

# CUADERNO DE BITÁCORA

---

Proyecto  
**Bienestar Integral Comunitario 2023**  
Valdivia



**cecrea**  
centros de creación

# ÍNDICE



**1** Presentación

**2** Antecedentes de proyecto

**3** Objetivos del proyecto

**4** Etapas del proyecto

**5** Material de apoyo

**6** Orientaciones para el registro

**7** Inicio del registro

# PRESENTACIÓN

**Este Cuaderno de Bitácora es una herramienta para la reflexión y sistematización del proyecto Bienestar Integral Comunitario 2023.**

El proyecto Bienestar Integral Comunitario 2023 tiene como objetivo fortalecer el bienestar integral de las comunidades de todos los territorios en que se encuentra Cecrea. Se inicia en julio y culmina en noviembre, y su estructura general está conformada por una serie de etapas cuyo desarrollo requiere de un constante ejercicio de reflexión y análisis crítico de quienes lo implementen.

Diversos son los elementos y niveles que acontecen en todas las etapas del proyecto, por lo que su registro y sistematización son tareas fundamentales para ser conscientes del trabajo que se realiza, identificar los aspectos positivos y las oportunidades de mejora, y realizar ajustes de acuerdo a las necesidades que se van presentando.



En este contexto, el Cuaderno de Bitácora es una herramienta que busca contribuir a la reflexión de las/os profesionales que trabajan en Cecrea desde el momento de co- diseño del proyecto Bienestar Integral Comunitario 2023 hasta todo el periodo de implementación y evaluación del proceso.

A continuación, te presentamos los antecedentes que dan origen al proyecto, sus objetivos y etapas, junto con un set de materiales de apoyo que aportan con recursos para su implementación. Luego, entregamos algunas orientaciones para el uso de esta bitácora y, posteriormente, se inicia el registro de la información, cuyo formato está diseñado de acuerdo a cada paso contemplado en el desarrollo del proyecto.

# ANTECEDENTES DEL PROYECTO

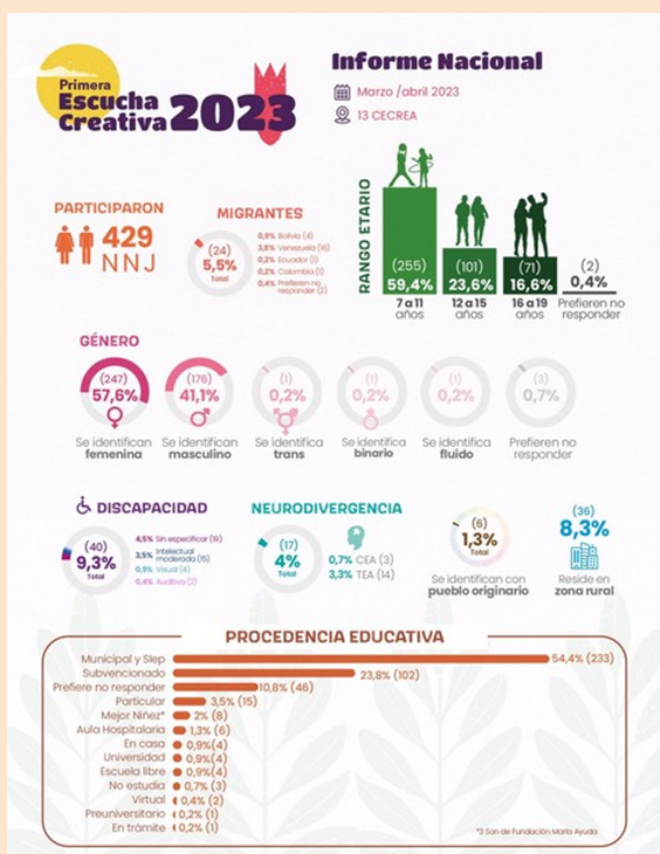
Durante los meses de marzo y abril de este año, se realizaron las primeras Escuchas Creativas en cada región, siendo su objetivo levantar información sobre lo que niños, niñas y jóvenes entienden por bienestar integral, a partir de la valoración que hacen de su propio bienestar/malestar.

