



# Manual de Capacitación

*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**







# Manual de Capacitación

*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 Capacitación de Capacitadores**  
Programa Retorno de la Alegría, UNICEF-Colombia, 2007

**Manual de Capacitación**  
Programa Retorno a la Alegría, República Dominicana, 2010

Esta publicación es una adaptación de la versión colombiana del  
Manual de Capacitación de Capacitadores del 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

Elaboración y Redacción:  
Cesar Romero, 2007

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/republicadiminicana

# 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 Trabalenguas, 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 .....	9
Empleo de este Manual .....	12
◦ Las y los participantes	
◦ El entorno físico	
◦ Materiales	
◦ Definición de la Agenda	
<b>Primera Parte</b>	
<b>PRIMER DÍA DE ACTIVIDADES</b> .....	<b>14</b>
<i>Introducción, Creación de Confianza, Obtención de Información</i>	
<b>Programa de Actividades para el Primer Día</b>	
◦ <b>Actividad 1:</b> Orientación, Creación de Ambiente .....	<b>16</b>
◦ <b>Actividad 2:</b> Definición de expectativas: Hilos y Telaraña .....	<b>18</b>
◦ <b>Actividad 3:</b> Exploración de Potencial: Apropiación del Espacio .....	<b>20</b>
◦ <b>Actividad 4:</b> Dinámica de la Marea .....	<b>24</b>
◦ <b>Actividad 5:</b> El juego del Rumor: Barreras a la Comunicación Efectiva .....	<b>26</b>
◦ <b>Actividad 6:</b> Comunicación en una Dirección y en dos Direcciones .....	<b>28</b>
◦ <b>Actividad Alternativa:</b> Observación y Escucha Activa: Dibujar un Retrato .....	<b>30</b>
◦ <b>Actividad 7:</b> Creación de Confianza: El Lazarillo .....	<b>32</b>
◦ <b>Actividad Alternativa:</b> El Péndulo .....	<b>34</b>
◦ <b>Actividad 8:</b> Pensamiento Creativo: Símbolos del Pasado, Presente y Futuro .....	<b>36</b>
◦ <b>Actividad 9:</b> Creación de Cohesión de Grupos: Símbolos del Futuro .....	<b>38</b>
◦ <b>Actividad 10:</b> Juego de Roles y Simulación: Reconstrucción de los Hechos .....	<b>40</b>
◦ <b>Actividad 11:</b> Alivio Emocional: La Bomba o Vejiga (globo para inflar) .....	<b>42</b>

	pág.
<b>SEGUNDO DÍA DE ACTIVIDADES</b> .....	<b>44</b>
<i>Metodología</i>	
<b>Programa de Actividades para el Segundo Día</b> .....	<b>46</b>
◦ <b>Actividad 12: Para romper el hielo: Conducir un auto</b> .....	<b>48</b>
◦ <b>Descripción del Programa</b> .....	<b>50</b>
» <i>¿Qué es el programa "Retorno a la Alegria"?</i>	
» <i>Los objetivos del Programa</i>	
◦ <b>Etapas del Programa</b> .....	<b>51</b>
◦ <b>¿Quiénes son las personas involucradas?</b>	
» <i>Las Niñas y Niños</i> .....	<b>53</b>
» <i>Las y los Terapeutas Lúdicas/os</i> .....	<b>54</b>
» <i>Las Educadoras y los Educadores Guías</i> .....	<b>55</b>
» <i>Las/los Psicólogas/os Consejeras/os</i> .....	<b>56</b>
» <i>Las y los Coordinadoras/es Logísticos/as</i> .....	<b>57</b>
» <i>Los Grupos Comunitarios de Apoyo</i> .....	<b>58</b>
◦ <b>Las Herramientas del Retorno a la Alegria</b> .....	<b>59</b>
» <i>Manual de Implementación para Instituciones Ejecutoras</i>	
» <i>Manual de Capacitación</i>	
» <i>Manual para Educadoras y Educadores Guías</i>	
» <i>Manual de Terapias Lúdicas</i>	
» <i>Maletín Terapéutico o Mochila</i>	
» <i>El uso del Maletín Terapéutico y sus Instrumentos</i>	
◦ <b>El Trabajo de Campo</b> .....	<b>66</b>
» <i>Cómo hacer un mapa y realizar un censo</i>	
» <i>Diligenciamiento de los formularios</i>	
» <i>Planificación de Actividades</i>	
» <i>Ejemplos de programas de las sesiones lúdicas:</i> .....	<b>68</b>
◦ <b>Sesión 1: Desahogo e Integración</b> .....	<b>70</b>
◦ <b>Sesión 4: Confianza, Comunicación y Emociones</b> .....	<b>76</b>

