



Manual de Terapias Lúdicas

*Un programa para la recuperación psicoafectiva
de niñas, niños y adolescentes en situaciones de
emergencia y desastres.*



Agencia Andaluza de
Cooperación Internacional para el Desarrollo
CONSEJERÍA DE LA PRESIDENCIA



*Titulo original:
Manual de Protocolos y Juegos para el
Programa Retorno de la Alegría
UNICEF-Colombia, 2007*

*Manual para Educadores y Educadoras Guías
Programa Retorno a la Alegría
República Dominicana, 2010*

*Esta publicación es una adaptación de la versión
colombiana del Manual de Protocolos y Juegos para
El Programa Retorno de la Alegría, 2007*

*Coordinación General:
Programa de Emergencia, UNICEF-República Dominicana*

*Cuidado Editorial:
Oficina de Comunicación, UNICEF- República Dominicana*

*Adaptación y validación:
Ángela Caba, 2010*

*Diseño y Diagramación:
Iván López*

*Ilustración:
Wi-Hem Fung*

*Impresión:
Primera Edición, 2010
1,500 ejemplares*

Con el apoyo de la Agencia Andaluza de Cooperación Internacional para el Desarrollo



Agencia Andaluza de
Cooperación Internacional para el Desarrollo
CONSEJERÍA DE LA PRESIDENCIA

unicef 
únete por la niñez

© **Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia UNICEF**
Avenida Anacaona 9, Casa de las Naciones Unidas, 3er. Piso,
Mirador Sur, Santo Domingo, D.N. República Dominicana
Tel. 809 473 7373, Fax 809 473 7272
santodomingo@unicef.org
www.unicef.org/republicadominicana



Presentación

El Retorno a la Alegría es un programa de recuperación psicoafectiva orientado a niñas, niños y adolescentes en situaciones de emergencia o desastre, para reducir la secuela de daños emocionales que puede ocurrir en esa población, fomentar su resiliencia y restablecer su funcionamiento.

El programa ha sido implementado en Mozambique, Nicaragua, Paraguay y Colombia, entre otros países. En República Dominicana ha sido utilizado durante la intervención posterior a la riada de Jimaní (2004) y a las tormentas Noel y Olga (2007). Esas experiencias evidenciaron la necesidad de adaptar los materiales del programa al contexto y a la cultura dominicanos.

La versión dominicana del Retorno a la Alegría incluye cuatro manuales: Manual de implementación para Instituciones Ejecutoras, Manual de Capacitación, Manual para Educadores Guías y Manual de Terapias Lúdicas. De esta manera, cada uno de los roles involucrados en el programa cuenta con una guía de actividades a realizar para el adecuado desarrollo del programa.

También incorporamos una compilación de Cuentos, Fábulas, Retahílas y Tralenguas, para apoyar el trabajo de las sesiones de terapia lúdica. Los cuentos y fábulas fueron seleccionados para facilitar y/o fortalecer la resiliencia en niñas, niños y adolescentes, de manera que puedan atravesar las crisis por eventos naturales o antrópicos sin consecuencias traumáticas que amilanen su vocación para ser felices y llegar a la adultez con plena capacidad de afrontar las distintas adversidades que la vida les depare.

Esta versión dominicana ha sido posible gracias a la participación de personas e instituciones que con su trabajo y experiencia han enriquecido la estrategia. Nuestro profundo agradecimiento para todos aquellos que con su trabajo voluntario contribuyeron a aliviar el dolor y devolver la sonrisa a las niñas y niños afectados por el desbordamiento del río Blanco y por las tormentas Noel y Olga; a las Organizaciones No Gubernamentales que trabajaron en la implementación del programa, como Visión Mundial, UCODEP y Plan Internacional; a la Universidad Autónoma de Santo Domingo, UASD, la Red Universitaria de Salud Mental en Desastres, REDOSMED, y el Colegio Dominicano de Psicólogos, CODOPSI, cuyos profesionales y estudiantes de término fortalecieron las redes del Retorno a la Alegría.