En dichas instancias participaron 429 niños, niñas y jóvenes, con quienes se pudo identificar una serie de aspectos que para ellas/os significa sentirse bien.

## jóvenes en las Escuchas Creativas?:

En cuanto a la RELACIÓN CONSIGO MISMAS/OS, fue posible identificar:

- una alta valoración de los espacios de intimidad, en tanto les brindan tranquilidad.
- la importancia del autoconocimiento como habilidad que les permite explorar sus intereses.
- la necesidad de desarrollar capacidades de autorregulación emocional para controlar los ámbitos de su afectividad que no les agradan.
- la importancia de desarrollar una imagen positiva de sí mismas/os, basada en la aceptación de sus características personales.



**Acerca de la RELACIÓN CON QUIENES LAS/OS RODEAN, se pudo apreciar:**

- lo fundamental de sentirse escuchadas/os, aceptadas/os y reconocidas/os.
- una importante valoración de los vínculos cercanos que les brindan contención y seguridad, siendo la familia un núcleo fundamental.
- la relevancia que tiene el vínculo con los pares en tanto les dan la posibilidad de compartir experiencias significativas e intereses.
- la gratificación que se logra en actividades que implican un trabajo colaborativo, pues se sienten apoyadas/os a la vez que valoradas/os. la alta valoración de los espacios de participación como medio para conocer su entorno e influir en él.
- la importancia del espacio escolar como un contexto que les permite construir amistades.
- el aprecio por el vínculo con sus mascotas en la medida que desarrollan un afecto y un cuidado por ellas.



**Con respecto al TIPO DE EXPERIENCIAS QUE LES HACE SENTIR BIEN, se identificó:**

- el contacto con la naturaleza como una experiencia que favorece los momentos de calma, el conocimiento de lugares diferentes y confortables, y el disfrute de espacios abiertos.
- las experiencias artísticas como un canal de expresión y comunicación en sus distintas formas: música, dibujo, pintura, danza, actuación, etc.
- los momentos de comida compartida como un elemento fundamental para la salud y como una experiencia que favorece la interacción con otras personas.
- el deporte como un tipo de actividad que posibilita liberar energía.
- los espacios donde se pueden expresar con libertad, desarrollar sus capacidades de forma integral y sentirse aceptadas/os sin recibir presión del entorno.
- el uso de dispositivos electrónicos para disfrutar de

videojuegos, redes sociales y contacto con sus pares.

***¿Qué se identificó acerca de los aspectos que generan malestar en los/as niños, niñas y jóvenes?***



**A partir del relato de los/as niños, niñas y jóvenes, se pudo identificar que los aspectos que les provocan malestar son:**

- que no se respeten sus espacios de intimidad. sentirse juzgadas/os y presionadas/os.
- la sensación de tener un bajo control de sus emociones. recibir malos tratos de quienes les rodean.
- la carga académica del espacio escolar, así como las situaciones de
- agresividad y acoso a las que a veces se ven expuestas/os.
- la presión que sienten del mundo adulto en cuantos a las exigencias diarias y a la rutina.

Para acceder al Informe Nacional 2023,  
haz click [AQUÍ](#)

# OBJETIVOS DEL PROYECTO

## **OBJETIVO GENERAL:**

Fortalecer el bienestar integral de las  
comunidades de todos los territorios del país  
donde se encuentra Cecrea.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Fortalecer las habilidades socioemocionales de NNJ participantes del proyecto.
- Potenciar las relaciones de colaboración entre todas/os las/os participantes del proyecto que forman parte de la comunidad.

- Fortalecer las herramientas de cuidado de equipo en las/os integrantes de cada equipo Cecrea, por medio de instancias de contención.

