertura para resolver dudas.

f) Asegurar, al término del Programa comunitario, que las infancias, adolescencias y personas adultas con quienes se haya trabajado, tengan un entendimiento adecuado sobre los derechos humanos y las formas de protegerlos.

- **Habilidades y cualidades:**

a) Sensibilización ante la problemática de la desaparición de personas, y apertura al momento de resolver dudas y explicar conceptos jurídicos.

b) Facilidad para hablar con un lenguaje sencillo y libre de formalismos innecesarios, que sea entendible por las infancias, adolescencias y personas adultas con las que se trabaja.

c) Capacitación en temas de infancias, derechos humanos y género.

d) Apertura y disposición para trabajar con personas de otras disciplinas, en específico la psicología y la educación.

4. Personas voluntarias

La persona voluntaria es un apoyo fundamental en el Programa comunitario, contribuyendo en actividades de integración, logística y acompañamiento. Su función es apoyar tanto a las personas facilitadoras como a participantes, promoviendo un ambiente amigable y de confianza.

- **Competencias y responsabilidades:**

a) Apoyar en la organización y ejecución de actividades comunitarias y recreativas que favorezcan la cohesión grupal y el sentido de pertenencia entre las personas participantes.

b) Colaborar en la preparación de materiales, organización de espacios y seguimiento de las actividades programadas, asegurando que las sesiones se desarrollen de manera fluida.

c) Contribuir a la creación de redes de apoyo entre las personas participantes y promover la interacción entre personas cuidadoras, fomentando el intercambio de experiencias y el apoyo mutuo.

d) Apoyar al educador y al psicólogo en actividades específicas de refuerzo, como acompañar a los NNA en ejercicios prácticos o en actividades lúdicas que fortalezcan la autoestima.

e) Participar activamente en la sensibilización de la comunidad y en la difusión del Programa, ayudando a establecer una mayor conexión con el entorno comunitario.

- **Habilidades y cualidades:**
 - a) Compromiso con el bienestar de los participantes y sensibilidad ante las situaciones de vulnerabilidad.
 - b) Proactividad y disposición para colaborar en tareas diversas dentro del Programa.
 - c) Habilidad para establecer relaciones de confianza y apoyo mutuo con participantes y otras personas facilitadoras.
 - d) Adaptabilidad y capacidad para trabajar en ambientes dinámicos y con distintos perfiles de personas.

VII. Estructura de las intervenciones

El Programa comunitario tiene una duración total de diez intervenciones divididas en una etapa de diagnóstico y dos etapas de implementación. Cada sesión diseñada consta de cinco bloques de trabajo con un receso intermedio:

- 1) Estimulación (30 min.) Atendiendo la autorregulación emocional: para modular las respuestas y sensaciones emocionales de manera voluntaria y consciente con fines adaptativo/sociales.
- 2) Teoría 1 (40 min) Atendiendo la conciencia: para adquirir el conocimiento por medio del estudio.
- 3) Receso.
- 4) Teoría 2 (40 min) Atendiendo la conciencia: para adquirir el conocimiento por medio del estudio.
- 5) Dinámica (40 min) Atendiendo la cooperación, práctica de reglas y teoría derecho humanista: para enlazar los conocimientos sobre derechos humanos y el seguimiento de reglas que rigen el funcionamiento de las diferentes situaciones y contextos sociales, y a las acciones con las de otras personas para lograr una meta o propósito común.
- 6) Reflexión (25 min) Atendiendo asertividad: para expresar sus propias opiniones, pensamientos y sentimientos haciendo valer los derechos propios, pero simultáneamente respetando los de las demás personas.

La estructura programática de cada sesión de trabajo se presenta a continuación:

Etapa de Diagnóstico				
Primera Etapa de Intervención				
Intervención 1	Intervención 2	Intervención 3	Intervención 4	
Segunda Etapa de Intervención				
Intervención 1	Intervención 2	Intervención 3	Intervención 4	Intervención 5
Sesión de Evaluación				

Fuente: Elaboración propia.

VIII. Etapa de diagnóstico de necesidades psicoeducativas de niños, niñas, adolescentes y familiares de personas desaparecidas

Como parte de la fase diagnóstica del Programa, se plantea llevar a cabo una evaluación integral para conocer las necesidades educativas y emocionales de los NNA familiares de personas desaparecidas.

Esta evaluación se enfoca en la dimensión psicoeducativa, buscando recopilar información clave para diseñar rutas de atención que respondan a las problemáticas detectadas. Para ello, se propone utilizar diversas técnicas y metodologías estandarizadas que permitan obtener datos tanto cualitativos como cuantitativos⁶. Estas herramientas aseguran que los diagnósticos sean de carácter psicosocial, sin encasillar o patologizar a las personas, abarcando tanto su situación individual como la colectiva.

Es importante que las personas facilitadoras consideren siempre el contexto particular de la población, en este caso, familiares de personas desaparecidas, cuyas vivencias son diferentes a las de otras comunidades. Por lo tanto, su labor debe guiarse por principios fundamentales como el respeto a la dignidad humana, así como un trato diferencial y especializado.

1. Objetivos transversales de la intervención diagnóstica.

⁶ Dichas técnicas y metodologías están basadas en los planes y programas de la Secretaría de Educación Pública, los cuales pueden consultarse en: <http://www.sems.gob.mx/curriculoems/planes-de-estudio-de-referencia>. Asimismo, se toma como guía el documento El nuevo modelo educativo para matemáticas de bachillerato: reflexiones desde el paradigma del pensamiento crítico, elaborado por Marcos Campos-Nava y Agustín Alfredo Torres-Rodríguez.

a) Identificar cómo niños, niñas y adolescentes (NNA) han enfrentado y aprendido a vivir con la ausencia de sus seres queridos, considerando su experiencia a nivel individual, familiar y comunitario, con especial atención en las áreas de educación y salud mental.

b) Explorar si los NNA han experimentado procesos de pérdida ambigua⁷ y de qué manera los han afrontado.

c) Reconocer las herramientas de afrontamiento que han desarrollado los NNA para promover su bienestar personal y social, tomando en cuenta el contexto de la ausencia de su ser querido.

d) Evaluar sus habilidades relacionadas con los cuatro pilares fundamentales del aprendizaje⁸: aprender a ser, aprender a conocer, aprender a hacer y aprender a convivir.

e) Detectar posibles problemáticas y fortalezas educativas en relación con la ausencia y la experiencia de la pérdida ambigua.

2. Desarrollo de actividades de diagnóstico.

- Sesión Plenaria Inicial (Duración propuesta: 40 minutos).

a) Material: Laptop, proyector, equipo de sonido.

Este espacio colectivo, en el que participan personas adultas y NNA participantes del Programa, tiene la finalidad de establecer el encuadre para iniciar el trabajo diagnóstico a través de una explicación clara y sencilla sobre el Programa en general y, en específico, de la etapa diagnóstica. Esta actividad se desarrolla en los siguientes momentos:

- Presentación del equipo coordinador, personas facilitadoras y personal jurídico.
- Exploración de las expectativas del Programa y la etapa diagnóstica.
- Explicación de qué es el Programa, de dónde surge, los objetivos y la expectativa del equipo investigador.
- Proyección del video “Niñez Buscadora” (Recurso disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=em5cCQ5Mo_k)
- Reflexión en conjunto sobre el video proyectado.

De ser posible, y con el consentimiento previo de las personas tutoras y de NNA, se sugiere grabar la sesión para su futuro análisis. Si por cuestiones técnicas esto no fuera posible se contará con el apoyo de dos personas relatoras, cuya función será describir, de manera escrita, el desarrollo de las intervenciones.

⁷ Los procesos de pérdida ambigua se refieren a la situación de pérdida confusa consistente en no saber si un ser querido se encuentra con o sin vida, de acuerdo con la definición de Pauline Boss en su libro *Pérdida, trauma y resiliencia: Trabajo terapéutico con pérdidas ambiguas*.

⁸ Como lo señala Jacques Delors en el Informe de la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI, *La educación encierra un tesoro*.

- Trabajo por grupos (Duración propuesta: 1 hora).

a) Material: Hojas de rotafolio, marcadores, kit de autocuidado, fichas de consentimiento.

A partir de este momento se dividirá a la población participante en grupos distribuidos por edades para explorar un panorama inicial de las condiciones biopsicosociales, a través de la observación directa, preguntas detonantes y actividades lúdicas.

A partir de dinámicas y preguntas detonadoras se busca que los NNA puedan conocerse y formar redes de apoyo que les permitan sentirse seguros y seguras durante la participación en todo el Programa. A su vez, esto permite obtener información relevante para el cumplimiento de los objetivos establecidos para el diagnóstico.

La persona facilitadora debe realizar un encuadre grupal en el que se expliquen las reglas de participación, el respeto por las opiniones y la confidencialidad del trabajo.

Las actividades y preguntas deben ser diferenciadas, y con un lenguaje adecuado, independientemente de la etapa del Programa en la que las y los participantes se encuentren. En esta fase podrán utilizarse las siguientes técnicas:

- Observación directa.
- Entrevista grupal semiestructurada.
- Elaboración de siluetas para identificar emociones.
- Detección de emociones durante las actividades.
- Exploración de habilidades socioemocionales.
- Detección de impactos biopsicosociales de la desaparición.

Los grupos se conformarán de la siguiente manera:

- Grupo 1. Buscadorxs de tesoros: 6 a 12 años.
- Grupo 2. Chavxs con la dignidad rebelde: 13 a 17 años.
- Grupo 3. Tejedorxs de esperanza: personas cuidadoras.

Para los grupos de trabajo es necesaria la participación de, al menos, una persona facilitadora, una persona relatora y una persona auxiliar.

4. Implementación de actividades de diagnóstico

1) Actividad de presentación e integración.

a) Grupo 1. Buscadorxs de tesoros: 6 a 12 años. Cada NNA dirá su nombre y cómo les gusta que les digan y elegirá su animal favorito, junto con un color, al concluir la ronda, todos repetirán el color y el animal de cada uno.

b) Grupo 2. Chavxs con la dignidad rebelde: 13 a 17 años. Con un estambre, cada uno de los NNA dirá su nombre y cómo les gusta que les digan, así como su comida y hobbies favoritos, se

quedarán con la punta del estambre y la lanzarán a quien quiere que se presente. Al final se hace una reflexión de la fuerza de la telaraña y la importancia de las redes de apoyo.

2) Breve explicación de las emociones y de la importancia de nombrarlas.

Utilizando como ejemplo la película “Intensamente”, la persona facilitadora preguntará a los NNA sobre la importancia de reconocer las emociones, y pedirá ejemplos de algunas. Las emociones que se explicarán a los NNA son:

Emoción	Mensaje	Necesidad	Sensación	Energía
Miedo	Alerta	Protección y seguridad	Paralizante o acelerante	Dual: hacia adentro y hacia afuera
Afecto	Es tiempo de crear, fundirte seguridad	Conexión	Hormigueo Impulsiva	Uniforme: hacia afuera
Tristeza	Me duele, estado de convalecencia	Sanación, atención y cuidados	Pesadez, tibia y relajación.	Hacia abajo y hacia adentro: a buscar cuidado, la tristeza no tiene prisa y fluye.
Enojo	Ataque e injusticia	Límites, defender y frenar	Calor y agitación	Hacia afuera: empieza por una carga para descargar.
Alegría	Estoy vivo, gozo, disfruto, me muevo, me abro.	Compartir	Calor y ligereza	Chispeante y desorganizada, al igual que la excitación.

3) Sesión de conversación a partir de preguntas detonadoras.

Con la guía de las siguientes preguntas detonadoras, la persona facilitadora creará un círculo de confianza donde los NNA compartan sus vivencias y reflexiones sobre la desaparición en sus familias.

- ¿Cómo es tu familia?
- ¿Cuáles son sus actividades favoritas?
- ¿Qué cosas importantes le han pasado a tu familia?
- Si pudieras imaginar a tu familia en un cuento, ¿qué historia nos contarías?
- ¿Qué crees que es la desaparición?

- Cuando escuchas “desaparición” ¿qué es lo que sientes?
- ¿Cómo viven la desaparición en tu familia?
- ¿Te han contado lo que pasó con tu...?
- ¿Te gustaría participar en la búsqueda de tu...?
- ¿En tu escuela has escuchado hablar de la desaparición?
- Si pidieras apoyo en tu escuela ¿qué pedirías y a quién?

5. Elaboración de siluetas.

Los NNA dibujarán sus siluetas en tamaño real sobre papel e identificarán lo que sienten durante el ejercicio y dónde lo sienten. Posterior a ello se colocarán emociones que otros participantes quieren compartir con ellos y ellas.

Para tener orden en el uso de la voz se utiliza un objeto que está siempre al centro del círculo. Este puede ser un juguete o cualquier objeto que les sea llamativo a los NNA, según la edad de los participantes del grupo.

Cuando cada NNA termine su intervención puede volver a colocar el objeto en el centro del círculo. Para fines del análisis de los datos, se recomienda grabar el audio de las entrevistas grupales.

Es importante que, durante todo el tiempo, el equipo facilitador esté pendiente de las necesidades físicas y emocionales de los NNA participantes y que, además, pueda realizar un cierre que les permita reincorporarse a la siguiente actividad sin dejar ninguna sensación negativa en ellas y ellos.

De ser así, habría que suspender de manera temporal su actividad y buscar la intervención de una persona especialista en salud mental para que, de ser necesario, realice alguna técnica de intervención en crisis y ofrezca las recomendaciones necesarias. Al concluir la actividad debe preguntarse a los NNA con qué emoción se quedan.

1) Grupo de personas cuidadoras.

De manera simultánea al trabajo en grupos de NNA, un equipo facilitador trabajará con el grupo de personas cuidadoras. Las actividades con el grupo de personas cuidadoras son las siguientes:

- a) Actividad de integración para establecer redes de apoyo.
- b) Conversar y compartir experiencias sobre el desarrollo, las habilidades y los impactos en ellas y los NNA: ¿Cuáles son sus preocupaciones, expectativas, sugerencias y necesidades de acompañamiento?
- c) Realizar el Cuestionario de detección de necesidades en materia de educación. (Para esta actividad será necesario solicitar permiso para grabar el audio de la sesión).
- d) Facilitar herramientas básicas de primeros auxilios psicológicos, validación de emociones y otras técnicas para el trabajo con NNA después de la etapa diagnóstica.

e) Facilitar herramientas de autocuidado. Proporcionar el kit de auto cuidado con los siguientes elementos en las bolsas de papel celofán:

- Incienso: sirve para salir de la mente, aterrizar y conectar con el cuerpo a través de los sentidos;
- Vela: sirve para conectar con el presente mediante la vista. Ver el fuego ayuda a transformar las emociones. Visualización de cómo la emoción negativa sale del cuerpo y se transforma. Nos da claridad en los momentos de agobio u oscuridad.
- Dulces: ayuda a reconectar con el cuerpo, a darnos un espacio y tiempo para disfrutar de algo que nos agrade.
- Libreta: ayuda a sacar las emociones mediante la escritura. Es un refugio, un amigo/a, un espacio libre de juicios en donde es posible conectar y analizar lo que pensamos y sentimos.
- Pluma: de la mano con la libreta, ayuda a darnos herramientas de expresión de emociones y pensamientos.

f) Explicación, firma y llenado de documentos necesarios para la participación de NNA en el Programa. Documentos: formatos de registros y consentimiento informado.

g) Aplicación de Herramientas de Diagnóstico (Duración propuesta: 1 hora)

h) Materiales: Hojas de maquina tamaño carta, lápices, sacapuntas y borradores, cuestionarios y fichas de trabajo.

2) Grupos NNA.

Después del trabajo en grupos se aplicarán de manera individual o conjunta las siguientes pruebas diagnósticas:

a) Autobiografía.

- Grupo buscadorxs de tesoros (6 a 12 años).

Una vez que se brinde el material necesario para esta actividad la persona facilitadora brindará la siguiente instrucción: “En la siguiente hoja podrás escribir una historia, esta historia es especial porque es diferente a los cuentos o historias que has escuchado. Se trata de la historia de tu vida. Aquí hay que incluir todo lo importante que te ha pasado, no te preocupes demasiado por la ortografía o por cómo está escrita, lo que verdaderamente importa es que describas cómo ha sido tu vida.”

Si la o el NNA tiene dificultades para escribir (por alguna complicación cognitiva o del desarrollo), puede ser apoyada por alguna persona auxiliar, y se agrega una nota de observación donde se detallan los motivos del apoyo.

Si la historia es breve, menos de 5 líneas o no incluye información biográfica, se puede alentar a escribir un poco más. Se pueden hacer preguntas generadoras como ¿de qué te

acuerdas cuando eras más pequeño? o ¿qué cosas importantes te han pasado o le han pasado a tu familia? Se le puede alentar a escribir cualquier cosa que haya pasado desde que nació, hasta el día de hoy.

Si el NNA comienza a hacer dibujos, se le puede dejar que termine y pedirle que ahora agregue, en otra hoja, la historia (autobiografía) en palabras. En caso de necesitar más hojas, se le deben proporcionar al NNA. Es necesario señalar que, en caso de haber más de 2 hojas de autobiografía, hay que entregarlas en el orden que los NNA decidieron escribirlas.