Es nuestro deseo que los materiales del Retorno a la Alegría jamás necesiten ser utilizados a causa de una emergencia o desastre, que además de generar dolor incrementan la pobreza de los pueblos y aumentan la vulnerabilidad de las niñas y niños ante todo tipo de abuso. Ojalá que todas las actividades lúdicas aquí propuestas, se utilicen en los tiempos de paz, de manera preventiva, fortaleciendo la asertividad de nuestros niños, niñas y adolescentes para que crezcan en una mejor relación con el medio ambiente, con apego a los valores humanos, y plenos de alegría y aprecio por la vida.

Françoise Gruloos-Ackermans
Representante UNICEF en República Dominicana



Contenido

	pág.
Introducción	10
Las y los Terapeutas Lúdicos/os?	12
El Equipo de Trabajo para Terapias Lúdicas	13
Plan de Trabajo	
Primera Semana de Actividades	16
◦ Sesión No. 01: Desahogo y Empatía	18
◦ Sesión No. 02: Desahogo e Integración	24
◦ Sesión No. 03: Integración y Confianza	30
Segunda Semana de Actividades	38
◦ Sesión No. 04: Confianza y Comunicación	40
◦ Sesión No. 05: Reconociendo Mis Emociones	52
◦ Sesión No. 06: Jugando con los Miedos	60
Tercera Semana de Actividades	66
◦ Sesión No. 07: El Ciclo Vital y la Muerte I	68
◦ Sesión No. 08: El Ciclo Vital y la Muerte II	74
◦ Sesión No. 09: Mi Entorno, el Medio Ambiente	78
Cuarta Semana de Actividades	84
◦ Sesión No. 10: Quién Soy, Como Soy	86
◦ Sesión No. 11: Mi Familia	94
◦ Sesión No. 12: Mis Amigas y Amigos	100
Quinta Semana de Actividades	104
◦ Sesión No. 13: Mis Valores	106
◦ Sesión No. 14: Mi Proyecto de Vida	114
◦ Sesión No. 15: Soy Feliz y Ayudo a otros a ser Felices	120

	pág.
Sexta Semana de Actividades	124
◦ Sesión No. 16: Conociendo mis Derechos	126
◦ Sesión No. 17: ¡¡¡A Jugar!!!	134
◦ Sesión No. 18: Cierre y Despedida	140

Sistema de Información y Registro	142
◦ Modelo de Ficha de Censo de Niños y Niñas por Familia (RA-07)	146
◦ Modelo de Ficha de Observación de Signos y Síntomas (RA-08)	148
◦ Modelo de Ficha de Visita Domiciliaria (RA-10)	152
◦ Modelo de Ficha de Visita Hospitalaria (RA-11)	155

Orientaciones Básicas para Trabajar con Niñas y Niños

	pág.		pág.
1. Los problemas de los niños	158	13. ¿Para qué sirven los juguetes?	174
2. ¿Por qué tienen estos problemas?	159	14. Después de usar un juguete	175
3. ¿Qué debemos hacer con las niñas y niños que tienen problemas?	160	15. Los Cuentos y Fábulas	176
4. El proceso de duelo en niñas y niños	161	16. La Mochila de los Sueños.	177
5. ¿Cómo comunicarse con las niñas y niños? ..	165	17. Las niñas y niños día a día.	178
6. ¿Cómo conversar con una niña o niño?	166	18. ¿Cómo estimular las niñas y los niños de acuerdo a su edad?	179
7. Durante una conversación es importante... ..	167	19. ¿Cómo iniciamos nuestro trabajo?	181
8. A través de las conversaciones	168	20. Las relaciones con la comunidad	182
9. Los Muñecos, el Juego, el Dibujo... ..	169	21. El apoyo de un adulto/a de la familia	184
10. La Creatividad	170	22. Otras tareas importantes	185
11. Los Juegos.	171	23. Ficha de Observación de Signos y Síntomas ...	186
12. Los Juguetes.	172	24. Informe Semanal	187

Bibliografía	188
---------------------------	------------

Estimado Terapeuta, Estimada Terapeuta:

Al iniciar todo trabajo de grupo es importante el conocimiento de las y los participantes, romper el hielo, facilitar la apertura a la comunicación y la confianza. Esto permitirá que haya mayor compromiso y participación en la realización de las actividades. Es importante establecer las reglas que regirán las reuniones y deben hacerse bajo consenso del grupo. El conocimiento de los nombres y apodos de cada niña y cada niño es fundamental para darle paso a la confianza necesaria y la empatía que deben generar las y los terapeutas lúdicos para cumplir los objetivos finales del programa.