## ETAPAS DEL PROYECTO

El proyecto **Bienestar Integral Comunitario 2023** está estructurado en base a las siguientes etapas:





# MATERIAL DE APOYO

Para facilitar el desarrollo del proyecto, dejamos en esta página un set de documentos con información que ayudan a la comprensión del proyecto y su puesta en práctica:

## Documentos con información sobre Cecrea:

- [Modelo Cecrea](#)
- [Marco metodológico laboratorios creativos](#)
- [Guía sobre planificación con enfoque de derechos para profesionales de Cecrea](#)

## Documentos sobre Bienestar Subjetivo:

- ["Desarrollo humano en Chile. Bienestar subjetivo: el desafío de repensar el desarrollo" \(PNUD, 2012\)](#)

## Informes de cada región:

- [Informes de Escuchas Creativas 2023](#)

## Orientaciones para el uso del Cuaderno de Bitácora:

- [Bitácora Cecrea. Orientaciones sobre el sentido y el uso](#)

## **Recursos prácticos:**

- "Actividades psicoeducativas para un clima positivo en la sala de clases" (Abatte, Lallana, Averill, Castro)

## **Animaciones:**

- Amistad y bienestar
- Aprender de las emociones
- Autoestima
- Autoinstrucción
- Efecto mascotas
- Efectos de la meditación
- El beneficio de una caminata matutina
- El cerebro y los abrazos
- El rol de la música en la salud mental
- Empatía
- Resiliencia
- Responsabilidad afectiva
- Sentidos y bienestar
- Volver a conectarse con la naturaleza

## **Cápsulas de profesionales especialistas:**

- Autoestima
- Claves para conectar con tu hijo
- Educación emocional
- Fragilidad de la salud mental en la adolescencia
- Lidiar con mis inseguridades

# ORIENTACIONES GENERALES PARA EL REGISTRO

**Considerando que el proyecto tendrá un diseño local, este registro tiene solo un formato general basado en los elementos comunes que tendrán todos los proyectos, para que cada equipo lo ajuste a sus necesidades específicas. Algunas orientaciones generales para el uso de esta bitácora son:**

- Utilizar el momento de registro como una instancia de reflexión conjunta de todo el equipo que implementa el proyecto, de modo de incorporar todas las perspectivas sobre el trabajo realizado.
- Ser constante en el uso de la bitácora, dejando registro de cada acción que se realice, ya que todas ellas aportan al logro del objetivo del proyecto y serán información útil para su seguimiento y evaluación.
- Cada sección viene con algunas orientaciones específicas que señalan su propósito y los elementos importantes que deben registrarse. Esto permitirá realizar una sistematización organizada de toda la información al término del proceso.

# INICIO DEL REGISTRO

A partir de ahora, les invitamos a dejar registro de cada una de las acciones que están involucradas en el proyecto, desde la etapa de diseño hasta el período completo de implementación.



# Registro

## Etapa de co-diseño

### **1. Co-diseño nacional:**

- Reunión de inducción
- Acercamiento a equipo regional
- Jornadas nacionales de co-diseño

### **2. Co-diseño local:**

- Adaptación local del diseño nacional
- Diseño local

# 1. Co-diseño nacional

## ➤ Reunión de inducción:

---

### Comienza tu registro aquí:

Primer encuentro con el grupo de psicólogos y directoras del proyecto bienestar integral.

Mediante los objetivos planteados, me puedo orientar con respecto a los lineamientos del programa, lo cual llama mi atención por participar de manera comprometida y constante. El equipo de Cecrea tiene la intención principal de ver/tratar y relacionar a NNJ como sujetos de derecho, lo cual genera reflexiones importantes como grupo que permite de una u otra manera volvernos más conscientes con respecto a ese objetivo.

Es una reunión que igual se hace extensa y con harta información, por lo que el break de poder salir de la dinámica un poco más teórica, y pasar a una más lúdica y conversada con psicólogos/as permite que la experiencia sea más enriquecedora.

Analizamos las conclusiones de las escuchas creativas, con la interrogante para NNJ sobre su entendimiento sobre bienestar integral en cuatro puntos: relación consigo mismo, relación con los que los rodea, con el tipo de experiencias y aquellas que no les genera bienestar integral, este espacio nos permitió reconocer en mayor profundidad estas respuestas, que de una u otra manera permiten guiar el trabajo a futuro y también hacer un trabajo reflexivo con respecto a las necesidades de los NNJ.

## ➤ **Acercamiento a equipo regional:**

Los propósitos de esta instancia son:

- a) *Guiar un momento de presentación de todas las personas del equipo.*
- b) *Socializar con el equipo las características del proyecto.*
- c) *Propiciar un momento de escucha al equipo Cecrea acerca de aspectos que este considere relevantes sobre el contexto y las necesidades comunitarias.*
- d) *Coordinar aspectos prácticos, tales como horarios de trabajo, frecuencia, entre otros.*

---

### **Comienza tu registro aquí:**

Hoy viernes 4 de agosto de 2023, doy inicio al primer encuentro con la directora del centro CECREA Valdivia, Claudia Menendez.