<b>TERCER DÍA DE ACTIVIDADES</b> .....	pág. 88
<i>La Red del Retorno a la Alegría</i>	

◦ <b>Actividad 13:</b> Visualización de grupo y obtención de información: <i>Un modelo de un pueblo</i> .....	90
◦ <b>Distribución de Roles y conocimiento de los manuales</b>	
◦ <b>Actividad 14:</b> Huellas .....	92
◦ <b>Actividad 15:</b> Ritual de Cierre .....	96
◦ <b>Juramento de la Voluntaria y del Voluntario del Retorno a la Alegría</b>	
◦ <b>Entrega de Certificados</b>	

## Segunda Parte

<b>ORIENTACIONES BÁSICAS PARA TRABAJAR CON NIÑAS Y NIÑOS</b> .....	98
--	----

	pág.		pág.
1. Los problemas de los niños .....	102	13. ¿Para qué sirven los juguetes? .....	118
2. ¿Por qué tienen estos problemas? .....	103	14. Después de usar un juguete .....	119
3. ¿Qué debemos hacer con las niñas y niños que tienen problemas? .....	104	15. Los Cuentos y Fábulas .....	120
4. El proceso de duelo en niñas y niños .....	105	16. La Mochila de los Sueños .....	121
5. ¿Cómo comunicarse con las niñas y niños? .....	109	17. Las niñas y niños día a día. ....	122
6. ¿Cómo conversar con una niña o niño? .....	110	18. ¿Cómo estimular las niñas y los niños de acuerdo a su edad? .....	123
7. Durante una conversación es importante... ..	111	19. ¿Cómo iniciamos nuestro trabajo? .....	125
8. A través de las conversaciones .....	112	20. Las relaciones con la comunidad .....	126
9. Los Muñecos, el Juego, el Dibujo... ..	113	21. El apoyo de un adulto/a de la familia .....	128
10. La Creatividad .....	114	22. Otras tareas importantes .....	129
11. Los Juegos. ....	115	23. Ficha de Observación de Signos y Síntomas ...	130
12. Los Juguetes. ....	116	24. Informe Semanal .....	131

## Tercera Parte

<b>SISTEMA DE INFORMACIÓN Y REGISTRO</b> .....	132
» Modelo de Cronograma de Ejecución .....	135
» Modelo de Ficha de Censo de Niños y Niñas por Familia (RA-07) .....	137
» Modelo de Ficha de Observación de Signos y Síntomas (RA-08) .....	139
» Modelo de Ficha de Visita Dominciliaria (RA-08) .....	142
» Modelo de Ficha de Visita Hospitalaria .....	145

# Introducción

El Programa “**Retorno a la Alegría**”, está diseñado para brindar intervenciones masivas urgentes a la niñez afectada por desastres y emergencia, a través de una red constituida por terapeutas lúdicas/os, educadoras/es guías, psicólogas/os y coordinadoras/es logísticas/os de la institución ejecutora y un grupo comunitario de apoyo.

Las y los adolescentes participan como facilitadores del proceso frente a las niñas y los niños, mediación que les permite procesar también su duelo mientras le dan apoyo a un grupo de menores de edad. Estos grupos etéreos constituyen una población vulnerable cuya atención es prioritaria durante una situación de desastre o emergencia.

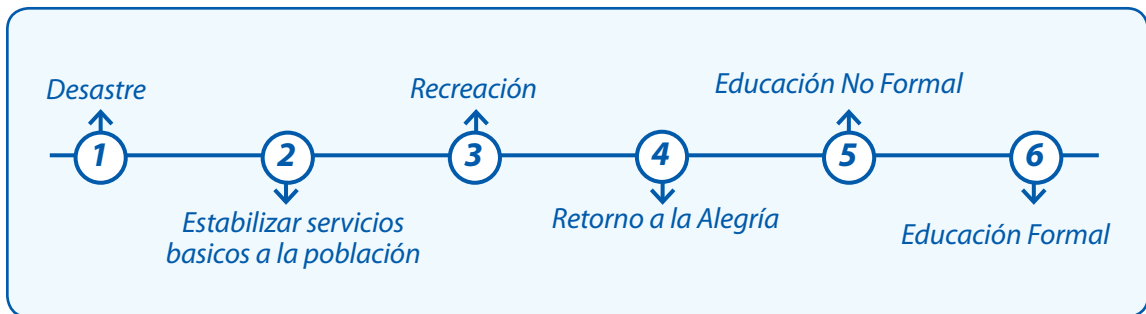
El programa se sustenta en el voluntariado, personas que se involucran por solidaridad con la comunidad afectada, y ese voluntariado será un elemento clave para el éxito en la implementación de este programa.