En los momentos de creatividad, cuando las niñas y niños están dibujando, recortando y pegando o modelando en masilla, es conveniente tener música de fondo, de preferencia que la música sea alegre y estimulante, cuidando que el contenido de las letras sea adecuado. Ésta puede variar desde canciones infantiles, a música popular hasta piezas instrumentales y clásicas como Mozart y Beethoven.

Tenga en cuenta que las actividades que aquí se presentan son sugerencias para facilitar el abordaje, no una camisa de fuerza. Siempre es posible mejorar una actividad, cambiarla por una actividad paralela (que mantenga el objetivo aunque cambie el procedimiento) o adaptarla a la realidad del entorno si es necesario, priorizando el interés superior de las niñas y los niños, y de común acuerdo con su educador/a o guía y con el psicólogo/a consejero/a.

Las niñas y niños son muy perceptivos y se dan cuenta al instante del estado de ánimo de las personas. Sea auténtica o auténtico, no es necesario asumir posturas falsas o ajenas a su personalidad. No prometa lo que no les podrá cumplir y no les mienta, o perderá toda oportunidad de ganarse su confianza si así lo hace. No tema hablar con las niñas y los niños de temas que puedan parecerle difíciles, como la muerte o el dolor, ellas y ellos necesitan expresarse y talvez no han tenido la oportunidad. Siempre procure entender claramente sobre qué le están hablando o preguntando antes de responderles. Si el niño o niña hace una pregunta es porque está listo o lista para escuchar la respuesta.

Sea veraz, pero con un lenguaje sencillo, llano y adecuado para la edad de las y los menores de su grupo. Abra su corazón y entréguelo a una experiencia única e inolvidable que seguro le permitirá apreciar y valorar más su propia vida y la vida de las personas que tiene cerca. El duelo es un proceso personal que no podemos vivir por otro u otra, pero sí podemos acompañarle para que lo atraviese y lo supere, aprendiendo a vivir con la ausencia de los seres queridos y conservando los mejores recuerdos de la convivencia con ellas y ellos.

No olvide anotar cada experiencia en el diario de campo, será un valioso aporte para continuar mejorando la metodología de este RETORNO A LA ALEGRÍA.

Ángela Caba
Consultora para UNICEF
Programa RETORNO A LA ALEGRÍA



Introducción

El Manual de Terapias Lúdicas propone un plan de actividades para 18 sesiones durante seis semanas, con una frecuencia de tres sesiones semanales. El tiempo aproximado de cada sesión es de 2 horas y media. Es importante que todos los voluntarios y todas las voluntarias que se involucren como terapeutas lúdicos estén conscientes de la necesidad de permanecer hasta el final del programa. El retiro no previsto de un o una terapeuta puede ser sufrido como abandono por las y los menores, con lo cual se estaría revictimizándoles y empeorando su situación afectiva.

Las y los terapeutas lúdicos trabajarán en parejas, preferiblemente un muchacho y una muchacha con un grupo de hasta veinte niñas y niños. Para simplificar el trabajo, podrían subdividir el grupo y cada terapeuta hacerse responsable de la observación y seguimiento de la mitad. Podrán incorporar cambios en el plan sugerido, tanto en las actividades como en el tiempo y frecuencia de las sesiones, siempre de acuerdo a las recomendaciones de su educador/a guía y del psicólogo o psicóloga consejero/a del programa, según las necesidades que se presenten en el grupo de niñas y niños, y conforme a la realidad de la comunidad en que se ejecuta el RETORNO A LA ALEGRÍA.

Deben estar preparadas/os para trabajar en el lugar que las condiciones posteriores al desastre lo permitan. Un aula o el patio de la escuela, un salón parroquial, un club deportivo-cultural un espacio al aire libre como un parque o solar, son opciones a considerar. Lo más importante es asegurarse de que ese espacio no presente ningún peligro para el grupo de niñas y niños. Conviene que previamente hayan repasado el programa, repartido las responsabilidades entre la pareja de terapeutas y tengan a mano los materiales necesarios para cada actividad. En algunos casos se requerirá de la preparación previa de los materiales y no sólo su recogida en la oficina de la institución ejecutora, por lo que es conveniente procurar dichos materiales con antelación.