Llegó un tiempo antes para conocer el espacio de CECREA. Espacio muy dinámico, lúdico, entretenido, acogedor.

Luego me reuní con Claudia Menendez, directora del proyecto, con la cual logramos profundizar en el funcionamiento del proyecto, sus características, objetivos, metas y desafíos. Me comenta que han estado 8 meses sin facilitadores “formales” y que estos se vienen integrando recién, por lo que esperaremos unas semanas para poder acoger las opiniones y ayudas que necesita el equipo y en las que yo pueda participar.

Logró conocer brevemente al equipo, los cuales se encontraban en capacitaciones.

Claudia me propone ciertas dificultades que están viviendo como centro, que cree mi labor podría ser útil, a función de expresiones y forma de contener ante NNJ que sufren vulneración de derechos, las cuales se constatan cuando nos reunamos con el equipo completo.

Se logra ver como se cumple su objetivo de entregar un espacio para NNJ y su expresión, o como un espacio seguro.

Recorro el centro, y sus laboratorios, los cuales impresionan por sus implementaciones.

Dejamos estipulado nuestra coordinación para una próxima reunión con el equipo completo, donde pueda acoger sus perspectivas, sin fecha establecida pero que ojala sea los días viernes en la mañana, que es cuando podrían tener menos flujo de laboratorios.



➤ **Jornadas nacionales de co-diseño:**

11 y 16 de agosto - 9:00 a 11:00 hrs.

Estas instancias se orientan a crear colaborativamente un diseño del proyecto que contemple elementos transversales que fueron identificados en la sistematización de todas las Escuchas Creativas 2023.

Será una base sobre la cual cada equipo creará el diseño específico para las atender las necesidades particulares de su territorio.

Este apartado de la bitácora sirve para registrar las ideas y acuerdos de estas jornadas nacionales, junto con todas aquellas ideas que vayan surgiendo en el equipo que puedan nutrir su diseño local.

## **Jornada 11 de agosto:**

---

### **Comienza tu registro aquí:**

Esta reunión se divide en una parte teórica y una parte práctica.

En la primera instancia profundizamos y reforzamos lineamientos del programa, escuchas creativas de NNJ, funcionamiento, etc, se acogen también las dudas y reflexiones del equipo de psicólogos de diferentes sectores.

En la segunda instancia nos reunimos con el/la director/a de nuestra región de CECREA, para realizar un registro de análisis situacional, que nos permita poder comprender y localizarnos mejor según las necesidades de la región y del equipo mismo.

Cecrea Valdivia no logra asistir, por lo que me mantengo escuchando activamente la conversación con el equipo de Vallenar, donde logro ver que se presentan dificultades tanto de la población como de grupo, así como también avances diferentes a los de Valdivia, según la información que pude obtener de la primera reunión con Claudia.

Luego se realiza un resumen de las apreciaciones y como nos vamos de la sesión, me llama la atención de buena manera que el grupo en general siente motivación, entusiasmo, nerviosismos, incertidumbre, por empezar el proyecto.

Queda pendiente el que pueda rellenar ese análisis con Cecrea Valdivia, con los cuales nos reuniremos el próximo lunes 21 de agosto a las 15:30

## **Jornada 16 de agosto:**

---

**Comienza tu registro aquí:**

No logró asistir a esta reunión de codiseño nacional.

## 2. Co-diseño local

### ➤ **Adaptación local del diseño nacional:**

El propósito de este momento es elaborar colaborativamente con el equipo Cecrea un diseño del proyecto que responda a las características y necesidades comunitarias locales.

Los insumos más relevantes que guiarán este trabajo, son:

- **Informe local de Escucha Creativa 2023**
- **Experiencia y relato del equipo Cecrea**

Este apartado de la bitácora será de utilidad para registrar las ideas y acuerdos que surjan en las instancias de reunión del equipo.