Este **Manual de Capacitación** es uno de los cuatro Manuales que componen la metodología del Programa, que incluye además, el **Manual de Implementación para Instituciones Ejecutoras**, el **Manual para Educadoras y Educadores Guías** y el **Manual de Terapias Lúdicas**. También se requiere del **Maletín Terapéutico** que contiene muñecos, títeres, juguetes de madera, la mochila de los sueños, canciones y cuentos.

Vale destacar que en el proceso de intervención de los grupos de niñas, niños y adolescentes que sufren el impacto de un desastre, conviene iniciar con la recreación para lo cual se promoverán juegos deportivos (fútbol, voleibol, baloncesto) y otras actividades al aire libre (carreras de sacos, salto de la cuerda, juegos tradicionales, etc.).

Esto atraerá a los menores al lugar donde se realizan los juegos y también facilitará iniciar un registro por edad, sexo, lugar de residencia, etc. La actividad física les ayudará a botar las tensiones ocasionadas por la ansiedad, la incertidumbre y el miedo que pueden estar sintiendo.

La **recreación** dará paso al **Retorno a la Alegría** mediante las sesiones estructuradas de terapia lúdica que facilitará retomar la **educación** primero a nivel **no formal** y luego la **educación formal**.



Momentos de la intervención para la protección de niñas, niños y adolescentes en situaciones de emergencia y desastre.

Mantener las niñas, niños y adolescentes ocupados tiene la ventaja de evitar exponerles a situaciones de explotación y abuso, o que el ocio prolongado devenga en conductas antisociales. Además, liberará tiempo a los adultos a cargo de los menores para que se involucren en actividades de reconstrucción de la comunidad.

## El programa incluye dos fases de entrenamiento:

### - La Primera Fase

Se refiere al taller de capacitación de tres días de duración, donde participarán todas las personas que desempeñarán cualesquiera de los roles previstos en el programa: **coordinador/es logísticos, psicólogas/os, educadoras/es o terapeutas lúdicos**, y que está sustentado en el documento que está usted leyendo.

Este primer taller se realizará preferiblemente donde las y los participantes puedan alojarse y el lugar disponga de espacios para la capacitación. En el mismo se desarrollarán las actividades para la transferencia metodológica, la consejería y los mecanismos de afrontamiento de problemas. Asimismo, se adiestrará a cada voluntario y voluntaria, en las funciones pertinentes al rol que desempeñarán dentro del programa.

## **La estructura recomendada para dicho taller es la siguiente:**

**PRIMER DÍA:** Estará dedicado a actividades de conocimiento de los participantes entre sí, integración de equipos y obtención de información de las y los voluntarios de manera tanto individual como colectiva. Es conveniente contar con la presencia de profesionales de la psicología por si alguna persona del grupo se sintiera emocionalmente movilizada, pueda recibir el apoyo necesario.

**SEGUNDO DÍA:** Se dedicará al conocimiento de la metodología en que se basa “El Retorno a la Alegría”, los roles y responsabilidades involucradas, el diligenciamiento de los formularios del sistema de información y el **Maletín Terapéutico**.

**TERCER DÍA:** Se dedicará a sesiones de práctica de las estrategias aprendidas al funcionamiento de la red y a familiarizarse con el contenido de los manuales que apoyan cada uno de los roles. También se realizará el cierre del taller y la entrega de certificados.

## **- La Segunda Fase**

Se refiere a la capacitación en servicio, que se llevará a cabo durante las reuniones semanales de las educadoras y educadores guías con el grupo de terapeutas lúdicos/as a su cargo.