Se les recordará a los NNA que su autobiografía puede ser tan larga o corta como deseen, pero siempre asegurándose que esté completa. Para la aplicación de esta actividad no hay tiempo límite. Pero si se requiere mayor tiempo, es posible destinar un poco más al final, si la mayoría del grupo ya ha terminado.

- Grupo Chavxs con la dignidad rebelde (de 13 a 17 años):

a) Se comienza por señalar la siguiente instrucción general: "Escribe tu autobiografía, desde tus primeros recuerdos hasta el día de hoy, puedes tomarte el tiempo que necesites". Básicamente, se trata de hacer un relato, una historia de su propia vida.

Se les dice que "solo pueden escribir por un lado de la hoja". Las hojas solo tendrán un frente, no pueden escribir por la parte de atrás. De igual forma, solo pueden usar pluma de tinta negra (no gel). Sin embargo, si se equivocan o requieren hacer alguna modificación, se les debe indicar que podrán resolverlo como mejor les parezca, pero no se puede usar corrector.

Al final hay que asegurarse de que su autobiografía tenga nombre y fecha del día de aplicación (en ocasiones confunden y ponen fecha de nacimiento). El nombre y la fecha pueden ir al inicio o al final de la hoja.

En caso de necesitar más hojas, se podrán otorgar la cantidad que se requiera. En caso de haber más de 2 hojas de autobiografía, hay que entregarlas en el orden que cada NNA decidió escribirlas.

La autobiografía puede ser tan larga o corta como cada NNA lo desee, pero siempre asegurándose de que esté completa. De la misma forma que en el caso del grupo buscadorxs, no hay tiempo límite para la realización de la autobiografía, pero si se requiere mayor tiempo, es posible destinar un poco más al final, si la mayoría del grupo ya ha terminado.

Es necesario recordar que no hay una forma correcta de hacer la autobiografía. Es válido que cada NNA comience por donde quiera, y que incluya la información que le parezca más relevante. Debe recomendarse que, de preferencia, se trate de ser espontáneo, es posible brincar de un tema a otro, y es necesario recordarles que no es una evaluación, únicamente es necesario asegurarse de que esté completa.

b) Cuestionario de habilidades socioemocionales del aula alebrijes.

Siguiendo la metodología propuesta por el personal de la Universidad Carolina y, específicamente, del programa de aula Alebrijes, se aplica el cuestionario de habilidades socioemocionales.

Las pruebas deberán ser aplicadas por especialistas en salud mental o, al menos, supervisadas por dichas personas en un espacio cómodo y seguro para los NNA, y tomando en cuenta sus necesidades físicas. Dicho material se puede encontrar en el siguiente enlace: [Encuesta de habilidades socioemocionales](#)

6. Cierre de las actividades.

Posterior a la aplicación del trabajo en grupos, y la aplicación de pruebas diagnósticas, se propone volver a la plenaria con NNA, personas tutoras y el equipo facilitador del Programa en el que los NNA podrán compartir parte del trabajo realizado y las emociones vividas o con las que se van. De igual forma podrán hacerlo las personas adultas, quienes también tendrán la posibilidad de dar comentarios de retroalimentación al trabajo del día.

Por parte del grupo de trabajo, habrá espacio para una breve conversación con las y los participantes, sobre el concepto del dolor del mundo. Es decir, hacerles saber que existen cosas que pasan en el mundo, y que no deberían pasar. En virtud de que vivimos en el mundo, son cosas que nos pueden doler. Por lo tanto, es posible preguntarnos ¿cómo aprender a vivir con el dolor en el mundo?

Ante los comentarios que las personas participantes realicen, es necesario que el equipo de trabajo realice un cierre de la intervención, agradeciendo por permitir el trabajo y el acompañamiento.

▪ Grupo de personas cuidadoras.

Dentro del espacio dedicado a personas cuidadoras, el facilitador proporcionará el cuestionario a personas adultas para la detección de necesidades en materia de educación, el cual permitirá contar con un diagnóstico más certero de sus necesidades de intervención.

Cuestionario a personas adultas para la detección de necesidades en materia de educación:

- ¿Su niña, niño o adolescente conoce la situación de desaparición de su familiar?
- ¿De qué manera considera usted que esta situación afecta al niño, niña o adolescente?
¿Por qué?
- ¿Cómo considera usted que el niño, niña o adolescente se desenvuelve dentro de la escuela?
- ¿Ha detectado alguna problemática con el niño, niña o adolescente que ocurra dentro de la escuela? ¿Cuál?
- ¿Considera que el niño, niña o adolescente lleva un buen desempeño escolar?

- ¿Ha recibido retroalimentación por parte de los maestros acerca del desempeño académico de su niño, niña o adolescente?
- ¿De qué manera evalúa usted la calidad educativa que recibe su niño, niña o adolescente?
- ¿Considera necesario un refuerzo en la educación de las niñas, niños y adolescentes?
- ¿En qué materias ha detectado en la que los niños, niñas y adolescentes batallan más?
- ¿Cómo considera la calidad de las relaciones sociales de su niño, niña o adolescente con sus demás compañeros de aula?
- ¿Los niños, niñas y adolescentes a su cargo llevan alguna actividad extraescolar?
- ¿Considera que el apoyo emocional dentro de las instituciones académicas es el adecuado para la situación por la que pasa su niño, niña y adolescente?

IX. Primera etapa de intervención

Intervención 1

- Sesión Plenaria (Tiempo estimado: De 10 a 15 minutos).

Participantes: NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador.

Descripción de las actividades:

El equipo facilitador realizará una ronda de presentación con los participantes y, promoviendo la existencia de un círculo de confianza y mutuo conocimiento, realizará una explicación de la dinámica de las sesiones plenarias con las que se iniciará cada intervención para, posteriormente, pasar a cada uno de los grupos de trabajo.

- Grupo buscadorxs de tesoros (6 a 12 años).
 - a) Presentación y activación (Tiempo estimado: 10 minutos).

Todas las infancias se pondrán de pie y se colocarán en distintos espacios formando un círculo. La actividad consiste en que la persona facilitadora diga su nombre y busque hacer reír a las y los participantes, ya sea a través de un chiste, un gesto, sonido, un baile o cualquier estrategia. La primera persona que se ría será la siguiente en implementar la misma dinámica hasta que todas y todos hayan participado.

- b) Establecimiento de reglas del grupo (Tiempo estimado: 10 minutos).

Entre todas las personas participantes se escribirán en una hoja de rotafolio las reglas para el trabajo del día, entre las que pueden incluirse temas como la distribución del tiempo, el respeto a la participación, la posibilidad de expresar necesidades y el trabajo en equipo.

c) Ampliación de diagnóstico (Tiempo estimado: 30 minutos).

Materiales: Instrumentos “Diagnóstico Axolotes Pequeños” y “Diagnóstico Jaguares Medios” [diagnósticos NN](#).

La persona facilitadora aplicará a los participantes un examen de conocimientos, brindando instrucciones para la resolución de este y estableciendo el tiempo para dicha actividad. El equipo de apoyo deberá estar al pendiente para resolver dudas y evitar distracciones.

d) Tema 1: Emociones (Tiempo estimado: 20 minutos).

Con la guía de la persona facilitadora, se recordará entre todo el grupo lo abordado en la sesión diagnóstica: ¿Qué son las emociones?, ¿cuáles conocen y cómo se expresan? Una vez abordadas estas interrogantes se procederá a jugar en un memorama gigante que contendrá el nombre de la emoción y el gesto que la representa. Se sugiere hacer tres rondas y la persona que más pares junto obtendrá un premio.



Fuente: Elaboración propia

e) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos).

f) Tema 2: Derechos Humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se dividirá a las personas participantes en tres equipos para que en una cartulina dibujen una planta grande, el otro equipo un animal y el último, una persona de la forma más creativa que se les ocurra. Posteriormente, la persona facilitadora invitará a los equipos a escribir en post-its lo que el grupo considere que necesitan para ser fuertes, sanas y crecer seguras, para después repetir la dinámica con la segunda cartulina y finalmente con la tercera.

Al finalizar, explicar que al igual que cualquier ser vivo, como plantas o animales, las personas tenemos necesidades básicas. Nuestras necesidades deben ser satisfechas para poder desarrollar plenamente todas nuestras capacidades y vivir de forma segura sin sentir miedo o carencias, que todos y todas tenemos necesidades básicas y que estas se vuelven derechos, sin

importar si vivimos con alguna condición de vida específica. Dar explicación de algunos derechos de las personas.

- Derecho a la alimentación.
- Derecho a la salud.
- Derecho a la vivienda.
- Derecho a la seguridad.
- Derecho a no ser desaparecida o desaparecido.

g) Reflexión: emociones y derechos humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Cada participante deberá reflexionar en voz alta sobre las actividades del día, la persona facilitadora deberá propiciar que todos y todas participen valiéndose incluso de preguntas directas.

- ¿En qué se parecen las emociones y los derechos humanos?
- ¿Cómo puedes aplicar uno de los derechos humanos en tu vida diaria (escuela, familia, comunidad)?
- ¿Cómo te sentiste y qué piensas sobre lo que platicamos hoy?

h) Mural de los Derechos Humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Entre todas las personas participantes, se realizará un mural pensado en compartirlo con personas que no tienen relación con el Programa, puede ser una escuela o una colonia. El objetivo sería dar a conocer qué son los derechos humanos y difundir algunos de ellos. Esta actividad deberá realizarse de la manera más creativa posible.

i) Diario de Viaje en Plenaria (Journaling) (Tiempo estimado: 20 minutos).

A cada participante le será entregada una libreta con instrucciones para documentar sus emociones, pensamientos, reflexiones, imágenes sobre los temas que se abordarán durante todas las sesiones. En esta primera sesión se les proporcionará una caja de materiales para decorarlas como prefieran.

Se puede explicar un poco de la importancia de los procesos de memoria con un lenguaje sencillo, así mismo podrán colocar en él su primera documentación sobre lo que recuerdan de la ocasión anterior y el viaje que hoy inician.

En la libreta se incluirá un calendario con las fechas aproximadas de cada sesión y actividades. Esta actividad deberá realizarse, al menos, una vez por semana con ayuda de sus personas tutoras/ cuidadoras a modo de cierre en cada sesión.

- 3) Grupo chavxs con la dignidad rebelde (13-17 años).

a) Presentación y activación (Tiempo estimado: 10 minutos).

Todas las personas adolescentes se pondrán de pie y se colocarán en distintos espacios formando un círculo. La actividad consiste en que la persona facilitadora diga su nombre y busque hacer reír a las y los participantes, ya sea a través de un chiste, un gesto, sonido, un baile o cualquier estrategia. La primera persona que se ría será la siguiente en implementar la misma dinámica hasta que todas y todos hayan participado.

b) Establecimiento de reglas del grupo (Tiempo estimado: 10 minutos).

Entre todas las personas participantes escribirán en una hoja de rotafolio las reglas para el trabajo del día, entre las que pueden incluirse temas como el uso del tiempo, el respeto a la participación, la posibilidad de expresar necesidades y el trabajo en equipo.

c) Ampliación de diagnóstico (Tiempo estimado: 30 minutos).

Materiales: [diagnóstico Xolos - grandes.pdf](#)

La persona facilitadora aplicará a los participantes un examen de conocimientos, brindando instrucciones para la resolución de este y estableciendo los tiempos para dicha actividad. El equipo de apoyo deberá estar pendiente de resolver dudas y evitar distracciones.

d) Tema 1: Emociones (Tiempo estimado: 25 minutos).

La persona facilitadora iniciará la actividad poniendo ejemplos personales de cómo expresa sus emociones (enojo, alegría, tristeza, miedo, etc.). Puede realizar este ejercicio platicando casos hipotéticos.

Posteriormente repartirá una hoja en blanco y un lápiz o pluma a cada participante. Una vez que todos los participantes cuenten con su material, el equipo facilitador les presentará a MATEA a través de la siguiente narración:

“MATEA es una persona que como tú y como yo ha vivido diferentes situaciones que la han llevado a sentir Miedo, Alegría, Tristeza, Enojo y Amor, ella ha aprendido a identificarse en cada momento y a realizar lo que necesita para poder expresar sus emociones”.

Al mismo tiempo en el que se les presenta a MATEA, en el pizarrón o rotafolio, la persona facilitadora les irá explicando de la siguiente manera:

- De forma horizontal escriben la palabra MATEA, a un costado y de la misma manera (horizontal), enumerarán del 5 al 1 la emoción que sienten de mayor a menor grado.
- Posteriormente se irán compensando emociones, es decir, la emoción 5 compensa a la emoción 1 y viceversa, la emoción 4 compensa a la emoción 2 y viceversa, la emoción 3 es la que más latente o más ha persistido en los últimos días, es decir, es la emoción que necesitamos escuchar y expresar.

- Se les entregará una hoja donde viene explicada cada emoción y cómo se manifiestan, para que así logren identificar y expresarlas más acertadamente.
- La persona que pasa al centro deberá explicar de qué forma expresa sus sentimientos (enojo, alegría, tristeza, miedo, etc.) y cuáles le cuesta más trabajo. Después, deberá dar ejemplos de cómo podría una persona expresar sus sentimientos negativamente y afectándose a sí mismo o a las demás personas.
- Finalmente, la persona que coordina cierra explicando qué sentir y expresar que está bien, que ningún sentimiento es malo mientras no afectemos negativamente a otras personas o a ellas mismas.
- Para concluir este espacio se jugará a un *Basta de las emociones*, donde, sobre un pliego de papel de gigante pegado a la pared, se colocarán categorías relacionadas con las emociones, tales como emoción, gesto, parte del cuerpo, cosa, lugar, animal y persona, para posteriormente aplicar las reglas comunes del juego. Se sugiere realizar 3 o 4 rondas y entregar premios a las personas ganadoras.

e) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos).

f) Tema 2: Derechos Humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se dividirá a las personas participantes en tres equipos para que, en una cartulina, dibujen una planta grande, el otro equipo un animal y el último, una persona de la forma más creativa que se les ocurra.

Posteriormente la persona facilitadora invitará a los equipos a escribir en post-its lo que el grupo considere que necesitan para ser fuertes, sanas y crecer seguras, para después repetir la dinámica con la segunda cartulina y finalmente con la tercera.

Al finalizar explicar que al igual que cualquier ser vivo como plantas, animales, etc., las personas tenemos necesidades básicas. Nuestras necesidades deben ser satisfechas para poder desarrollar plenamente todas nuestras capacidades y vivir de forma segura sin sentir miedo o carencias, que todos y todas tenemos necesidades básicas y que estas se vuelven derechos, sin importar si vivimos con alguna condición de vida específica.

Dar explicación de algunos derechos de las personas:

- Derecho a la alimentación.
- Derecho a la salud.
- Derecho a la vivienda.
- Derecho a la seguridad.
- Derecho a no ser desaparecida o desaparecido.

g) Reflexión: emociones y derechos humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Cada participante deberá reflexionar en voz alta sobre las actividades del día, la persona facilitadora deberá propiciar que todos y todas participen valiéndose incluso de preguntas directas.

- ¿En qué se parecen las emociones y los derechos humanos?
- ¿Cómo puedes aplicar uno de los derechos humanos en tu vida diaria (escuela, familia, comunidad)?
- ¿Cómo te sentiste y qué piensas sobre lo que platicamos hoy?

h) Mural de los Derechos Humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Entre todas las personas participantes realizarán un mural pensado en compartirlo con personas que no tienen relación con el Programa, puede ser una escuela o una colonia. El objetivo sería dar a conocer qué son los derechos humanos y difundir algunos de ellos. Esta actividad deberá realizarse de la manera más creativa posible.

i) Diario de Viaje en Plenaria (Journaling) (Tiempo estimado: 20 minutos).

A cada participante le será entregada una libreta con instrucciones para documentar sus emociones, pensamientos, reflexiones, imágenes sobre los temas que se abordarán durante todas las sesiones.

En esta primera sesión, se les proporcionará una caja de materiales para decorarlas como prefieran. Se puede explicar un poco de la importancia de los procesos de memoria con un lenguaje sencillo, así mismo podrán colocar en él su primera documentación sobre lo que recuerdan de la ocasión anterior y el viaje que hoy inician.

En la libreta se incluirá un calendario con las fechas aproximadas de cada sesión y actividades. Esta actividad deberá realizarse, al menos, una vez por semana con ayuda de sus personas tutoras/ cuidadoras y podrán ser compartidas a modo de cierre en cada sesión.

- Tejedorxs de esperanza (personas cuidadoras de NNA).

a) Presentación y activación (Tiempo estimado: 10 minutos).

Todas las personas se pondrán de pie y se colocarán en distintos espacios formando un círculo. La actividad consiste en que la persona facilitadora diga su nombre y busque hacer reír a las y los participantes, ya sea a través de un chiste, un gesto, sonido, un baile o cualquier estrategia. La primera persona que se ría será la siguiente en implementar la misma dinámica hasta que todas y todos hayan participado.

b) Establecimiento de reglas del grupo (Tiempo estimado: 10 minutos).

Entre todas las personas participantes escribirán, en una hoja de rotafolio, las reglas para el trabajo del día, entre las que pueden incluirse temas como la distribución del tiempo, el respeto a la participación, la posibilidad de expresar necesidades y el trabajo en equipo.

c) Entrevista de actualización psicoeducativa de NNA (Tiempo estimado: 20 minutos).