Este programa contiene actividades que facilitan el desahogo y la expresión emocional, actividades creativas como dibujo, pintura, modelado en barro o masilla, construcción de collages, títeres, etc. Juegos y canciones tradicionales y populares, dinámicas de grupo, juegos educativos que fomentan el conocimiento, la integración, la comunicación, la cohesión del grupo, la colaboración y el aprendizaje.

También se incluyen retahílas, trabalenguas, cuentos y fábulas que contribuyen a la incorporación de valores y a darle sentido a los eventos de la realidad.

En algunos juegos señalamos entre paréntesis la edad mínima recomendada para las y los participantes, no señalamos edad máxima porque se entiende que toda persona puede jugarlos hasta la vejez si sus condiciones de salud lo permiten. En el grupo de menores de 7 años, se utilizarán con mayor frecuencia las actividades creativas como los dibujos, pinturas, canciones, cuentos, juegos tradicionales y títeres. Para los niños y niñas de más edad, se incorporan dinámicas y juegos de mayor complejidad.

Una vez asignado el grupo de niñas y niños (máximo veinte) a la pareja de terapeutas lúdicas/os, ésta les recogerá por el barrio con música y la ayuda de un megáfono y les guiará hasta el lugar del encuentro. Allí se les dará un breve saludo de bienvenida, se presentará a cada terapeuta con su nombre y se les informará sobre los días y horas en que las reuniones serán realizadas, la duración aproximada de las sesiones y la duración del programa.

Inicie cada sesión con el pase de lista para verificar la asistencia antes de empezar con las actividades. Siempre tome nota en el diario de campo de lo que acontece en cada encuentro y de las respuestas de cada niña y niño.

Las y los Terapeutas Lúdicas/os

Adolescentes y jóvenes, entre 14 y 20 años, que cursan o han terminado la escuela secundaria. Deben tener reputación de buen comportamiento reconocido por la comunidad. Conviene lograr la autorización y el apoyo de los padres, madres o tutores de la familia para que puedan participar. Lo ideal es que el/la adolescente resida en la misma comunidad que el grupo de niños y niñas con que va a trabajar para eliminar problemas de facilidad de acceso y transporte.

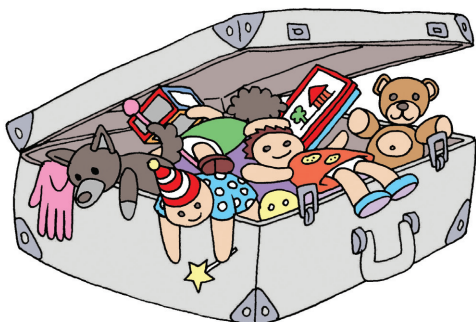
Las y los Terapeutas trabajarán en parejas, preferiblemente formada por una muchacha y un muchacho. Cada pareja atenderá un grupo compuesto de no más de veinte (20) niñas y niños. Es decir, se incorporará al programa al menos un/a adolescente por cada diez menores afectados/as.

Las responsabilidades de las y los terapeutas lúdicos incluyen:

- 1. Participar en el taller de capacitación.*
- 2. Colaborar con el censo de niñas, niños y adolescentes de la comunidad a intervenir.*
- 3. Implementar la estrategia de terapia lúdica a las niñas y niños del grupo asignado.*
- 4. Planificar las actividades de la semana, bajo la supervisión de los educadores.*
- 5. Mantener registros individuales de los niños y niñas que pertenecen a su grupo, y referir los casos especiales a su educador/a guía.*
- 6. Mantener al día un cuaderno o diario de campo del trabajo realizado.*