Una vez por semana, la educadora o educador guía se reunirá con el equipo de terapeutas lúdicos que supervisa, para ir trabajando los temas del **Manual para Educadoras/es Guías**, que permitirán fortalecer las habilidades y estrategias aprendidas en el taller y que serán aplicadas al trabajo directo con los niños y niñas que se atenderán durante las sesiones lúdicas.

Queda a discreción de la/del psicóloga/o consejera/o y del/de la educador/a guía, si además se aprovecha este espacio para el desahogo y catarsis grupal, o si se habilita una sesión aparte para tal fin.

De igual forma, las Educadoras y Educadores Guías, aprovecharán el contenido de este manual para las sesiones de orientación a las madres, padres, tutoras y tutores de las niñas y los niños atendidos en el **Retorno a la Alegría**.

# El Empleo de este Manual

*Este manual está diseñado para ser usado durante el taller de capacitación inicial a todas las personas que trabajarán de manera voluntaria en el programa **Retorno a la Alegría** en las comunidades afectadas por una situación de desastre o emergencia.*

*Serán quienes desempeñarán las funciones de **educadoras/es, psicólogas/os consejeras/os, terapeutas lúdicas/os y coordinadoras/es logísticas/os**. Presenta instrucciones paso a paso, sencillas, acerca de cómo dirigir cada actividad y una lista de los materiales requeridos en cada una. También se incluyen preguntas guías para ayudar en la reflexión posterior a la actividad o dinámica; se señalan palabras y conceptos claves como una referencia para enriquecer aún más dicha reflexión.*

## Las y los Participantes

*El número máximo de participantes en cada taller no deberá exceder los cuarenta. Se les debe enfatizar la importancia de llegar puntualmente al inicio de la sesión cada día. Se entrenarán tantos grupos para la capacitación como sean necesarios de acuerdo al tamaño de la población a atender a través del programa Retorno a la Alegría.*

## Las y los Capacitadores

*Cada grupo tendrá la facilitación de dos capacitadores previamente entrenados en la metodología, que podrán alternar las actividades de común acuerdo, en especial durante el tercer día en que tendrán que ocuparse de los subgrupos individualmente. Mientras un capacitador o capacitadora dirige la actividad, el otro u otra estará apoyando con la entrega de materiales y anotando las observaciones de interés.*

*Es recomendable que las Capacitadoras y los Capacitadores tengan habilidades en el manejo de grupos, facilidad de comunicación, capacidad de empatía, y por supuesto que conozcan completamente la estructura y funcionamiento del programa.*

## El Entorno Físico

*Asegure que el salón sea lo suficientemente grande tanto para el grupo completo como para la división del mismo en subgrupos. El tener salones menores adjuntos para trabajos separados puede ser de ayuda. Las sillas deben ser fáciles de mover para permitir un*

*agrupamiento flexible. Es preferible que las sesiones de grupo se realicen con los miembros del grupo sentados en círculo.*

*Por lo menos una pared debe ser identificada para el propósito de mostrar grandes pliegos de papel, cuadros y otras ayudas visuales. Un papelógrafo o rotafolios que se puede retirar con facilidad y una mesa para colocar los materiales serán de gran ayuda.*

*El grupo debe determinar si el espacio de trabajo será usado para comer y beber, ya sea durante las horas de trabajo o en los descansos. El tener un espacio alternativo para que los participantes descansen entre sesiones permite una clara diferenciación entre el espacio de trabajo y el de otras actividades.*

## **Materiales**

*En cada actividad sugerida en este manual se presenta una lista de los materiales requeridos. Es importante que el capacitador o capacitadora asegure que estos materiales estén listos, organizados secuencialmente y a la mano. Ahorrará tiempo y facilitará la transición sin interrupciones de una actividad a la siguiente.*

*Si los materiales sugeridos no están disponibles, se aconseja a los capacitadores y capacitadoras, improvisar y emplear materiales existentes o locales.*

## **Definición de la Agenda**

*En este manual se presenta un ejemplo de programa de actividades que tiene en cuenta la duración de cada una de ellas. Se puede emplear este programa completo, adaptarlo o modificarlo según las necesidades, siempre que se garantice el alcance de los objetivos de la capacitación.*

*Es importante saber que cada grupo tiene su propio ritmo, unos son más rápidos, otros más lentos, por tanto, las capacitadoras, capacitadores y sus asistentes deberán estar pendientes del tiempo de las actividades para procurar su óptima administración.*