El equipo facilitador aplicará el instrumento de “Entrevista de actualización psicoeducativa de NNA” en la que se evaluarán las condiciones actuales en materia de educación y salud mental de las y los NNA participantes desde la sesión diagnóstica a la fecha.

En él, las personas cuidadoras podrán expresar sus preocupaciones y expectativas sobre lo que desean que se trabaje con las infancias y las adolescencias durante las próximas sesiones. Dicho material se puede encontrar en el siguiente enlace: [entrevista tutores.pdf](#)

d) Tema 1: Emociones (Tiempo estimado: 30 minutos).

La persona facilitadora iniciará la actividad poniendo ejemplos personales de cómo expresa sus distintas emociones (enojo, alegría, tristeza, miedo, etc.). Puede realizar este ejercicio platicando casos hipotéticos.

La persona que pasa al centro deberá explicar de qué forma expresa sus sentimientos (enojo, alegría, tristeza, miedo, etc.) y cuáles le cuesta más trabajo. Después, mencionará ejemplos de cómo podría una persona expresar sus sentimientos negativamente y afectándose a sí mismo o a las demás personas.

Finalmente, la persona que coordina cierra explicando que sentir y expresar que está bien, que ningún sentimiento es malo mientras no afectemos negativamente a otras personas o a ellos (as) mismos (as).

Este espacio concluirá con el juego *Lotería de las emociones*, con la finalidad de que los cuidadores fortalezcan la identificación de estas.

e) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos).

f) Tema 2: Derechos Humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se dividirá a las personas participantes en tres equipos para que, en una hoja de rotafolio, describan y expliquen qué son y en qué consisten los derechos humanos, para posteriormente compartirlo con el resto de grupo y reflexionar si todos los derechos son igual de importantes o si se pueden priorizar.

La persona facilitadora explicará los principios básicos de los derechos y destacará que las necesidades deben ser satisfechas para poder desarrollar plenamente todas nuestras capacidades y vivir de forma segura sin sentir miedo o carencias, que todos y todas tenemos necesidades básicas y que estas se vuelven derechos, sin importar si vivimos con alguna condición de vida específica.

Finalmente, se dará explicación a profundidad de algunos derechos y ejemplos de dónde se ubican jurídicamente.

- Derecho a la alimentación.
- Derecho a la salud.
- Derecho a la vivienda.
- Derecho a la seguridad.
- Derecho a no ser desaparecida o desaparecido.

g) Reflexión: emociones y derechos humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Cada participante deberá reflexionar en voz alta sobre las actividades del día, la persona facilitadora deberá propiciar que todos y todas participen valiéndose incluso de preguntas directas.

- ¿En qué se parecen las emociones y los derechos humanos?
- ¿Cómo puedes aplicar uno de los derechos humanos en tu vida diaria (escuela, familia, comunidad)?
- ¿Cómo te sentiste y qué piensas sobre lo que platicamos hoy?

h) Mural de los Derechos Humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Entre todas las personas participantes realizarán un mural pensado en compartirlo con personas que no tienen relación con el Programa, puede ser una escuela o una colonia. El objetivo sería dar a conocer qué son los derechos humanos y difundir algunos de ellos. Esta actividad deberá realizarse de la manera más creativa posible.

i) Diario de Viaje en Plenaria (Journaling) (Tiempo estimado: 20 minutos).

A cada participante le será entregada una libreta con instrucciones para documentar sus emociones, pensamientos, reflexiones, imágenes sobre los temas que se abordarán durante todas las sesiones.

En esta primera sesión, se les proporcionará una caja de materiales para decorarlas como prefieran. Se puede explicar un poco de la importancia de los procesos de memoria con un lenguaje sencillo, así mismo podrán colocar en él su primera documentación sobre lo que recuerdan de la ocasión anterior y el viaje que hoy inician.

En la libreta se incluirá un calendario con las fechas aproximadas de cada sesión y actividades. Esta actividad deberá realizarse, al menos, una vez por semana con ayuda de sus personas tutoras/ cuidadoras y podrán ser compartidas a modo de cierre en cada sesión.

Intervención 2

- Sesión Plenaria (Tiempo estimado: De 10 a 15 minutos).

Participantes: NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador.

Descripción de las actividades:

El equipo facilitador realizará una ronda de presentación con los participantes, promoviendo la existencia de un círculo de confianza y mutuo conocimiento. Posteriormente, se realizará un rastreo de emociones para identificar cómo se encuentran los participantes y sus expectativas de esta sesión, para finalmente dirigirse a cada uno de los grupos de trabajo.

- Grupo buscadorxs de tesoros (6 a 12 años).

a) Presentación y activación (Tiempo estimado: 10 minutos).

Por parte del equipo facilitador se recordarán las reglas establecidas en la sesión pasada, con la intención de que todas las personas las respeten en la jornada de trabajo y si se cree necesario agregar nuevas reglas se dará la oportunidad de hacerlo.

Como actividad rompehielos se activará a los participantes con el juego “Congelados”, guiándose por la canción homónima de Luly Pampin y sus indicaciones. Una persona facilitadora fungirá como observador y, además, determinará quién se movió para ir saliendo del juego hasta lograr contar con un ganador a quién se le dará un pequeño premio.

b) Actividad de concentración “Somos Buscadores” (Tiempo estimado: 25 minutos).

A cada niño se le entregará una hoja de “ISPY Mario” en donde deberá localizar la cantidad de cada objeto que se le pide y colorear la clave y los objetos con el mismo color.

c) Expertos en Números (Tiempo estimado: 25 minutos).

Para los niños de 6 a 8 años, se entregará el ejercicio en donde deberán unir los puntos con secuencia de números del 1 al 40 para descubrir la figura que se forma y después colorearla. Al terminar de colorearla, deberá decirle a un facilitador la secuencia de números en voz alta (para verificar si conoce el nombre de todos los números). Si acuden niños que aún están en preescolar o que no asisten a la escuela, el ejercicio es con la secuencia de números del 1 al 40.

Para los niños de 8 años en adelante, se entregará el ejercicio de multiplicaciones en donde deberán resolverlas para encontrar la pieza del rompecabezas con el resultado y pegarla en el recuadro asignado. Al finalizar las operaciones se coloreará la imagen que se formó.

En esta actividad, el equipo facilitador estará atento para explicar los procedimientos a aquellas infancias que no comprendan o que no realicen los procedimientos de manera correcta. El material para llevar a cabo dichas actividades, se encuentra en el siguiente enlace: [expertos en números.pdf](#)

d) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos).

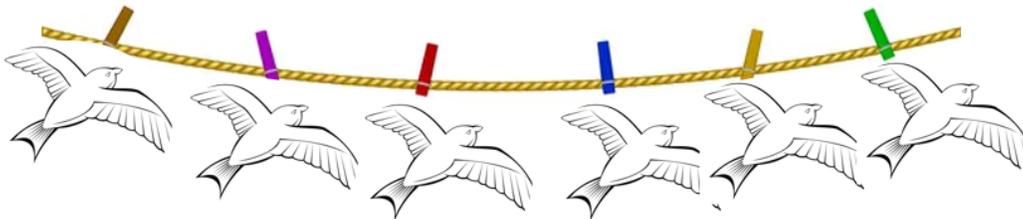
e) La Libertad (Tiempo estimado: 25 minutos).

El equipo facilitador dará lectura al cuento “*El Pájaro Azul*” (Recurso disponible en [El pájaro azul](#)).

Al terminar de leer, se pedirá a los integrantes del grupo que expresen cuáles son las emociones que identificaron en los personajes del cuento y que describan ¿qué es lo que hace único al personaje? Después se les pedirá que imaginen un final distinto para el cuento y lo escriban en una hoja. Posteriormente, usando la analogía del pájaro azul, se reflexionará con el grupo:

- Imagina que eres un pájaro y que vuelas libres por los aires...
- ¿Qué significa la libertad para ti?
- ¿Por qué es importante tener libertad?
- ¿Qué es lo que más te gusta hacer cuando tienes libertad?
- ¿Qué podemos hacer para proteger nuestra libertad y la de los demás?

Una vez abordada esta reflexión, se entregará una silueta de ave, dentro de la cual escribirán qué significa la libertad para ellos, incluyendo colores y otros elementos con las que la relacionen. Concluyendo todo el grupo esta actividad, se realizará un tendedero grupal de aves para su exposición.



f) Reflexión: Diario de viaje y tareas (Tiempo estimado: 20 minutos).

El equipo facilitador retomará la actividad propuesta en la sesión anterior sobre la elaboración de un diario de viaje, promoviendo la participación voluntaria de los participantes para compartir lo que han escrito y cómo se sintieron al hacerlo. Consecutivamente, se dará un espacio para escribir cómo se sintieron en la sesión del día de hoy y qué aprendizajes se llevan.

Finalmente, se recordará la importancia de seguir escribiendo en su diario de viaje para compartirlo en las siguientes sesiones con sus compañeros e ir creando memorias.

g) Cierre de la sesión en plenaria (Tiempo estimado: 25 minutos).

Se compartirá, en plenaria, el trabajo realizado sobre la libertad con la exposición del tendedero de aves, compartiendo impresiones finales con los otros grupos de trabajo.

- Grupo chavxs con la dignidad rebelde (13 a 17 años).

a) Presentación y activación (Tiempo estimado: 10 minutos).

Por parte del equipo facilitador se recordarán las reglas establecidas en la sesión pasada, con la intención de que todas las personas las respeten en la jornada de trabajo y, si se cree necesario agregar nuevas reglas, se dará la oportunidad de hacerlo.

Como actividad rompehielos se jugará al “Número venenoso”, en el cual los integrantes del grupo deberán formar un círculo y un facilitador fungirá como guía diciendo cuál es el número venenoso (un número del 1 al 10).

Los integrantes del círculo comenzarán a decir los números 1, 2, 3 y 4 de manera sucesiva, pero cuando toque decir un número que sea múltiplo del número venenoso deberá dar un aplauso en lugar de decir el número. Quien se equivoque, y diga el número en lugar de dar palmada, deberá salir del juego y continuar hasta que solo quede un ganador.

b) Actividad de concentración “Somos Buscadores” (Tiempo estimado: 25 minutos).

A cada participante se le entregará una hoja de “ISPY Mario” en donde deberá localizar la cantidad de cada objeto que se le pide y colorear la clave y los objetos con el mismo color.

c) Expertos en Números (Tiempo estimado: 25 minutos).

El equipo facilitador entregará el ejercicio de multiplicaciones, en donde deberán resolverlas para encontrar la pieza del rompecabezas con el resultado correcto y pegarla en el recuadro asignado. Al finalizar las operaciones se coloreará la imagen que se formó.

Los facilitadores deberán estar atentos a la resolución de los problemas, por si alguien está haciendo el procedimiento de forma incorrecta, para poder explicarle cuál es el procedimiento adecuado. De la misma manera, si alguien no puede resolver el ejercicio asignado, se entregará un ejercicio de menor dificultad.

d) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos).

e) La Libertad (Tiempo estimado: 25 minutos).

El equipo facilitador dará lectura al cuento “*El Pájaro Azul*” (Recurso disponible en [El pájaro azul](#)).

Al terminar de leer, se pedirá al grupo que expresen cuáles son las emociones que identificaron en los personajes del cuento y que describa ¿qué es lo que hace único al personaje?

Después se les pedirá que imaginen un final distinto para el cuento y lo escriban en una hoja. Posteriormente, usando la analogía del pájaro azul, se reflexionará con el grupo:

- Imagina que eres un pájaro y que vuelas libres por los aires...
- ¿Qué significa la libertad para ti?
- ¿Por qué es importante tener libertad?
- ¿Qué es lo que más te gusta hacer cuando tienes libertad?
- ¿Qué podemos hacer para proteger nuestra libertad y la de los demás?

Una vez abordada esta reflexión, se entregará una hoja de rotafolio para la creación de un mural colectivo sobre la libertad.

f) Reflexión: Diario de viaje y tareas (Tiempo estimado: 20 minutos).

El equipo facilitador retomará la actividad, propuesta en la sesión anterior, sobre la elaboración de un diario de viaje, promoviendo la participación voluntaria de los participantes para compartir lo que han escrito y cómo se sintieron al hacerlo.

Consecutivamente, se dará un espacio para escribir cómo se sintieron en la sesión del día de hoy y qué aprendizajes se llevan. Finalmente, se recordará la importancia de seguir escribiendo en su diario de viaje para compartirlo en las siguientes sesiones con sus compañeros e ir creando memorias.

g) Cierre de la sesión en plenaria (Tiempo estimado: 25 minutos).

Se compartirá, en plenaria, el trabajo realizado sobre la libertad con la exposición del tendedero de aves, compartiendo impresiones finales con los otros grupos de trabajo.

- Grupo tejedxs de esperanza (personas cuidadoras de NNA.

a) Presentación y activación (Tiempo estimado: 10 minutos).

Por parte del equipo facilitador se recordarán las reglas establecidas en la sesión pasada, con la intención de que todas las personas las respeten en la jornada de trabajo y, si se cree necesario agregar nuevas reglas, se dará la oportunidad de hacerlo.

Se brindará una breve retroalimentación de la sesión anterior, recordando la importancia de los derechos humanos y cómo estos se relacionan con nuestras emociones. Cada uno de los integrantes mencionará un derecho humano que recuerde y por qué es importante, expresando las emociones que genera ese derecho.

Finalmente, se detonará el diálogo con la pregunta ¿cómo ven a sus hijos esta semana?

b) Actividad “Conexiones” (Tiempo estimado: 30 minutos).

La persona facilitadora explicará, a los participantes, que la dinámica tiene como objetivo que se conozcan entre ellos y encuentren intereses o experiencias en común. Establecerá que, durante la dinámica, cada participante tendrá un tiempo limitado para compartir información sobre sí mismo, mientras los demás escuchan atentamente. Destaca que el objetivo no es solo escuchar, sino también identificar posibles conexiones y encontrar puntos en común con otros participantes.

La persona facilitadora inicia exponiendo sus intereses y experiencias, para después invitar al participante a su derecha a compartir algo sobre sí mismo/a en un tiempo similar. Continúa en sentido cíclico hasta que todos los participantes hayan tenido la oportunidad de compartir. A medida que cada persona comparte, los demás participantes deben prestar atención y recordar cualquier detalle o interés en común que puedan tener con esa persona.

Una vez que todos hayan compartido, da paso a la parte de las conexiones, pidiendo a los participantes formen parejas con la persona más cercana a ellos. Dentro de las parejas, cada participante debe compartir con el otro algún punto en común que haya descubierto durante la dinámica anterior. Después de unos minutos, se pedirá a las parejas que compartan con el grupo las conexiones o intereses en común que han descubierto.

La persona facilitadora reflexionará sobre la importancia de las conexiones humanas, la empatía y la búsqueda de intereses comunes, animando a los participantes a seguir interactuando entre ellos y la conexión descubierta durante esta dinámica.

c) A través de los ojos de nuestros hijos (Tiempo estimado: 25 minutos).

El equipo facilitador entregará a los participantes una hoja de papel y plumas, y les pedirá escribir una carta a sí mismos desde la perspectiva de su hijo, invitándolos a expresar los sentimientos, pensamientos y necesidades que creen que su hijo podría haber tenido en una situación donde hayan tenido dificultades para entender o conectarse y reflexionando sobre esta.

Después de que todos hayan terminado de escribir, se pedirá que lean en silencio la carta que han escrito, invitando a los participantes a reflexionar sobre las emociones y perspectivas que han expresado en la carta, así como la autocompasión y el entendimiento hacia sí mismos como padres, reconociendo que todos cometemos errores y estamos en constante aprendizaje.

Finalmente, se cerrará el espacio con un intercambio de ideas sobre la importancia de ponerse en el lugar de nuestros hijos para fortalecer la relación y el vínculo familiar.

d) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos).

e) La Libertad (Tiempo estimado: 25 minutos).

El equipo facilitador dará lectura al cuento "*El Pájaro Azul*" (Recurso disponible en [El pájaro azul](#)).

Al terminar de leer, se pedirá a los integrantes del grupo que expresen cuáles son las emociones que identificaron en los personajes del cuento y que describan ¿qué es lo que hace único al personaje?

Después se les pedirá que imaginen un final distinto para el cuento y lo escriban en una hoja. Posteriormente, usando la analogía del pájaro azul, se reflexionará con el grupo:

- Imagina que eres un pájaro y que vuelas libres por los aires.
- ¿Qué significa la libertad para ti?
- ¿Por qué es importante tener libertad?
- ¿Qué es lo que más te gusta hacer cuando tienes libertad?
- ¿Qué podemos hacer para proteger nuestra libertad y la de los demás?

Una vez abordada esta reflexión, se entregará una hoja de rotafolio para la creación de un mural colectivo sobre la libertad.

f) Reflexión: Diario de viaje y tareas (Tiempo estimado: 20 minutos).

El equipo facilitador retomará la actividad propuesta en la sesión anterior sobre la elaboración de un diario de viaje, promoviendo la participación voluntaria de los participantes para compartir lo que han escrito y cómo se sintieron al hacerlo.

Consecutivamente, se dará un espacio para escribir cómo se sintieron en la sesión del día de hoy y qué aprendizajes se llevan. Finalmente, se recordará la importancia de seguir escribiendo en su diario de viaje para compartirlo en las siguientes sesiones con sus compañeros e ir creando memorias.

g) Cierre de la sesión en plenaria (Tiempo estimado: 25 minutos).