El Equipo de Trabajo para Terapias Lúdicas

1- Maleta o Kit de Estimulación Temprana



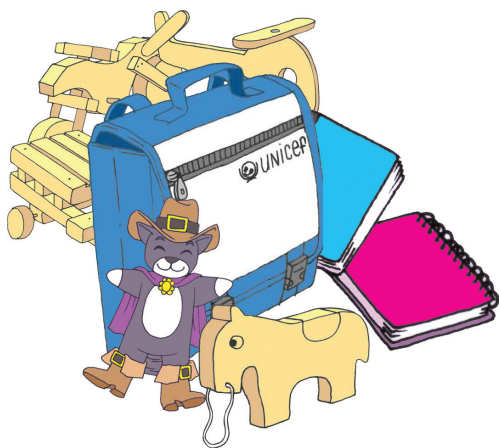
UNICEF ofrece el “Early Childhood Development Kit” que contiene una serie de materiales lúdicos para la estimulación temprana de menores en edad preescolar. Títeres, bloques para armar, rompecabezas, cuentas, crayones, lápices de colores, muñecos de peluche, entre otros artículos que facilitan la ocupación de niñas y niños hasta los 6 años, en actividades de entretenimiento que además contribuyen a la expresión afectiva, al desarrollo de la motricidad fina y de la motricidad gruesa. La maleta también incluye pastillas de jabón y envases para almacenar agua. Todos los materiales son fabricados con material no tóxico.

2- Maleta o Kit de Recreación



La maleta o kit de recreación de UNICEF contiene artículos deportivos que permiten organizar juegos con niñas, niños y adolescentes de distintas edades, propiciando la actividad física, que resulta muy útil para la descarga de emociones como el miedo y la agresividad. Incluye pelotas para fútbol, voleibol, baloncesto, chalecos para identificar los equipos, pizarras, silbatos, sogas y banderines para delimitar el campo de juego, entre otros. Pueden incluirse además, bate, guante y pelota para béisbol, deporte nacional dominicano, y una bolsa y guantes de boxeo. Estos últimos serán de ayuda para el trabajo con la agresividad y la ira que pueden aparecer en víctimas de emergencia y desastres.

3- Maletín Terapéutico o Mochila



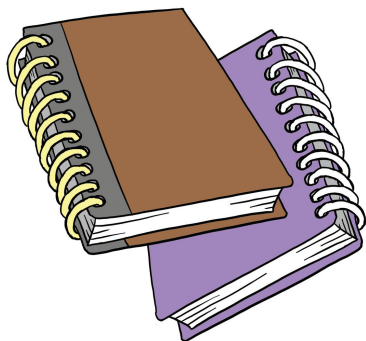
UNICEF dispone además de un kit, mochila o maletín terapéutico, fácil de transportar por quienes trabajen como Terapeutas Lúdicos/os, que contiene muñecos, títeres, juguetes de madera (jeep, camioneta, camión, bote, caballo o mula, ambulancia, etc.).

También incluye la mochila de los sueños y una selección de cuentos.

4- Los Juegos Tradicionales Locales

Los juegos tradicionales locales transmiten la cultura de los pueblos. Se pueden utilizar para jugar con los niños y conocer mejor su cultura, tradiciones, valores, etc. Los juegos que fomentan la camaradería y la cooperación son más recomendables.

5-El Diario de Campo



El diario de campo es el cuaderno donde las y los terapeutas anotarán toda la información relevante de cada una de las sesiones lúdicas. Observaciones de conducta, asistencia, problemas de salud, que puedan presentarse en el grupo de niñas y niños; actividades que se realizaron durante las sesiones, incidentes o accidentes que hayan ocurrido en ese tiempo, dificultades encontradas, etc. Esto ayudará a ir mejorando el proceso de implementación con el registro sistematizado del desempeño.

6- Megáfono y Reproductor de CD



Es útil contar con un megáfono o altoparlante para poder llamar a las niñas y niños de la comunidad y atraerlos al lugar del encuentro y asegurarnos que reciban las instrucciones precisas en cada actividad.

Asimismo, el reproductor de CD será de utilidad para la música y los cuentos grabados en audio.

7- El Uniforme de las y los Terapeutas



Las y los terapeutas lúdicas/os estarán debidamente identificados utilizando una franela o chaleco y una gorra (cachucha), y un carné de identidad con el logo del Retorno a la Alegría y/o de la institución ejecutora del programa.

8-Materiales Gastables



El diario de campo es el cuaderno donde las y los terapeutas anotarán toda la información relevante de cada una de las sesiones lúdicas. Observaciones de conducta, asistencia, problemas de salud, que puedan presentarse en el grupo de niñas y niños; actividades que se realizaron durante las sesiones, incidentes o accidentes que hayan ocurrido en ese tiempo, dificultades encontradas, etc. Esto ayudará a ir mejorando el proceso de implementación con el registro sistematizado del desempeño.