Se compartirá, en plenaria, el trabajo realizado sobre la libertad con la exposición del tendedero de aves, compartiendo impresiones finales con los otros grupos de trabajo.

Intervención 3

- Sesión Plenaria (Tiempo estimado: De 10 a 15 minutos).

Participantes: NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador.

Descripción de las actividades:

El equipo facilitador realizará una ronda de presentación con los participantes, promoviendo la existencia de un círculo de confianza y mutuo conocimiento. Posteriormente, se realizará un rastreo de emociones para identificar cómo se encuentran

los participantes y sus expectativas de esta sesión, para finalmente dirigirse a cada uno de los grupos de trabajo.

- Grupo: buscadores de tesoros (6 a 12 años) y chavxs con la dignidad rebelde (13 a 17 años). Ambos grupos realizarán las mismas actividades, pero se mantendrán en grupos diferenciados.

a) Creando historias (Tiempo estimado: 15 minutos).

La jornada iniciará formando un círculo grupal con todos los participantes sentados. Una persona del equipo facilitador iniciará una historia, y después cada uno (aventando una pelota para designar al participante que sigue), irá completando la historia dándole el sentido que desee.

Al finalizar las rondas, la persona coordinadora deberá realizar preguntas tales como ¿qué crees que siente el personaje de la historia que resultó?, ¿cómo expresaba sus sentimientos?, ¿qué harías tú en el lugar del personaje para resolver la situación problemática? y ¿cómo puede expresar sus emociones de una forma distinta?

b) Deja sacar la ira (Tiempo estimado: 25 minutos).

La persona facilitadora dará lectura al cuento "Deja secar la ira" para posteriormente contar con un espacio de análisis y reflexión.

¡Deja secar la ira! ¡Deja secar la ira!

Mariana se puso toda feliz por haber ganado de regalo un juego de té de color azul.

Al día siguiente, Julia, su amiguita, vino bien temprano a invitarla a jugar. Mariana no podía pues saldría con su madre aquella mañana.

Julia entonces pidió a Mariana que le prestara su juego de té para que ella pudiera jugar sola en el jardín del edificio en que vivían.

Ella no quería prestar su flamante regalo, pero ante la insistencia de la amiga decidió, hacer hincapié en el cuidado de aquel juguete tan especial.

Al volver del paseo, Mariana se quedó pasmada al ver su juego de té tirado al suelo. Faltaban algunas tazas y la bandeja estaba rota.

Llorando y muy molesta Mariana se desahogó con su mamá "¿ves mamá lo que hizo Julia conmigo? Le presté mi juguete y ella lo descuidó todo y lo dejó tirado en el suelo".

Totalmente descontrolada Mariana quería ir a la casa de Julia a pedir explicaciones, pero su madre cariñosamente le dijo:

- "Hijita, ¿te acuerdas de aquel día cuando saliste con tu vestido nuevo todo blanco y un coche que pasaba te salpicó de lodo tu ropa? Al llegar a casa querías lavar inmediatamente el vestido, pero tu abuelita no te dejó. ¿Recuerdas lo que dijo tu abuela? Ella dijo que había que dejar que el barro se secara, porque después sería más fácil quitar la mancha. Así es hijita, con la ira es lo mismo, deja la ira secarse primero, después es mucho más fácil resolver todo".

Mariana no entendía todo muy bien, pero decidió seguir el consejo de su madre y fue a ver el televisor.

Un rato después sonó el timbre de la puerta... Era Julia, con una caja en las manos y sin más preámbulo ella dijo:

- "Mariana, ¿recuerdas al niño malcriado de la otra calle, el que a menudo nos molesta? Él vino para jugar conmigo y no lo dejé porque creí que no cuidaría tu juego de té pero él se enojó y destruyó el regalo que me habías prestado. Cuando le conté a mi madre ella preocupada me llevó a comprar otro igualito, para ti. ¡Espero que no estés enojada conmigo! ¡No fue mi culpa!"

- "¡No hay problema!, dijo Mariana, ¡mi ira ya secó! Y dando un fuerte abrazo a su amiga, la tomó de la mano y la llevó a su cuarto para contarle la historia del vestido nuevo ensuciado de lodo".

Nunca reacciones mientras sientas ira. La ira nos ciega e impide que veamos las cosas como ellas realmente son. Así evitarás cometer injusticias y actuarás de forma correcta delante de una situación difícil.

Acuérdate siempre: ¡Deja la ira secar! (De la Cruz Carrizales 2015)

Una vez concluida la lectura, se explicará que podemos vivir una misma situación pero que la forma en la que la interpretemos influirá en nuestras emociones y comportamientos, por lo que es importante generar interpretaciones positivas para que las emociones y acciones sean favorables a una mejor resolución.

Se animará a los NNA a pensar en situaciones en las que hayan experimentado emociones negativas y a que exploren qué pensamientos y comportamientos contribuyeron a esas emociones. Posteriormente se aplicará el formato de Autorregistros (A-B.C), donde cada participante registrará diferentes situaciones que hayan vivido para identificar sus pensamientos, emociones y conductas.

Es importante explicarles cómo una misma situación puede generar reacciones distintas, dependiendo de la emoción generada y que, cuando comprendemos lo que generan nuestras emociones, podemos realizar una reestructuración cognitiva. El formato de autorregistro lo pueden encontrar en el siguiente enlace: [MODELO ABCDE Formato.pdf](#).

c) Timbiriche multiplicativo (Tiempo estimado: 15 minutos).

El equipo facilitador proporcionará fichas de timbiriche multiplicativo, un par de dados por equipo y un color distinto para cada participante. Por turnos, cada jugador lanzará los dados y deberá multiplicar los números que caigan (por ejemplo, si cae 3 y en otro 5, se multiplica $3 * 5 = 15$) y con su color deberá marcar una línea que rodee al número 15 de los existentes de la plantilla.

Quien marque la cuarta línea de algún número (al quedar dentro de un cuadro) deberá iluminar con su color el cuadro. Ganará quien tenga más cuadros iluminados con su color. El material para imprimir se encuentra disponible en el siguiente enlace: [Timbiriche multiplicativo.png](#)

Si se cuenta con infancias que aún no saben multiplicar, se facilitará el juego “La oca de la flor” con la que practicarán conteo y pronunciación de sílabas. [TableroOca.pdf](#).

d) La operación contraria (Tiempo estimado: 15 minutos).

El equipo facilitador entregará los ejercicios de actividades correspondientes al nivel de cada uno de los participantes, estas son: “Cuento hasta el 100”, “División sin decimales” y “División con decimales”.

Una vez que todos cuenten con su actividad, se brindará el tiempo límite para contestarlas, los facilitadores servirán como personas tutoras para las infancias y adolescencias que se les hayan asignado; apoyando a explicar cuando noten que alguno de ellos está teniendo dificultad para contestar el ejercicio.

En los ejercicios de división con y sin decimales, se les explicará que la multiplicación es una estrategia para resolver divisiones si la utilizamos como operación a la inversa, es decir: en lugar de intentar resolver mentalmente la división $18/3$, plantearse ¿qué número multiplicado por 3 te da como resultado 18? y esto es una estrategia para resolver mentalmente las divisiones. Los ejercicios para imprimir, se encuentran disponibles en el siguiente enlace: [operaciones inversas.pdf](#)

e) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos).

f) Derecho a la igualdad y a la no discriminación (Tiempo estimado: 20 minutos).

Mediante una exposición de imágenes, se mostrarán situaciones adversas de grupos vulnerables y cada miembro del grupo expresará:

- ¿Cuáles creen que son los derechos que se están vulnerando en cada uno de los casos?
- ¿Cómo creen que se sentían las personas?
- ¿Cuáles son las consecuencias de estas violaciones a los derechos en su vida diaria?

Cada miembro del grupo reflexionará en torno a las siguientes preguntas:

- ¿Cuándo me he sentido vulnerable o he sentido que mis derechos se han violentado? ¿cómo reaccioné?
- ¿Quién puede ayudarme a proteger mis derechos?
- Escribirán en su diario de viaje la narración de dicho hecho y la respuesta a estas preguntas para después (de forma voluntaria), compartirlo con el grupo.

g) Todos tenemos los mismos derechos (Tiempo estimado: 45 minutos).

Con base en los comentarios de la actividad anterior y con las imágenes utilizadas para el ejercicio de reflexión, así como recortes de revistas que se les proporcionen, se realizará un mural tipo collage que refleje la postura (con imágenes y frases) en contra de la discriminación del grupo.

h) Reflexión: diario de viaje y tareas (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se dará un espacio para escribir ¿cómo se sintieron en la sesión del día de hoy y qué aprendizajes se llevan? Para posteriormente compartirlo con sus compañeros.

Se recordará la importancia de seguir escribiendo en su diario de viaje, para compartirlo en las siguientes sesiones con sus compañeros e ir creando memorias.

i) Cierre de la sesión en plenaria (Tiempo estimado: 15 minutos).

Se compartirá, en plenaria, el trabajo realizado sobre el derecho a la igualdad y a la no discriminación y se compartirán las impresiones finales de esta.

- Grupo: tejedx de esperanza (personas cuidadoras de NNA).

a) Creando historias (Tiempo estimado: 15 minutos).

La jornada iniciará formando un círculo grupal con todos los participantes sentados. Una persona del equipo facilitador iniciará una historia y después cada uno (aventando una pelota para designar al participante que sigue), irá completando la historia dándole el sentido que desee.

Al finalizar las rondas, la persona coordinadora deberá realizar preguntas como:

- ¿Qué crees que siente el personaje de la historia que resultó?
- ¿Cómo expresaba sus sentimientos?
- ¿Qué harías tú en el lugar del personaje para resolver la situación problemática?
- ¿Cómo puede expresar sus emociones de una forma distinta?

b) Deja sacar la ira (Tiempo estimado: 25 minutos).

La persona facilitadora dará lectura al cuento "Deja secar la ira" para posteriormente contar con un espacio de análisis y reflexión.

¡Deja secar la ira! ¡Deja secar la ira!

Mariana se puso toda feliz por haber ganado de regalo un juego de té de color azul.

Al día siguiente, Julia, su amiguita, vino bien temprano a invitarla a jugar. Mariana no podía pues saldría con su madre aquella mañana.

Julia entonces pidió a Mariana que le prestara su juego de té para que ella pudiera jugar sola en el jardín del edificio en que vivían.

Ella no quería prestar su flamante regalo, pero ante la insistencia de la amiga decidió, hacer hincapié en el cuidado de aquel juguete tan especial.

Al volver del paseo, Mariana se quedó pasmada al ver su juego de té tirado al suelo. Faltaban algunas tazas y la bandeja estaba rota.

Llorando y muy molesta Mariana se desahogó con su mamá "¿yes mamá lo que hizo Julia conmigo? Le presté mi juguete y ella lo descuidó todo y lo dejó tirado en el suelo".

Totalmente descontrolada Mariana quería ir a la casa de Julia a pedir explicaciones, pero su madre cariñosamente le dijo:

- "Hijita, ¿te acuerdas de aquel día cuando saliste con tu vestido nuevo todo blanco y un coche que pasaba te salpicó de lodo tu ropa? Al llegar a casa querías lavar inmediatamente el vestido, pero tu abuelita no te dejó. ¿Recuerdas lo que dijo tu abuela? Ella dijo que había que dejar que el barro se secara, porque después sería más fácil quitar la mancha. Así es hijita, con la ira es lo mismo, deja la ira secarse primero, después es mucho más fácil resolver todo".

Mariana no entendía todo muy bien, pero decidió seguir el consejo de su madre y fue a ver el televisor.

Un rato después sonó el timbre de la puerta... Era Julia, con una caja en las manos y sin más preámbulo ella dijo:

- "Mariana, ¿recuerdas al niño malcriado de la otra calle, el que a menudo nos molesta? Él vino para jugar conmigo y no lo dejé porque creí que no cuidaría tu juego de té pero él se enojó y destruyó el regalo que me habías prestado. Cuando le conté a mi madre ella preocupada me llevó a comprar otro igualito, para ti. ¡Espero que no estés enojada conmigo! ¡No fue mi culpa!"

- "¡No hay problema!, dijo Mariana, ¡mi ira ya secó! Y dando un fuerte abrazo a su amiga, la tomó de la mano y la llevó a su cuarto para contarle la historia del vestido nuevo ensuciado de lodo".

Nunca reacciones mientras sientas ira. La ira nos ciega e impide que veamos las cosas como ellas realmente son. Así evitarás cometer injusticias y actuarás de forma correcta delante de una situación difícil.

Acuérdate siempre: ¡Deja la ira secar! (De la Cruz Carrizales)

Una vez concluida la lectura se explicará que podemos vivir una misma situación, pero que la forma en la que la interpretemos influirá en nuestras emociones y comportamientos, por lo que es importante generar interpretaciones positivas para que las emociones y acciones sean favorables a una mejor resolución.

Se animará a las personas cuidadoras a pensar en situaciones en las que han experimentado emociones negativas, así mismo qué pensamientos y comportamientos contribuyeron a esas emociones.

Posteriormente se aplicará el formato de Autorregistros (A-B-C), donde cada participante registrará diferentes situaciones que hayan vivido, para identificar sus pensamientos, emociones y conductas y así poder generar la reestructuración cognitiva esperada. El formato de autorregistro se encuentra disponible en: [MODELO ABCDE Formato.pdf](#)

c) Cambiando la idea, mejorando la emoción (Tiempo estimado: 30 minutos)

Como continuación de la actividad anterior, ahora cada participante realizará el cambio de creencia irracional por una racional, continuando con el modelo A-B-C, ahora agregando la fase D-E, donde D es el paso de debate y cuestionamiento y la E es la fase de adopción de creencias racionales.

El equipo facilitador llevará el debate, discusión y cuestionamiento de las ideas irracionales una vez identificadas en los autorregistros, esto a través de preguntas lógicas y empíricas, tales como: ¿dónde dice que así debe de ser? ¿qué es lo que te lleva a creer eso?

El objetivo de esta parte del debate y cuestionamiento es diferenciar entre lo que quiere y lo que necesita, así como entre la exigencia y las opciones que se tienen para mejorar la situación.

Así, las nuevas creencias racionales adaptativas surgidas del debate de las creencias irracionales están representadas por la letra E. Esta fase representa el trabajo en casa, para fortalecer el hábito e interiorizar las nuevas creencias.

d) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos)

e) Derecho a la igualdad y a la no discriminación (Tiempo estimado: 20 minutos)

Mediante una exposición de imágenes, se mostrarán situaciones adversas de grupos vulnerables y cada miembro del grupo expresará: ¿cuáles creen que son los derechos que se están vulnerando en cada uno de los casos? ¿cómo creen que se sentían las personas? y ¿cuáles son las consecuencias de estas violaciones a los derechos en su vida diaria?

Cada miembro del grupo reflexionará en torno a las siguientes preguntas: ¿cuándo me he sentido vulnerable o he sentido que mis derechos se han violentado? ¿cómo reaccioné? ¿quién puede ayudarme a proteger mis derechos? Escribirán en su diario de viaje la narración de dicho hecho y la respuesta a estas preguntas para después, de forma voluntaria, compartirlo con el grupo.

f) Todos tenemos los mismos derechos (Tiempo estimado: 45 minutos)

Con base en los comentarios de la actividad anterior, y con las imágenes utilizadas para el ejercicio de reflexión, así como recortes de revistas que se les proporcionen, se realizará un mural tipo collage que refleje la postura, con imágenes y frases, en contra de la discriminación del grupo.

g) Reflexión: diario de viaje y tareas (Tiempo estimado: 20 minutos)

Se dará un espacio para escribir cómo se sintieron en la sesión del día de hoy y qué aprendizajes se llevan para, posteriormente, compartirlo con sus compañeros.

Se recordará la importancia de seguir escribiendo en su diario de viaje, para compartirlo en las siguientes sesiones con sus compañeros e ir creando memorias.

h) Cierre de la sesión en plenaria (Tiempo estimado: 15 minutos)

Se compartirá, en plenaria, el trabajo realizado sobre el derecho a la igualdad y a la no discriminación y se compartirán las impresiones finales de esta.

Intervención 4

- Sesión Plenaria (Tiempo estimado: De 10 a 15 minutos).

Participantes: NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador.

Descripción de las actividades:

El equipo facilitador realizará una ronda de presentación con los participantes, promoviendo la existencia de un círculo de confianza y mutuo conocimiento. Posteriormente, se realizará un rastreo de emociones para identificar cómo se encuentran los participantes y sus expectativas de esta sesión, para finalmente dirigirse a cada uno de los grupos de trabajo.

- Grupo: buscadorxs de tesoros (6 a 12 años) y grupo: chavxs con la dignidad rebelde (13 a 17 años). Ambos grupos realizarán las mismas actividades, pero se mantendrán en grupos diferenciados.

a) Basta de las emociones (Tiempo estimado: 15 minutos)

Se le entrega a cada niño un tablero del “Basta de las emociones” que contiene las siguientes columnas sobre la emoción:

- ¿Cómo se manifiesta en el cuerpo?
- ¿Qué cosas te produce en el cuerpo?
- ¿Qué pensamientos provoca esta emoción?
- ¿Qué puedo hacer al sentirla?

Por turnos, procurando que todos tengan la oportunidad, los NNA lanzarán un dado con caras que reflejen las siguientes emociones: rabia, tristeza, alegría, calma, amor y miedo; dependiendo de la cara del dado que resulte se completarán las columnas con la información solicitada. El material se encuentra disponible en: [dado de emociones.pdf](#)

b) Evaluación de seguimiento (Tiempo estimado: 50 minutos).

El equipo facilitador aplicará la evaluación de lectura, escritura y matemáticas apropiada a su nivel y edad con la finalidad de evaluar cuantitativamente el avance académico que los NNA han tenido en comparación con la evaluación diagnóstica que se realizó al inicio de la segunda fase del programa. Las evaluaciones de seguimiento se encuentran disponibles en el siguiente enlace: [evaluaciones pruebas de seguimiento matemáticas.pdf](#)

c) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos).

d) Todos brillamos con luz propia (Tiempo estimado: 25 minutos).

- Se brindará la siguiente explicación sobre el significado de *autoestima*:

En el *autoconcepto* prima la dimensión cognitiva, mientras que en la *autoestima* prevalece la valorativa y afectiva.

El *autoconcepto* participa considerablemente en la conducta y en las vivencias del individuo. La persona va desarrollando su *autoconcepto*, va creando su propia *autoimagen*, el *autoconcepto* no es innato. Cuando hablamos de *autoestima*, nos estamos refiriendo a una actitud hacia uno mismo.

Si la contemplamos como una actitud, nos referimos a la forma habitual de pensar, amar, sentir y comportarse consigo mismo. Se trata así, de la disposición permanente para enfrentarnos con nosotros mismos y el sistema fundamental por el cual ordenamos nuestras experiencias.

La *autoestima* conforma nuestra personalidad, la sustenta y le otorga un sentido. Se genera como resultado de la historia de cada persona, no es innata; es el resultado de una larga secuencia de acciones y sentimientos que se van sucediendo en el transcurso de nuestros días.

- Una vez brindada esta reflexión, se explicará a NNA la importancia del autoconocimiento y cómo puede ayudarnos a comprender mejor nuestras emociones, pensamientos y comportamientos, para después pedir a los niños que piensen en sus propias fortalezas, habilidades y áreas de mejora, mismas que serán escritas en una figura en forma de estrella que se les proporcionará y será pegada en el pizarrón con la finalidad de simular un cielo con todas las características.
- Una vez identificadas sus características, se colocará una hoja en la espalda de cada persona, en la cual el resto de los participantes escribirán en ella cómo los perciben. Cuando todos hayan compartido sus listas, se les pedirá que elijan una cualidad de su lista que les gustaría destacar más, con la cual dibujarán una imagen o símbolo que represente esa cualidad en una hoja de papel y la conservarán por su posterior exposición ante el resto de sus compañeros.

e) Derecho a la participación (Tiempo estimado: 20 minutos).

El equipo facilitador explicará la importancia de la participación en temas de interés, destacando que el derecho a la participación abarca la libertad de expresarse, la libertad de reunirse pacíficamente con otros niños, niñas y adolescentes, contar con información adecuada y la participación en actividades culturales.

Posteriormente se leerá de manera grupal la ficha de la declaración universal de los derechos humanos: [declaración universal de los derechos.png](#)



Imagen obtenida del sitio web: <https://www.actiludis.com/2014/08/31/derechos-humanos-2/>.

f) ¿Qué he aprendido? (Tiempo estimado: 40 minutos).

Cada participante deberá reflexionar sobre lo que ha aprendido, lo que más le ha gustado y lo que se lleva de esta fase del Programa comunitario para reflejarlo en un mural individual en donde, con su creatividad, expresará con dibujos y/o palabras diversos consejos para proteger la integridad personal y promover el respeto a los derechos humanos.

g) Cierre de la sesión en plenaria (Tiempo estimado: 40 minutos).

Se pegarán en un salón todos los murales individuales, a manera de crear una “galería de experiencias” para que NNA y cuidadores puedan observar el trabajo realizado por los demás.

Se formará un círculo y se explicará lo que simboliza estar en un círculo: la mano derecha simboliza nuestra capacidad de ayudar y la mano izquierda simboliza nuestra necesidad de intercambio; al mismo tiempo en que podemos ayudar, necesitamos recibir ayuda. En un círculo nos vemos todos, podemos ver a los que están cerca y a los que están más distantes; no hay primeros ni últimos “todos somos iguales”.

Dentro del círculo, cada integrante expresará con una palabra o frase lo que se lleva de esta etapa del programa. Después de decir su frase, se le dará un abrazo a la persona que se encuentra a la derecha y se le dará las gracias por haber compartido juntos esta experiencia.

- Grupo: tejedorxs de esperanza (personas cuidadoras de NNA).

a) Hoy me siento... (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se distribuirá una hoja en blanco donde se le pedirá a las personas cuidadoras que realicen un dibujo de sí mismas, reflejando su estado emocional. Al finalizar, cada participante mostrará su dibujo y explicará lo que representa, y cómo se siente el día de hoy.

b) Autoestima y autoconcepto (Tiempo estimado: 20 minutos).

Los participantes compartirán la información que tienen sobre lo que es la autoestima y lo que es el autoconcepto. A partir de la información que ya conocen, se dará un repaso acerca de la diferencia que hay entre *autoestima* y *autoconcepto* para trabajar sobre ello.

El *Autoconcepto* es básicamente la imagen que se tiene de sí mismo, el cual es particularmente influenciado por las interacciones que tenemos con las personas más importantes en nuestra vida, incluyendo la percepción de nuestras capacidades.

El *autoconcepto* se compone de dos partes fundamentales:

- *Identidad personal*: que incluye los rasgos de personalidad y otras características que hacen las personas únicas.
- *Identidad social*: que incluye los grupos a los que pertenecemos o en los que nos desenvolvemos. Esta supone una parte importante del concepto que tenemos de nosotras mismas y que interiorizamos por la interacción dentro de estos grupos.

Aprendemos a vernos y definirnos desde el exterior y no a identificar lo que en realidad somos.

La *autoestima* es la medida en que nos evaluamos, aprobamos y aceptamos nuestro *autoconcepto*. Principales factores que influyen en nuestra *autoestima* (Argyle 2008):

- La reacción de las demás personas.
- La comparación con los demás.
- Los roles sociales.
- La identificación.

¿Cómo mejorar nuestro *autoconcepto* y *autoestima*?

- Mejorar nuestro diálogo interno.
- Mejorar nuestro sistema de creencias.

c) Cuestionario de heridas a la autoestima (Tiempo estimado: 20 minutos).

Los facilitadores proporcionarán a las personas cuidadoras un cuestionario, donde se tomará conciencia de cómo las expresiones verbales afectan a nuestra autoestima y de cómo se

pueden expresar las quejas sin dañar a los demás. Este cuestionario se encuentra disponible en el siguiente enlace: [Cuestionario de heridas a la autoestima.pdf](#)

Al terminar de contestar, se invitará a las personas a compartir sus respuestas con las otras participantes, reflexionando si alguna vez han lastimado a alguien por la forma en la que se expresa lo que piensan o sienten.

d) Receso (Tiempo estimado: 20 minutos).

e) Círculo de virtudes (Tiempo estimado: 20 minutos).

El equipo facilitador brindará a cada participante una hoja en blanco, en la cual cada persona deberá colocar su nombre. Posteriormente, el resto de los participantes se colocará en un círculo e irá pasando su hoja hacia el lado derecho para poder escribir en las hojas de sus compañeras y compañeros los aspectos positivos que identifiquen en esa persona.

Una vez que la hoja regrese a su propietario se reflexionará sobre el reconocimiento a las cualidades propias y las de las demás personas, así como aprender a dar y recibir comentarios positivos.

f) Derecho a la participación (Tiempo estimado: 20 minutos).

El equipo facilitador explicará la importancia de la participación en temas de interés, destacando que el derecho a la participación abarca la libertad de expresarse, la libertad de reunirse pacíficamente con otros niños, niñas y adolescentes, contar con información adecuada y la participación en actividades culturales.

Posteriormente se leerá de manera grupal la ficha de la declaración universal de los derechos humanos [declaración universal de los derechos.png](#)

g) ¿Qué he aprendido? (Tiempo estimado: 40 minutos).

Cada participante deberá reflexionar sobre lo que ha aprendido, lo que más le ha gustado y lo que se lleva de esta fase del Programa comunitario integral para reflejarlo en su mural individual en donde, con su creatividad, expresará mediante dibujos y/o palabras diversos consejos para proteger la integridad personal y promover el respeto a los derechos humanos.

h) Cierre de la sesión en plenaria (Tiempo estimado: 40 minutos).

Se pegarán en un salón todos los murales individuales, a manera de crear una “galería de experiencias” para que NNA y cuidadores puedan observar el trabajo realizado por los demás.

Se formará un círculo y se explicará lo que simboliza estar en un círculo: la mano derecha simboliza nuestra capacidad de ayudar y la mano izquierda simboliza nuestra necesidad de intercambio; al mismo tiempo en que podemos ayudar, necesitamos recibir ayuda. En un

círculo nos vemos todos, podemos ver a los que están cerca y a los que están más distantes; no hay primeros ni últimos “todos somos iguales”.

Dentro del círculo, cada integrante expresa con una palabra o frase lo que se lleva de esta etapa del Programa. Después de decir su frase, se le dará un abrazo a la persona que se encuentra a la derecha y se le dará las gracias por haber compartido juntos esta experiencia.

Al término de esta etapa de intervención, se realizó un campamento de convivencia en donde las familias participantes del Programa tuvieron la oportunidad de compartir durante tres días, actividades socioemocionales y recreativas, entre las que destacan:

- Rallys deportivos en donde participan niñas, niños, adolescentes y personas cuidadoras.
- Conferencias sobre el derecho a la búsqueda, dinámicas escénicas y teatrales de exploración emocional para NNA familiares de personas desaparecidas.
- Convivencia alrededor de una fogata en donde cada persona participante se desprendió de un miedo y lo compartió con el resto de los participantes.

Dichas actividades fortalecieron las redes de apoyo y los vínculos de confianza existentes entre los integrantes de su familia y con aquellas personas que han vivido situaciones similares a las suyas.

X. Segunda etapa de intervención

Para lograr los fines propuestos durante esta etapa de intervención, se desarrollaron cinco sesiones de trabajo en cada uno de los territorios, cuatro a nivel temático y una de evaluación final. Cada una de estas sesiones contó con un abordaje diferenciado de las temáticas de autoestima, acompañamiento, colectividad y personalidad para cuidadores, así como para las infancias y adolescencias, mismas que fueron agrupadas en un grupo multigrado para lograr la cohesión de una red de confianza en la que los menores compartieran sus experiencias, vivencias y puntos de referencia, además del apoyo académico con sus compañeros más jóvenes.

Intervención 1

- Sesión Plenaria (Tiempo estimado: De 10 a 15 minutos).

Participantes: NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador.

Descripción de las actividades:

El equipo facilitador realizará una ronda de presentación con los participantes, promoviendo la existencia de un círculo de confianza y mutuo conocimiento y dando la bienvenida a los nuevos participantes que se integren en esta etapa. Posteriormente, se realizará una explicación de la dinámica de las sesiones plenarias con la que se iniciará cada intervención para posteriormente pasar a cada uno de los grupos de trabajo.

- Grupo NNA

- a) Dinámica “Sobre mí” (Tiempo estimado: 20 minutos).

Los participantes se reunirán en círculo para presentarse, considerando la integración de nuevos participantes y recordando los nombres de todas las personas participantes de la etapa anterior. Cada uno de ellos compartirá cómo se siente al estar participando en esta nueva etapa del programa y que espera aprender.

Posteriormente, se trabajará de manera colectiva en el juego de mesa “Sobre mí”, en el cual cada participante deberá lanzar un dado y avanzar el número de casillas correspondientes, teniendo que contestar la pregunta que se indique en la casilla a donde llegó.

El juego terminará cuando algún participante llegue a la meta, el tablero para la dinámica se encuentra disponible en el siguiente enlace: [juego de mesa sobre mí.pdf](#)

- b) Establecimiento de reglas del grupo (Tiempo estimado: 10 minutos).

Las y los participantes dialogarán sobre cuáles son las reglas que consideran indispensables para que exista un espacio seguro y armonioso de trabajo, teniendo la posibilidad de retomar las reglas que se habían establecido en la etapa anterior y/o agregando aquellas que consideren necesarias para estas nuevas sesiones.

Cada NNA pasará a la cartulina pegada en el pizarrón a establecer una regla de trabajo, mientras que el resto del grupo compartirá si está de acuerdo y dispuesto a respetarla. Estas normas deberán retomarse al inicio de cada sesión de trabajo y seguirse durante las mismas.

- c) Test de frases incompletas para NNA (Tiempo estimado: 25 minutos).

Los facilitadores brindarán el test de frases incompletas de Sacks para niños para que cada uno de ellos las complete con lo primero que se les venga a la mente. Las personas aplicadoras deberán estar atentas si alguien requiere apoyo con la lectoescritura de la prueba o la explicación de alguna frase, pero es importante no influir en alguna respuesta de los NNA ya que esta es una técnica proyectiva cuyo objetivo es conocer cómo se relacionan interpersonalmente, las actitudes, deseos y afectos de los NNA. [Frases incompletas.](#)

- d) Receso (Tiempo estimado: 25 minutos).

- e) Diagnóstico psicopedagógico (Tiempo estimado: 40 minutos).

El equipo facilitador entregará y brindará las instrucciones para la realización del examen de conocimientos, así como establecer los tiempos para dicha actividad. Se deberá estar pendiente de resolver dudas de los NNA, pero se deberá evitar dar respuestas, ya que el objetivo de dicha prueba es identificar las necesidades educativas de los menores.

Las pruebas que respondan las NNA consistirá en un examen acorde a su edad y grado escolar. Los diferentes instrumentos se encuentran disponibles en: [Evaluaciones académicas](#).

f) Diagnóstico en derechos humanos (Tiempo estimado: 25 minutos).

Se le entregará a cada NNA un instrumento para identificar el nivel de avance sobre el conocimiento en materia de derechos humanos, los facilitadores solo deberán resolver dudas sobre la actividad y no dar las respuestas a los NNA; para así conocer el nivel de avance real de cada uno de ellos. Instrumentos disponibles en: [Diagnóstico DDH](#).

g) Así soy yo (Tiempo estimado: 30 minutos).

A cada NNA se le entregará una hoja en donde deberá dibujar su autorretrato, escribir 5 cosas esenciales que las personas deberían conocer sobre ella o él y 5 cosas que ama o que lo pone feliz, así mismos aspectos que en la etapa anterior los NNA conocieron sobre sí mismos y que consideren importante compartirlos con sus compañeros del Programa.

Al terminar, cada NNA compartirá su trabajo con el resto del grupo y lo pegará en el mural titulado “Así soy yo”. Formato disponible en: [asi_soy_yo.pdf](#)

h) Reunión en plenaria (Tiempo estimado: 15 minutos).

Se pegarán para exposición los murales titulados “Así soy yo” y se dará un espacio para que todos puedan pasar a ver el trabajo realizado por los otros grupos.

Se dará un espacio para compartir cómo se sintieron en la sesión de hoy y para que expresen las dudas, inquietudes y comentarios que tienen sobre las sesiones de trabajo de esta etapa.

- Grupo tejedorxs de esperanza (personas cuidadoras de NNA).

a) Dinámica “Sobre mí” (Tiempo estimado: 20 minutos).

Los participantes se reunirán en círculo para presentarse, considerando la integración de nuevos participantes y recordando los nombres de todas las personas participantes de la etapa anterior. Cada uno de ellos compartirá cómo se siente al estar participando en esta nueva etapa del Programa y lo que espera aprender.

Posteriormente, cada participante deberá tomar un papelito de un recipiente y leerá la pregunta que ahí aparece para compartir su respuesta con el resto del grupo y así poder conocerse cada vez más, algunas de las preguntas son:

- ¿Qué te sientes muy orgulloso/a de haber logrado?
- ¿Qué le podrías ofrecer a la gente a través de tus talentos?
- ¿Cuál consideras que es tu mejor cualidad?
- ¿Cuál consideras que es tu peor defecto?
- Si pudieras cambiar algo del mundo, ¿qué cambiarías?

b) Establecimiento de reglas del grupo (Tiempo estimado: 10 minutos).

Las y los participantes dialogarán sobre cuáles son las reglas que consideran indispensables para que exista un espacio seguro y armonioso de trabajo, teniendo la posibilidad de retomar las reglas que se habían establecido en la etapa anterior y/o agregando aquellas que consideren necesarias para estas nuevas sesiones.

Cada persona pasará a la cartulina que estará pegada en el pizarrón a establecer una regla de trabajo, mientras que el resto del grupo compartirá si está de acuerdo y dispuesto a respetarla. Estas normas deberán retomarse al inicio de cada sesión de trabajo y seguirse durante las mismas.

c) Test de frases incompletas para NNA (Tiempo estimado: 25 minutos).

Los facilitadores brindarán el test de frases incompletas de Sacks para adultos con la finalidad de que cada uno de ellos las complete con lo primero que se les venga a la mente. Los aplicadores deberán estar atentos si alguien requiere apoyo con la lectoescritura de la prueba o la explicación de alguna frase, pero es importante no influir en alguna respuesta de los participantes ya que esta es una técnica proyectiva cuyo objetivo es conocer cómo se relacionan interpersonalmente, las actitudes, deseos y afectos de ellos.

d) Receso (Tiempo estimado: 25 minutos).

e) Diagnóstico en derechos humanos (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se le entregará a cada participante un instrumento para identificar el nivel de avance sobre el conocimiento en materia de derechos humanos; los facilitadores solo deberán resolver dudas sobre la actividad y no dar las respuestas a los cuidadores para así conocer el nivel de avance real de cada uno de ellos. Instrumento disponible en: [Diagnostico DDHH Adolescentes y adultos.pdf](#)

f) Cuando yo era niño... (Tiempo estimado: 25 minutos).

El facilitador de la sesión brindará las siguientes instrucciones:

- Es importante reflexionar acerca de nuestra propia infancia, de cómo la recordamos y las cosas que nos hubiera gustado escuchar de nuestros padres cuando éramos niñas y niños.
- En una hoja de máquina proporcionada por la persona facilitadora, cada participante redactará un escrito sobre cómo recuerda que fue su infancia, contando alguna anécdota que

le haya dejado huella: ¿cómo eran sus padres con ellos? ¿qué cosas le hubiera gustado escuchar o que ellos hicieran?, entre otras.

- Después reflexionarán sobre cómo es la infancia de sus hijos o de las personas que se encuentran a su cargo: ¿cómo pueden colaborar para que tengan una infancia feliz?, cada uno pensará en una frase para decir diariamente a sus hijos o los NNA a su cargo, que creen que los ayudará a fortalecer su autoestima; por ejemplo: *“Eres importante”*, *“Eres amado(a)”*, *“Soy afortunada (o) de tenerte a mi lado”*.
- Una vez terminada la actividad, quien así lo desee puede compartir con el resto del grupo cómo era su infancia o alguna anécdota que recuerden de aquella época.

g) Así soy yo (Tiempo estimado: 30 minutos).

A cada participante se le entregará una hoja en donde deberán dibujar su autorretrato, escribir cinco cosas esenciales que las personas deberían conocer sobre ella o él y cinco cosas que aman o que los pone felices. Al terminar, cada persona cuidadora compartirá su trabajo con el resto del grupo y los pegarán en el mural titulado “Así soy yo”. Formato disponible en: [así soy yo.pdf](#)

h) Reunión en plenaria (Tiempo estimado: 15 minutos).

Se pegarán para exposición los murales titulados “Así soy yo” y se dará un espacio para que todos puedan pasar a ver el trabajo realizado por los otros grupos.

Se dará un espacio para compartir cómo se sintieron en la sesión de hoy y que expresen las dudas, inquietudes y comentarios que tienen sobre las sesiones de trabajo de esta etapa.

Intervención 2

- Sesión Plenaria (Tiempo estimado: De 10 a 15 minutos).

Participantes: NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador.

Descripción de las actividades:

El equipo facilitador realizará una ronda de presentación con los participantes, promoviendo la existencia de un círculo de confianza y mutuo conocimiento para iniciar la dinámica: “¿En qué zona te encuentras hoy?”.

Para iniciar, se formará un círculo en el que participan NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador. Posteriormente, se identificarán con caras o letreros de colores las cuatro esquinas del salón de la siguiente manera: zona azul, verde, amarilla y roja.

Se invitará a las y los participantes a que reflexionen acerca de sus emociones y su estado de ánimo antes de realizar las actividades, respondiendo a la pregunta: *¿Cómo me siento?*

De manera individual al tener su respuesta, se les indicará a qué emociones o estados de ánimo corresponde cada esquina del aula, con el objetivo de que se muevan hacia la esquina del color que mejor represente la emoción o estado de ánimo que están experimentando en ese momento.

b) Rastreo de emociones:

- Zona Azul: triste, cansado/a, enfermo/a, aburrido/a y decaído/a.
- Zona Verde: tranquilo/a, feliz, centrado/a, “me siento bien”, “al mando”.
- Zona Amarilla: emocionada/o, ansioso/a, nervioso/a, frustrado/a, confundido/a.
- Zona Roja: enfadado/a, miedoso/a, con pánico, “quiero gritar”, “no tengo el control”.

c) Continuando con la misma dinámica de las zonas, se plantean diferentes situaciones para que las personas imaginen qué emoción les genera y se ubiquen en la zona correspondiente:

- Escuchar mi canción favorita.
- Olvidar estudiar para un examen o realizar un trabajo importante.
- Tener una discusión con alguien que quiero mucho.
- Perder a mi mascota.
- Ir al cine.
- Que me den una sorpresa de cumpleaños.
- Que alguien te corrija cuando te equivocas.
- Que se te haga tarde para un asunto importante.
- Cuando alguien te pide que le hagas un favor.

Las y los participantes que se encuentren en las zonas azul y roja, identificarán (con el apoyo del equipo facilitador) la razón de su enfado, enojo, cansancio, miedo, etc. Con el objetivo de permitir la libre expresión de emociones y estados de ánimo y con el entendimiento de que todas las emociones son válidas, lo importante es rastrearlas y expresarlas de una forma saludable.

Concluye la sesión plenaria con las y los participantes formando nuevamente el círculo y dando un abrazo a la persona que tienen a la derecha y a la persona que tienen a su izquierda, para dar pase a grupos de trabajo.

- Grupo de NNA

a) Recordar las reglas del grupo (Tiempo estimado: 20 minutos).

Por parte del equipo facilitador se recordarán las reglas establecidas en la sesión pasada, con la intención de que todas las personas las respeten en la jornada de trabajo y, si se cree necesario agregar nuevas reglas, se dará la oportunidad de hacerlo.

b) Resolviendo problemas (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se le entregará a cada NNA una hoja con operaciones para realizarlas de forma mental (las operaciones son distintas dependiendo el nivel en el que se encuentren), la hoja se pondrá boca abajo y se les dará la indicación de que no la pueden voltear hasta que el facilitador lo indique.

Se deberá iniciar el cronómetro y cada NNA irá levantando la mano al terminar sus operaciones para indicarle cuánto tiempo tardó en contestarlas. El tiempo se registrará en la parte posterior de la hoja. [fichas para el cálculo mental.pdf](#)

Se entregará un ejercicio para determinar “mayor que” y “menor que” y una actividad con tres problemas de razonamiento (de acuerdo con su nivel); los facilitadores deben fungir como tutores si algún NNA no comprende las instrucciones o no sabe realizar alguna operación. Los ejercicios matemáticos se encuentran disponibles en: [problemas de razonamiento.pdf](#)

c) Un paseo por el bosque (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se les indicará a los NN que dibujen un árbol en una hoja de máquina previamente entregada, recordando la importancia de incluir los siguientes elementos: raíces, ramas, hojas y frutos; tal y como se muestra en el siguiente ejemplo: [arbol de vida.png](#).

Durante la realización de este ejercicio se contará con música de fondo en el salón de clases, predominando un ambiente de calma y tranquilidad. Al terminar su dibujo escribirán lo siguiente:

- En las raíces: las cualidades positivas que cada uno cree tener.
- En las ramas: las cosas positivas que hacen.
- En los frutos: sus éxitos y triunfos.

Una vez que terminen escribirán su nombre y apellido en la parte superior del dibujo y formarán grupos de cuatro personas (adaptándose esta cifra al número total de NNA), en los cuales cada NNA pondrá en el centro del grupo su dibujo y hablará del árbol en primera persona como si fuese el árbol.

Posteriormente, cada NNA se colocará su árbol en el pecho de forma que todos los grupos puedan verlo y darán “Un paseo por el bosque” de modo que cada vez que encuentren un árbol digan en voz alta las características del dibujo diciendo: “*Tú eres*”. Por ejemplo: *Alan tú eres... y tienes...*, teniendo cinco minutos para pasear por el bosque.

Al finalizar la actividad pasarán a pegar su dibujo afuera del salón con el objetivo de que el trabajo realizado por los NNA pueda exponerse a los adolescentes, a las personas cuidadoras y al equipo facilitador.

d) Receso (Tiempo estimado: 25 minutos).

e) Fortaleciendo mi autoestima (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se le entregará a cada NNA una hoja del anexo *Autoestima*. En ella escribirán dos listados:

- Listado de aquellas cosas que sacan mi mejor versión.
- Cuando intentas algo y no lo consigues, ¿qué te dices?

Al finalizar la actividad, realizarán una propuesta acerca del diálogo que pueden construir en lugar de desaprobar sus esfuerzos. Es importante recordarles a las niñas y niños que, para lograr algo, es necesario intentarlo y aprender de sus propias experiencias.

Sin embargo, lo que se hace en la mayoría de las ocasiones es invalidar los avances e incluso, a veces, mostramos faltas de respeto hacia nosotros mismos a través de las cosas que nos decimos, siendo esta una señal de baja autoestima. Por lo cual, los facilitadores incentivarán una narrativa que fortalezca su nivel de autoestima y les oriente hacia el reconocimiento de sus logros.

Al final del ejercicio, cada NNA elegirá un sticker con la afirmación que querrá trabajar durante la semana con el objetivo de reconocer sus cualidades, esfuerzos y logros. Portará el sticker en su pecho (a modo de gafete) y repetirá la autoafirmación todos los días, en los momentos en los que tenga que vencer un obstáculo o cuando esté realizando alguna actividad en la que no tenga el mejor ánimo.

Esto, como recordatorio de las cualidades y características que lo hacen una persona única e irrepetible. Los stickers utilizados para dicha actividad, se encuentran disponibles en: [stickers autoafirmación.pdf](#)

f) El príncipe ceniciento (Tiempo estimado: 20 minutos).

El equipo facilitador entregará a cada participante la ficha de trabajo sobre estereotipos de género, dando el tiempo pertinente para su resolución, con base en las ideas que tiene cada persona sobre los estereotipos y roles de género.

Esta actividad es personal por lo que, en esta primera parte de la actividad, no podrán recibir apoyo los NNA, pero es importante aclararles que no existen respuestas correctas e incorrectas. Ficha de trabajo disponible en: [estereotipos.pptx.pdf](#)

Una vez hecha esta actividad, el grupo prestará atención mientras la persona facilitadora narra el cuento:

“El príncipe ceniciento”.

Ceniciento no parecía un príncipe, porque era bajito, pecoso, sucio y delgado. Tenía tres hermanos grandulones y peludos que siempre se burlaban de él. Estaban siempre en la Disco Palacio con unas princesas que eran sus novias. Y el pobre Príncipe Ceniciento siempre en casa, limpie y limpie lo que ellos ensuciaban. - ¡Si pudiera ser fuerte y peludo como mis hermanos! pensaba junto al fuego, cansado de trabajar.

El sábado por la noche, mientras lavaba calcetines, un hada cochambrosa cayó por la chimenea. - Se cumplirán todos tus deseos- dijo el hada. - Zis Zis Bum, Bic, Bac Boche, esta lata vacía será un coche. ¡Bif, baf bom, bo bo bas, a la discoteca irás! - ¡Esto no marcha! dijo el hada. Había creado un coche de juguete diminuto, y el príncipe no se había movido de la cocina...- ¡Dedo de rata y ojo de tritón salvaje, que tus harapos se conviertan en un traje! gritó el hada, pero solo consiguió un ridículo bañador de rayas para el príncipe. - Bueno...ahora cumpliré tu deseo más importante. ¡Serás fuerte y peludo!

Y vaya si era un Ceniciento grande y peludo: ¡se había convertido en un mono! - ¡rayos! dijo el hada-. Ha vuelto a fallar, pero estoy segura de que a medianoche se romperá el hechizo... Poco se imaginaba el Príncipe Ceniciento que era un mono grande y peludo por culpa de aquel error. ¡Él se veía tan guapo! Y así fue corriendo a la discoteca.

El coche era muy pequeño, pero supo sacarle provecho. Pero al llegar a aquella disco de príncipes, ¡era tan grande que no pasaba por la puerta! Y decidió volver a casa en autobús. En la parada había una princesa muy guapa. - ¿A qué hora pasa el autobús? gruñó, asustando a la princesa. Por suerte, dieron las doce y el Príncipe Ceniciento volvió a ser como antes. La princesa creyó que la había salvado ahuyentando a aquel mono peludo - ¡Espera! - gritó ella, pero el Príncipe Ceniciento era tan tímido que ya había echado a correr. ¡Hasta perdió los pantalones!

Aquella Princesa resultó ser la rica y hermosa Princesa Lindapasta. Dictó una orden para encontrar al propietario de los pantalones. Príncipes de lejanas tierras intentaron ponérselos, pero los pantalones se retorcián y nadie lo conseguía. Como era de esperar, los hermanos del Príncipe Ceniciento se peleaban por probarlos.

Que se los pruebe él, -ordenó la princesa, señalando al Príncipe Ceniciento - Este mequetrefe no podrá ponérselos- se burlaron sus hermanos... ¡pero lo consiguió! La Princesa Lindapasta se le declaró al punto. El Príncipe Ceniciento se casó con la Princesa Lindapasta y fueron ricos y felices por siempre jamás. La Princesa Lindapasta habló con el hada de los tres peludos... y ésta los convirtió en hadas domésticas. Y en adelante, les tocó hacer las labores de la casa, por siempre jamás.

Leído el cuento, los NNA deberán expresar qué ideas le sugiere el cuento, cuáles son los estereotipos identificados y cuál es su moraleja, reflexionando a su vez las siguientes preguntas:

- ¿Normalmente leemos cuentos como este?
- ¿Cómo son los cuentos tradicionales?

Las y los facilitadores explicarán términos como *machismo*, *misoginia*, *igualdad*, *violencia* y *discriminación*, detonando la conversación con los participantes para poder ejemplificar estos términos en actitudes y sucesos de la vida diaria; esto, retomando los reactivos que contestaron en el ejercicio de estereotipos.

g) Había una vez, un cuento al revés (Tiempo estimado: 45 minutos).

A continuación, los NNA deberán crear una historia que fomente la igualdad de oportunidades y evite los estereotipos de género. Mientras crean la historia, las personas facilitadoras pueden ayudarles a diferenciar qué personajes o actitudes pueden considerarse sexistas.

El cuento se realizará en formato amplio, ya que se expondrá en plenaria al final de la sesión; se pueden agregar dibujos o recortes para decorarlo, evitando los roles tradicionales de género.

h) Reunión en plenaria (Tiempo estimado: 20 minutos).

Los NNA contarán el cuento que elaboraron en la actividad “Había una vez, un cuento al revés”. También habrá un espacio para que todos los participantes puedan ver las actividades realizadas en la dinámica “Un paseo por el bosque”.

Al finalizar las exposiciones, se realiza nuevamente la dinámica *¿En qué zona estás?* para dar paso a las siguientes preguntas de reflexión:

- ¿Hubo cambios en tus emociones? ¿Y en tu estado de ánimo?
- ¿En qué zona estabas al inicio?
- ¿En qué zona estás ahora?
- ¿Qué aprendiste hoy?

Finalmente, se realizará una sesión de reflexión de *¿cómo llegaron?* y *¿cómo se van de esta sesión?*, destacando los aprendizajes obtenidos por cada participante.

- Grupo tejedorxs de esperanza (personas cuidadoras de NNA).

a) Recordar las reglas del grupo (Tiempo estimado: 20 minutos).

Por parte del equipo facilitador, se recordarán las reglas establecidas en la sesión anterior con la intención de que todas las personas las respeten en la jornada de trabajo. Si se considera necesario agregar nuevas reglas, se dará la oportunidad de hacerlo.

b) Un paseo por el bosque (Tiempo estimado: 20 minutos).

Con la finalidad de propiciar un diálogo interior positivo en los núcleos familiares de cada NNA, se compartirá con las personas cuidadoras la siguiente información:

- La *autoestima* es la capacidad que tienen los seres humanos de sentirse bien con ellos mismos; una persona que tenga una buena autoestima será capaz de afrontar mejor las situaciones adversas que se le presenten en la vida.

- *Autorrespeto* es ser capaz de tratarse bien, de saber lo que te mereces y lo que no. Si tú te tratas bien no dejarás que nadie haga lo contrario contigo.
- *Autoaceptación* es aceptarse a sí mismo, para bien o para mal, con aciertos y errores, con defectos y virtudes. Aceptar que eres humano y que te equivocas y que tienes todo el derecho de hacerlo.
- *Autoconcepto* es la imagen que hemos creado sobre nosotros mismos. Se trata del conjunto de ideas que creemos que nos definen, a nivel consciente e inconsciente. Es el conjunto de características (estéticas, físicas, afectivas) que sirven para definir nuestra propia imagen.
- *Autoconocimiento* es conocerse a uno mismo es una forma de ser realista, de saber hacia dónde queremos dirigirnos y de conectar con nosotros mismos, para saber cuáles son nuestros puntos fuertes y utilizarlos a nuestro favor.

Una vez compartida esta información, se solicitará a cada una de las personas cuidadoras dibujar, en una hoja de máquina, un árbol e incluir los elementos que se muestran en el siguiente ejemplo: [árbol de vida.png](#)

Una vez finalizado el dibujo, cada persona cuidadora pasará al frente del grupo y explicará los elementos de su árbol. Si alguien desea hacer preguntas o comentarios sobre los árboles de los demás se dará oportunidad para hacerlo.

Al finalizar la actividad, las personas cuidadoras pasarán a pegar su dibujo afuera del salón con el objetivo de que el trabajo realizado por ellas pueda exponerse a los NNA y al equipo facilitador.

c) Receso (Tiempo estimado: 25 minutos).

d) Fortaleciendo mi autoestima (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se le entregará a cada persona cuidadora una hoja del anexo de *Autoestima*. En ella escribirán dos listados:

- Listado de aquellas cosas que sacan mi mejor versión.
- Cuando intentas algo y no lo consigues, ¿qué te dices?

Al finalizar harán una propuesta acerca del diálogo que pueden construir en lugar de desaprobar sus esfuerzos. Es importante recordarles a las personas cuidadoras que, para lograr algo, es necesario intentarlo y aprender de sus propias experiencias.

Sin embargo, lo que se hace en la mayoría de las ocasiones es invalidar los avances e incluso, a veces, mostramos faltas de respeto hacia uno mismo a través de las cosas que nos decimos, siendo esta una señal de baja autoestima. Por lo cual, los facilitadores incentivarán una narrativa que fortalezca su nivel de autoestima y les oriente hacia el reconocimiento de sus logros.

Al final del ejercicio, cada persona cuidadora elegirá un sticker con la afirmación que querrá trabajar durante la semana, y se mirará al espejo para repetir la frase: *Soy amable, soy paciente, etc.* con el objetivo de reconocer sus cualidades, esfuerzos y logros.

Las personas cuidadoras portarán el sticker en su pecho (a modo de gafete) y repetirá la autoafirmación todos los días, en los momentos en los que tenga que vencer un obstáculo o esté realizando alguna actividad en la que no tenga el mejor ánimo, esto como recordatorio de las cualidades y características que lo hacen una persona única e irrepetible.

e) Y a ti, ¿Qué te toca hacer? (Tiempo estimado: 10 minutos).

Se le entregará a cada persona cuidadora la actividad de estereotipos de género para que cada persona conteste según lo que piensa, siendo conscientes de no influenciar sus respuestas, ya que el objetivo es conocer su opinión real sobre el tema. El ejercicio se encuentra disponible en: [estereotipos.pptx.pdf](#)

Al finalizar, se comentarán los enunciados del ejercicio y su opinión sobre los mismos, hablando de los conceptos de corresponsabilidad en el hogar, roles y estereotipos de género, abriendo el debate con las siguientes preguntas detonadoras:

- ¿Quién realiza la mayoría de las tareas?
- ¿Cuántas tareas realizas en casa?
- ¿Es justo que el trabajo doméstico no se reparta en igual cantidad?

f) El príncipe ceniciento (Tiempo estimado: 10 minutos).

El grupo pondrá atención para que el facilitador narre el cuento "*El príncipe ceniciento*". Una vez leído el cuento, las personas cuidadoras deberán expresar qué ideas les sugiere el cuento y cuál es su moraleja, reflexionando a su vez las siguientes preguntas:

- ¿Normalmente leemos cuentos como este?
- ¿Cómo son los cuentos tradicionales?

Las personas facilitadoras explicarán términos como *machismo, misoginia, igualdad, violencia* y *discriminación*, detonando la conversación con los participantes para poder ejemplificar estos términos en actitudes y sucesos de la vida diaria.

g) Había una vez, un cuento al revés (Tiempo estimado: 45 minutos).

Todas las personas participantes, deberán crear una historia que fomente la igualdad de oportunidades y evite los estereotipos de género. Mientras crean la historia, las personas facilitadoras pueden ayudarles a diferenciar los personajes o las actitudes sexistas.

El cuento se realizará en formato amplio, ya que se expondrá en plenaria al final de la sesión; se pueden agregar dibujos o recortes para decorarlo, siempre evitando los roles tradicionales de género.

h) Reunión en plenaria (Tiempo estimado: 20 minutos).

Las personas cuidadoras contarán el cuento que elaboraron en la actividad “Había una vez, un cuento al revés”. También habrá un espacio para que todos los participantes puedan ver las actividades realizadas en la dinámica “Un paseo por el bosque”.

Se realiza nuevamente la dinámica “¿En qué zona estás?” para dar paso a las siguientes preguntas de reflexión:

- ¿Hubo cambios en tus emociones? ¿Y en tu estado de ánimo?
- ¿En qué zona estabas al inicio?
- ¿En qué zona estás ahora?
- ¿Qué aprendiste hoy?

Finalmente, se realizará una sesión de reflexión de cómo llegaron y cómo se van de esta sesión, destacando los aprendizajes obtenidos por cada participante.

Intervención 3

- Sesión Plenaria (Tiempo estimado: De 10 a 15 minutos).

Participantes: NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador.

Descripción de las actividades:

- a) Se iniciará la actividad realizando un círculo al centro del patio, cuestionando a los NNA y a las personas cuidadoras ¿cómo se sintieron realizando el ejercicio de las afirmaciones que se llevaron de tarea?; esto con el objetivo de revisar las dificultades que pudieron haber tenido y los avances alcanzados.

Se propicia el diálogo con las siguientes preguntas:

- ¿Cuál fue la autoafirmación que eligieron en la sesión pasada?
- ¿Fue fácil o difícil realizar el ejercicio?
- ¿Qué fue lo que más les costó trabajo?
- ¿Cómo se sintieron realizando el ejercicio?
- ¿Notaron algún cambio positivo a partir de la repetición constante de la autoafirmación?
- ¿Green que sea útil repetir este ejercicio constantemente en nuestra vida? ¿Por qué?

- b) Dinámica sobre la *Gratitud*: ¿Por qué cosas puedo estar agradecida/o hoy?

Las NNA, personas cuidadoras y el equipo facilitador, mencionan un motivo por el cual se sienten agradecidos el día de hoy. En grupo, reflexionamos acerca de todos los motivos que nos

hacen sentir agradecidas y agradecidos, y se invita a las infancias, adolescencias y a las personas adultas a tener presente, a lo largo de la jornada, más situaciones que les hacen experimentar una sensación de gratitud.

Se comparte con el grupo la siguiente frase de Rosette Poletti: *“Somos lo que pensamos, somos lo que miramos, somos lo que escuchamos, somos lo que amamos”*.

Para finalizar la actividad, cada persona le dirá un mensaje positivo en el oído a la persona que tiene a su derecha y recibirá un mensaje positivo de la persona que tiene a su izquierda, para posteriormente pasar a sus respectivas aulas acompañados del equipo de personas facilitadoras.

- Grupo de NNA

- a) Explorando el espacio (Tiempo estimado: 15 minutos).

Se les repartirá a cada NNA una hoja de ISPY -actividades de agilidad visual- dependiendo de su edad y se les pedirá que inicien hasta que se les dé la indicación. Deberán buscar la cantidad de objetos que se pide en cada hoja y levantarán su mano al terminar para que se les diga el tiempo que tardaron en encontrar los objetos.

El tiempo máximo que se dará, será de 15 minutos. Los formatos para llevar a cabo dicho ejercicio se encuentran disponibles en: [ISPY.pdf](#)

- b) Atención a las sumas (Tiempo estimado: 15 minutos).

Se entregará a cada NNA la hoja con las sumas, correspondientes a su nivel, para dar respuesta a los ejercicios marcados. Los facilitadores acompañarán a los NNA que se les asignen para identificar en el proceso los errores que cometan y hacérselos saber.

Esto con el objetivo de poder corregirlo y así no los cometan en futuras actividades. Los ejercicios matemáticos se encuentran disponibles en el siguiente enlace: [atencion en las sumas.pdf](#)

- c) Escala de Autoestima de Bell (Tiempo estimado: 25 minutos).

Se retomará lo aprendido en la sesión anterior sobre el tema de “Autoestima”, permitiendo que cada NNA exprese lo que aprendió en la sesión anterior y cómo se relaciona con el ejercicio de autoafirmaciones que estuvieron realizando de tarea durante toda la semana.

Posteriormente, se les aplicará a las NNA el instrumento de la escala de autoestima de Bell para evaluar su nivel de autoestima. Los instrumentos de aplicación de dicha escala, se encuentran disponibles en el siguiente enlace [Autoestima de Bell.pdf](#).

Se entregará a cada NNA una hoja de casos en los que otras niñas y niños comparten su sentir y la forma en la que piensan ante determinadas situaciones; esto con el fin de que observen las

características de un pensamiento negativo irracional y construyan un pensamiento saludable basado en creencias funcionales.

Posteriormente se analizará, de forma grupal, cómo es que la modificación de pensamientos puede hacer que las emociones y las reacciones ante la conducta también se modifiquen, que a este procedimiento se le llama “reestructuración cognitiva” y que ellos lo pueden llevar a cabo cuando una situación les genera un pensamiento negativo.

El formato para la modificación de pensamientos, se encuentra disponible en el siguiente enlace: [Pensamiento saludable](#).

d) Receso (Tiempo estimado: 25 minutos).

e) Alguien en quien confiar (Tiempo estimado: 15 minutos).

Se le entregará a cada NNA una hoja en la que realizarán, al centro, un dibujo de sí mismos. Posteriormente, en cada estrella que les rodea, escribirán el nombre de una persona en quien pueden confiar o a quien consideran que forma parte de su red de apoyo.

Al finalizar esta actividad, el equipo facilitador pedirá que cada uno de los NNA pase al frente por turnos y que comparta con el resto de las personas las respuestas a las siguientes preguntas:

- ¿Quiénes forman tu círculo de confianza?
- ¿Cómo te demuestran cariño las personas en las que confías?
- ¿En qué momentos te sientes más cercana o cercano a estas personas?

El formato para llevar a cabo dicho ejercicio, se encuentra disponible en: [Red de confianza.pdf](#).

f) Caricias sin tocar (Tiempo estimado: 15 minutos).

En un círculo sentadas/os en el piso, las niñas y niños dirán una caricia física (elogio o cualidad positiva de su aspecto físico) de su compañero de la derecha y una caricia psicológica (elogio o cualidad positiva de su forma de ser), de su compañero/a de la izquierda. Está prohibido dar pellizcos (decir características negativas de la otra persona).

Una vez terminada la ronda se responde a las siguientes preguntas:

- ¿Cómo se sintieron al dar caricias? ¿y al recibirlas?
- ¿Qué te cuesta más, dar caricias o recibirlas?
- ¿Tienes la costumbre de decir a las demás personas lo que te gusta de ellas?

g) Crea tu propio planeta (Tiempo estimado: 20 minutos).

Retomando el cuento que elaboraron en la sesión pasada, en donde los NNA cambiaron las situaciones de su vida actual y crearon una realidad alterna en la cual los roles y estereotipos no

existieran, las infancias crearán su propio planeta en una hoja de rotafolio, considerando sus características físicas y las propias de sus habitantes del planeta.

En esta actividad podrán aplicar lo que hasta ahora han visto en el Programa Comunitario, específicamente en estas dos actividades. Deberá pensar cada NNA:

- ¿Cuáles son los trabajos que consideran indispensables que existan en su planeta?
- ¿Qué actividades realizan los hombres y las mujeres?
- ¿Cuáles son las leyes que deben existir?
- Así como las consecuencias de no cumplir con las preguntas anteriores. Formato disponible en [Crea tu propio planeta.pdf](#).

Una vez que hayan terminado de diseñar su planeta, se reunirán en grupo para compartir su actividad, y deberán decidir entre todos cuáles son los trabajos, las actividades y las reglas que se quedarán para crear el planeta de las niñas y los niños.

Es importante que las personas facilitadoras colaboren para que todos participen en la actividad y que no se quede fuera la opinión de ninguna persona.

h) Cambiemos el planeta (Tiempo estimado: 45 minutos).

Una vez que se decida entre todas las personas que conforman el grupo cómo sería su planeta ideal, deberán plasmar en un mural cómo se vería el día a día de ese planeta, las actividades que se realizan, cómo son las calles, el tipo de vestimenta, la seguridad, las normas y leyes que se reflejan, para posteriormente exponerlo en plenaria.

i) Reunión en plenaria (Tiempo estimado: 45 minutos).

En conjunto, grupos de NNA y personas cuidadoras expondrán los murales realizados en cada uno de los grupos para poder realizar una reflexión final.

- Grupo tejedorxs de esperanza (personas cuidadoras de NNA).

a) Recordar las reglas del grupo (Tiempo estimado: 20 minutos).

Por parte del equipo facilitador, se recordarán las reglas establecidas en la sesión anterior con la intención de que todas las personas las respeten en la jornada de trabajo y, si se considera necesario agregar nuevas reglas, se dará la oportunidad de hacerlo.

b) Midiendo mi autoestima (Tiempo estimado: 45 minutos).

Se retomará lo aprendido en la sesión anterior sobre el tema de *autoestima*, permitiendo que cada persona exprese lo que aprendió en la sesión anterior y cómo se relaciona con el ejercicio de autoafirmaciones que estuvieron realizando de tarea durante toda la semana.

Posteriormente se le aplicará a cada persona cuidadora un autoexamen de autoestima. Los instrumentos de aplicación de dicha escala se encuentran disponibles en el siguiente enlace [Autoestima.pdf](#)

Después de este espacio, las personas facilitadoras explicarán las sugerencias que se dan al final del test y podrán agregar algunas otras que consideren convenientes para las personas cuidadoras. Cada persona convertirá esas sugerencias en tres acciones que, a su consideración, debe poner en práctica diariamente para mejorar su autoestima.

Posteriormente, se entregará a cada cuidadora o cuidador una hoja de casos en los que otras personas comparten su sentir y la forma en la que piensan ante determinadas situaciones; esto con el fin de que, observen las características de un pensamiento negativo irracional y construyan un pensamiento saludable, basado en creencias funcionales.

c) Receso (Tiempo estimado: 25 minutos).

d) Mi autoestima “La ventana de Johari” (Tiempo estimado: 30 minutos).

Se retomará lo explicado en la sesión pasada sobre los componentes de la autoestima, explicando que una parte indispensable para mejorarla es empezar por conocerse a uno mismo y que es distinta al autoconcepto.

Para este fin, se emplearán los siguientes recursos visuales:



Fuente: Elaboración propia.

“Si puedo aceptar que soy quien soy, que siento lo que siento, que hice lo que hice si puedo aceptarlo, me guste o no, puedo aceptarme a mí mismo. Puedo aceptar mis defectos, las dudas con respecto a mí mismo, mi baja autoestima. Y una vez que puedo aceptar todo esto, estoy del lado de la realidad, no contra ella. Tengo libre el camino para comenzar a fortalecer mi autoestima.” (Roa García, Ana 2013: 246)

Cada persona cuidadora completará su ventana de Johari: “Lo que yo conozco sobre mí y los demás conocen sobre mí”, “Lo que conozco sobre mí y no cuento a los demás” “Lo que los demás conocen sobre mí y yo no conozco” (en esta dimensión se puede pedir ayuda al resto de las personas cuidadoras) y “Lo que ni yo ni los demás conocen sobre mí”(es decir las cosas que he ido descubriendo en este camino del autoconocimiento).

Al terminar de escribir su ventana, en el reverso de la hoja, podrán redactar una definición de ellos mismos y elaborar un pequeño autorretrato. El formato en el cual se realiza dicha actividad, se puede encontrar en el siguiente enlace: [Autoconcepto](#).

e) Crea tu propio planeta (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se retomará el cuento que elaboraron en la sesión pasada, en donde las personas cuidadoras cambiaron las situaciones de su vida actual y crearon una realidad alterna en donde los roles y estereotipos no existieran; además se les recordará que, en el campamento, elaboraron una actividad similar en la cual crearon una nueva ciudad.

En esta actividad podrán aplicar lo que hasta ahora han visto en el Programa comunitario, específicamente en estas dos actividades. Deberá pensar cada persona cuidadora:

- ¿Cuáles son los trabajos que consideran indispensables que existan en su planeta?
- ¿Qué actividades realizan los hombres y las mujeres? ¿Cuáles son las leyes que deben existir?
- Así como las consecuencias de que las preguntas anteriores no se cumplan.

Una vez que hayan terminado de diseñar su planeta, se reunirán en grupo para compartir su actividad, y deberán decidir entre todos cuáles son los trabajos, las actividades y las reglas que se quedarán para crear el planeta de las personas adultas.

Es importante que las personas facilitadoras colaboren para que todos participen en la actividad y que no se quede fuera la opinión de ninguna persona.

f) Cambiemos el planeta (Tiempo estimado: 50 minutos).

Una vez que ya decidieron entre todas las personas que conforman el grupo, cómo sería su planeta ideal, deberán plasmar en un mural cómo se vería el día a día de ese planeta, las actividades que se realizan, cómo son las calles, el tipo de vestimenta, la seguridad, las normas y leyes que se reflejan para exponer en plenaria el trabajo realizado.

g) Reunión en plenaria (Tiempo estimado: 50 minutos).

En conjunto, grupos de NNA y cuidadores expondrán los murales realizados en cada uno de los grupos para poder realizar una reflexión final en donde se analicen los elementos que tienen en común sus planetas, y los aspectos que los diferencian; permitiendo que exista un espacio para justificar las decisiones que ambos grupos tomaron.

Intervención 4

▪ Sesión Plenaria (Tiempo estimado: De 10 a 15 minutos).

Participantes: NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador.

Descripción de las actividades:

Los facilitadores darán la bienvenida a la sesión, comentando brevemente si han continuado realizando su ejercicio de autoafirmaciones y si han repetido la frase que tenía el lápiz que se les entregó como obsequio en la sesión anterior.

Se dividirá a los asistentes en dos equipos: conformados por personas cuidadoras, infancias, adolescencias y personas facilitadoras. Solamente una persona quedará fuera de los equipos ya que fungirá como árbitro.

A cada equipo se le entregará un globo, y el juego consiste en que el equipo deberá lanzar el globo y trasladarlo hasta el punto asignado sin que se le caiga; si el globo se cae, deberán empezar desde el punto inicial. Es importante que todos los integrantes del equipo participen en el juego, ya que se busca reforzar la importancia de la colaboración y la confianza. El equipo que llegue primero a la meta, será el ganador.

Al terminar el juego, se hará una breve reflexión de cómo el trayecto que siguieron con el globo se parece un poco a este Programa y a la vida; en donde todas las personas hemos tenido dificultades en el camino, pero, gracias a la confianza y a la comunicación que tenemos con nuestra red de apoyo, hemos logrado que “no nos dejen caer”.

- Grupo de NNA

a) Mis compromisos (Tiempo estimado: 15 minutos).

Retomando lo aprendido en la sesión anterior sobre la autoestima y los compromisos que adquirieron consigo mismas y mismos para mejorarla, se comentarán en grupo las acciones que se han comenzado a llevar a cabo para poder cumplir sus metas y el impacto que estas han tenido en su día a día.

b) Ordenando letras (Tiempo estimado: 15 minutos).

Se le entregará a cada persona dos listas con nombres de objetos, frutas, animales, personas o colores, pero sus letras están desordenadas, deberán ordenar las letras para formar las palabras deseadas, en dicha actividad se tomará el tiempo para ir registrando su agilidad mental. Ejercicio disponible en: [ordenandolettras.pdf](#)

La actividad consiste en que, hasta que el facilitador lo indique, comiencen a ordenar las letras para descubrir los nombres de la lista. Al terminar sus listas, deberán levantar la mano para que se les indique el tiempo que tardaron en realizar dicha actividad.

c) Autocuidado (Tiempo estimado: 30 minutos).

Se brindará a las personas cuidadoras la siguiente reflexión sobre el autocuidado:

Una parte indispensable para mejorar nuestra autoestima es el autocuidado; pero cuando nos convertimos en cuidadores de alguien más muchas veces se nos olvida cuidar de nosotros mismos. Comenzar este tema con dos preguntas a reflexionar

- ¿Cómo me gusta cuidar a los demás?
- ¿Cómo me gusta que me cuiden a mí?

Cuidarse a sí mismo significa preguntarse: “¿qué necesito?” y responder honestamente. Esto puede ser tan simple como acostarse temprano después de un largo día de trabajo, o tan difícil como cuestionar los hábitos que hemos creado y sus efectos a largo plazo.

El autocuidado es escucharse, dar una respuesta honesta y hacer lo que está bien para ti en el momento en que te estás preguntando ¿cómo puedo ser bueno conmigo mismo?

Solo tú puedes decidir cómo cuidarte a ti mismo, nadie puede hacerlo por ti, pues depender de alguien para promover el cuidado de ti mismo no es una opción saludable. En

esto consiste el autocuidado, en responsabilizarte de ti, hacerte cargo de tu salud, de tus emociones, de tus ideas y de tus proyectos.

Posteriormente, se aplicará a las personas cuidadoras el instrumento de escala de autocuidado, el cual deberán leer detenidamente y evaluar para determinar hasta qué punto están de acuerdo con ella, rodeando con un círculo el número 1, 2 o 3 según corresponda al nivel de cuidado en cada una de las situaciones planteadas. La evaluación se encuentra disponible en el siguiente enlace: [autocuidado.pdf](#)

d) Receso (Tiempo estimado: 25 minutos).

e) La rueda de la vida (Tiempo estimado: 40 minutos).

Se entregará a cada persona cuidadora una hoja de “la rueda de la vida”, en la cual cada persona deberá asignar calificaciones del 1 al 10 para cada una de las siguientes áreas: crecimiento personal, salud, amigos, familia, recreación, espiritualidad, carrera, finanzas; coloreando el nivel en el que se encuentra en este momento de su vida y así poder visualizar cuáles son las áreas en las que requiere trabajar más.

Posteriormente deberán escribir en la parte de atrás de la hoja, por lo menos, un compromiso en cada una de las áreas de su vida para poder mejorar la puntuación: deberá ser muy específico en sus acciones.

Procurar que sean acciones concretas que dependan de ella o él; por ejemplo, en el área de amigos no debe poner “tratar de salir”, en lugar de eso escribir una acción concreta como “mandarle un mensaje a mi amiga Lupita para invitarla a tomar un café el próximo martes, porque hace mucho que no platicamos”. Al terminar la actividad, comentar en grupo lo siguiente:

- ¿Cuál es el área que considero más urgente por mejorar?
- ¿Por qué motivo es esa área y no otra?
- ¿Qué sería diferente en mi vida si esa área mejorara?
- ¿Qué cosas podría hacer para mejorar esa área?
- ¿Qué debería cambiar en mi vida o en mí mismo/a para que fuera mejor?

f) Nuestros sueños (Tiempo estimado: 50 minutos).

Con base en las actividades anteriores sobre sus metas y los pasos para conseguirlas, se realizará un mural, dibujando cómo se imagina cada persona logrando sus más grandes sueños:

- ¿Qué se imaginan haciendo?
- ¿Cómo se visualizan?
- ¿Cómo se sentirán cuando logren todas sus metas?

Deberán trabajar en equipo y dialogar para que el mural refleje los sueños de todas las personas participantes.

g) Reunión plenaria (Tiempo estimado: 20 minutos).

Se realizará la exposición de los murales grupales y se dará un espacio para que cada persona comente ¿qué es lo que se lleva de esta sesión?

Sesión de evaluación

- Bienvenida y dinámica grupal (Tiempo estimado: De 10 a 15 minutos).

Participantes: NNA, personas cuidadoras y equipo facilitador.

Descripción de las actividades:

Los facilitadores darán la bienvenida a la sesión, comenzando por describir cómo se sienten de estar reunidos nuevamente y si han estado realizando los ejercicios de tarea. Para comenzar, todos los asistentes se colocarán en círculo y deberán sacar un pedazo de papel que contiene una pregunta, la leerán en voz alta y compartirán la respuesta con el grupo para continuar conociéndose mejor, se debe hacer hincapié en que las respuestas son personales y nadie puede invalidar sus respuestas.

- Grupo NNA

a) Evaluación Académica (Tiempo estimado: 1 hr y 10 minutos).

Se aplicará la evaluación académica de salida, misma que consiste en una evaluación de matemáticas, atención y comprensión lectora. A cada NNA se le entregarán los ejercicios correspondientes a su nivel de avance o grado escolar, y las personas facilitadoras solamente resolverán dudas sobre indicaciones.

Al inicio de la actividad deberán hacerles saber a los NNA que, si hay un ejercicio que no pueden resolver, no pasa nada y lo pueden dejar en blanco. Para aquellas personas que lo requieran, está permitido el uso de fichas para el conteo o algún otro apoyo visual, excepto calculadora. Los instrumentos de dichas evaluaciones, se encuentran disponibles en el siguiente enlace: [Evaluaciones de salida.](#)

b) Receso (Tiempo estimado: 30 minutos).

c) Escritura terapéutica (Tiempo estimado: 30 minutos).

Este ejercicio pretende evaluar los avances a nivel emocional que han tenido los NNA durante este periodo; en este ejercicio, los facilitadores pueden apoyar dando ejemplos de las respuestas que se pueden dar o, si así lo prefieren, pueden ir leyendo juntos cada aspecto,

explicarlo y dar espacio para que los NNA respondan; teniendo especial cuidado en no sugerir las respuestas para cada uno de los apartados.

Al finalizar el ejercicio, se brindará un espacio por si alguien desea compartir algunos de los aspectos que escribió en su evaluación, o los facilitadores también pueden compartir su experiencia en los aspectos que solicita la evaluación. El formato para la escritura terapéutica se encuentra disponible en el siguiente enlace: [evaluación emocional.pdf](#)

d) Evaluación de derechos humanos (Tiempo estimado: 30 minutos).

En este espacio, los participantes contestarán los ejercicios del formato de la evaluación de derechos humanos. El instrumento de evaluación será el mismo para todas las edades, ya que las temáticas abordadas durante las sesiones fueron las mismas.

Al finalizar la evaluación, podrán comentar lo que significa para ellos los conceptos que aparecen en la sopa de letras: identidad, igualdad, protección, intimidad, desarrollo, bienestar y seguridad.

e) Cierre en plenaria (Tiempo estimado: 20 minutos).

Para concluir la sesión de evaluación, los participantes comentarán cuáles son los aprendizajes que se llevan del Programa comunitario y cuál es su papel para continuar en la defensa de los derechos humanos en el día a día. Los facilitadores también deberán compartir su experiencia y aprendizajes a lo largo de las distintas intervenciones.

a) Mis compromisos (Tiempo estimado: 10 minutos).

Retomando lo aprendido en la sesión anterior sobre el autocuidado y los compromisos que adquirieron consigo para mejorarla, se comentará en el grupo cuáles son las acciones que han llevado a cabo y cómo han impactado en su día a día.

b) Fortalezco mi atención (Tiempo estimado: 15 minutos).

Se les entregará, boca abajo, el formato de atención y, cuando la persona facilitadora lo indique, voltearán la hoja para completar los números con los símbolos correspondientes. Se tomará el tiempo y, cuando vayan terminando, levantarán la mano para confirmar cuánto tiempo les tomó completar la prueba.

c) Conociéndome a mí mismo (Tiempo estimado: 35 minutos)

Se entregarán las preguntas de la actividad “Conociéndome a mí mismo”. Las personas facilitadoras podrán resolver dudas sobre las preguntas, pero deberán tener cuidado en no influir en las respuestas de las mismas.

El ejercicio es personal y las respuestas no tienen un mínimo o máximo de extensión; se podrán proporcionar hojas en blanco si alguien requiere mayor espacio para contestar. Los

instrumentos aplicados al grupo de cuidadores, se encuentran disponibles en el siguiente enlace: [Evaluación de cuidadores.pdf](#)

d) Receso (Tiempo estimado: 30 minutos).

e) Escritura terapéutica (Tiempo estimado: 30 minutos).

El siguiente ejercicio pretende evaluar los avances, a nivel emocional, que han tenido las personas cuidadoras durante este periodo. En este ejercicio, las personas facilitadoras pueden apoyar dando ejemplos de respuestas o, si así lo prefieren, pueden ir leyendo juntos cada aspecto, explicarlo y dar espacio para que las personas cuidadoras las respondan.

Al finalizar el ejercicio, se brindará un espacio por si alguien desea compartir algunos de los aspectos que escribió en su evaluación o las personas facilitadoras también pueden compartir su experiencia.

f) Evaluación de derechos humanos (Tiempo estimado: 30 minutos).

En este espacio, los participantes contestarán los ejercicios del formato de la evaluación de derechos humanos. Al final de la evaluación, pueden comentar grupalmente lo que significa para ellos los conceptos que aparecen en la sopa de letras: identidad, igualdad, protección, intimidad, desarrollo, bienestar y seguridad.

g) Cierre en plenaria (Tiempo estimado: 30 minutos).

En este momento, los participantes comentarán cuáles son los aprendizajes que se llevan del Programa comunitario y cuál es su papel para continuar en la defensa de los derechos humanos en el día a día. Las personas facilitadoras también deberán compartir su experiencia.

Al cierre de esta etapa, se realizó la excursión “Buscando nuestros tesoros” en la cual, durante dos días, se llevaron a cabo actividades de convivencia, arte y recreación que fungieron como un cierre terapéutico de los aprendizajes y experiencias vividas durante los años de implementación del Programa comunitario.

XI. Evaluación y seguimiento de las acciones

Con la finalidad de establecer un seguimiento de las acciones realizadas a lo largo de las interacciones, se propone crear un registro de cada uno de los NNA y sus personas cuidadoras, con la finalidad de contar con los resultados de sus evaluaciones cuantitativas y establecer comparaciones periódicas entre cada una de las fases.

De la misma manera, se propone contar con un registro cualitativo y un seguimiento psicológico por parte del equipo de atención psicológica, que permitirá identificar las necesidades inmediatas y los avances de cada persona.

Para alcanzar los objetivos, se utilizarán diversas estrategias de evaluación que permitan recolectar información cualitativa y cuantitativa sobre el progreso y los resultados de las intervenciones:

1) Encuestas y cuestionarios: Se aplicarán tanto a los NNA como a sus personas cuidadoras en distintas intervenciones para evaluar cambios en sus habilidades de afrontamiento, bienestar emocional y percepción de apoyo social. Estos instrumentos permitirán medir el cambio en variables clave, como su nivel de autocuidado, autoestima y percepción de apoyo comunitario.

2) Entrevistas y grupos focales: Estos métodos cualitativos permitirán una comprensión más profunda de la experiencia de los participantes, brindando un espacio para que compartan sus percepciones sobre el impacto de las actividades en sus vidas.

Las entrevistas con las personas cuidadoras y los NNA ayudarán a identificar logros, desafíos y áreas de mejora, mientras que los grupos focales con personas facilitadoras ofrecerán retroalimentación sobre la implementación de las actividades.

3) Observación participativa: Las personas facilitadoras realizarán observaciones sistemáticas de la interacción entre los NNA y sus personas cuidadoras, así como la dinámica en las actividades grupales y comunitarias.

Este método permitirá documentar cambios en el comportamiento, la comunicación y la cohesión grupal en el contexto natural de la intervención. El equipo facilitador será el encargado de llenar las fichas correspondientes a cada sesión.

Finalmente, con el propósito de identificar la eficacia de las acciones desarrolladas, se propone considerar la realización de las siguientes actividades:

a) Sesiones de retroalimentación con personas facilitadoras y participantes: se realizarán sesiones de retroalimentación donde las personas facilitadoras puedan compartir observaciones y discutir los desafíos y éxitos en la implementación de las actividades.

Estas sesiones también incluirán a los participantes y cuidadores, permitiéndoles expresar sus opiniones y sugerencias sobre el Programa.

b) Documentación y reporte de resultados: Los facilitadores documentarán los avances y desafíos en cada etapa de la intervención, generando reportes periódicos que reflejen los aprendizajes obtenidos y los ajustes realizados. Estos reportes servirán como un recurso para futuras intervenciones similares y contribuirán a la mejora continua del programa.

c) Revisión periódica de resultados: Los datos recopilados se analizarán de manera periódica para identificar tendencias y evaluar el progreso hacia los objetivos. Esto permitirá, al equipo de facilitadores, ajustar las actividades y métodos de intervención de acuerdo con las necesidades emergentes de las personas participantes.

Si bien se tiene como objetivo que este manual sirva como guía para desarrollar programas de apoyo comunitario, las actividades a desarrollar deberán ser seleccionadas con base en las necesidades particulares de la población atendida, por lo que los ejercicios incluidos en este documento podrán ser modificados según se requiera.

XII. Referencias bibliográficas

- Boss, Pauline (2006). *Pérdida, trauma y resiliencia: Trabajo terapéutico con pérdidas ambiguas*. WW Norton & Company, Estados Unidos.
- Castillo Villanueva, Ana Consuelo et al. (2022): "Taller jugando nos acompañamos. Manual del facilitador", Guanajuato, México. Disponible en: https://www.icrc.org/sites/default/files/document/file_list/taller_jugando_nos_acompanamos_digital.pdf [Consultado el 17 de abril de 2024].
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos (2023): "Cultura de paz, igualdad y derechos humanos: Repensar lo humano". Disponible en: https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2024-01/PG_01_4.pdf [Consultado el 17 de abril de 2024].
- Cole, Babette (1998): "El príncipe ceniciento", DESTINO, Barcelona.
- Delors, Jacques (1996): "La educación encierra un tesoro, informe a la Unesco de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI (compendio), UNESCO, España.
- De la Cruz Carrizales, German (2015): Cuento "Deja la ira secar!!!". Disponible en: <https://www.elsiglodetorreon.com.mx/blogs/2015/deja-la-ira-secar.html> [Consultado el 17 de abril de 2024].
- Roa García, Ana (2013): "La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia", en *Edetania. Estudios y propuestas socioeducativas*, 44, 241-257.
- SEP (2017). Planes de estudio de referencia del marco curricular común de la Educación media superior, Ciudad de México. Disponible en: <http://www.sems.gob.mx/curriculoems/planes-de-estudio-de-referencia> [Consultado el 17 de abril de 2024].
- Spigno, Irene y Galván Gutiérrez, Carlos (2024): "The struggle of women searching for their disappeared loved ones in Mexico", en *Women and peace. The role of women and women's civil society organizations in peace processes*, FrancoAngeli, Italia, 335-359.
- Zamora Valadez, Carlos Eulalio (2022): *La reparación integral del daño a víctimas de desaparición forzada. Análisis y propuesta metodológica: un enfoque particular al caso mexicano*. Tesis doctoral en derechos humanos, Universidad de Palermo, Italia.