---

## **Comienza tu registro aquí: Lunes 21 de agosto de 2023**

En este encuentro nos reunimos con todo el equipo que trabaja en Cecrea dentro de la creación de laboratorios y trabajo administrativo. Nos reunimos en una mesa de trabajo que nos permite poder conocernos por primera vez, contarles un poco de mi labor que la planteó con objetivos flexibles de acuerdo a sus necesidades y aquellas propias del proyecto de bienestar. Nos abocamos a ir conversando para responder a aquellas preguntas del análisis situacional, es un encuentro que nos toma 2 horas y surgieron reflexiones bien interesantes, especialmente sobre el autocuidado del equipo y ciertas estructuras que de una u otra manera generan incertidumbre como grupo, así como también respuestas que me permiten conocer con mayor detalle a la comunidad que los acompaña.

El equipo logra ver una comunidad sólida, donde existe una buena recepción para aceptar las “reglas” de Cecrea, especialmente aquellas en relación a ver a los NNJ como sujetos garantes de derecho, lo cual suele dificultar a veces por medio de cuidadores e instituciones.

Además el tema del transporte es un problema que viven día a día, porque se limita el uso de los espacios así como también la participación en laboratorios debido a el costo que tiene para algunas familias poder acercarse a Cecrea, donde no es posible plantear aún una solución a este tema por falta de recursos.

Cecrea permite la integración de la comunidad de cuidadores, instituciones pero además acoge proyectos autoconvocados, lo cual irradia información sobre el centro y sus recursos.

Surgen además uno de los principales problemáticas en las que ellos/as solicitan ayuda, relacionada a como enfrentar tanto a nivel emocional y conductual aquellas develaciones de NNJ que abarcan violencia sexual (acoso, abuso, experiencias de terceros, etc). Se llega al acuerdo que si bien tienen formación de este tipo, estas son muy teóricas, no te entregan herramientas esenciales y realmente efectivas para acoger, para el uso adecuado de palabras, para el manejo de un grupo cuando un NNJ es el que necesita hablar sobre estos temas. Aquí surgen distintas experiencias que han tenido como facilitadores y donde coinciden en este sentimiento de no hacerlo suficientemente bien, mezclado con un poco de culpa.

En cuanto al equipo de facilitadores, surgen reflexiones y conversaciones sobre salud mental y autocuidado en torno a preguntas como ¿qué herramientas podemos recibir para que en el vivir cotidiano de nuestro trabajo, no nos sentimos sobrecargados? o también sobre la inestabilidad del proyecto, donde los facilitadores son cambiados todos los años, generando sentimientos de angustia y ansiedad por no tener claridad sobre la pertenencia. Logró ver que es un equipo que se escucha, que se contiene, un equipo donde existe una coordinación y pasión en cuanto a sus creaciones y formas de desarrollar sus laboratorios y eso lo consideramos como un factor protector importante.

Además se plantea la necesidad de poder realizar simposios o conversatorios con facilitadores de CECREA a nivel nacional, que permita poder compartir ideas, escuchar creativas entre ellos mismos y generar instancias de aprendizaje, de esta manera ellos sentirán que aquellos laboratorios que toman tiempo, trabajo y esfuerzo, sean más valorados y utilizados, al ser compartidos, lo que ellos llaman “fenómeno de la replicabilidad”, que lindo sería compartir más la pasión por crear.

Cerramos este encuentro promoviendo más pausas activas para una siguiente oportunidad, y nos reuniremos nuevamente el día jueves

## ➤ **Diseño local:**

Aquí se registrará el diseño específico del proyecto local. Para esto, es importante considerar los siguientes niveles de trabajo:

- **Sesiones de trabajo con niños, niñas y jóvenes**
- **Instancias en terreno con familias y/o personas cuidadoras.**
- **Instancias de articulación con otras organizaciones: escolares, comunitarias, culturales, etc.**

Junto a esto, es relevante definir los siguientes aspectos:

- **Objetivos generales y específicos del proyecto local**
- **Metodología de trabajo**
- **Frecuencia de las instancias Primeras tareas a realizar**

---

## Comienza tu registro aquí: Jueves 24 de agosto de 2023

**Objetivo general:** Elaborar un proyecto de bienestar integral que permita valorar y reconocer a los NNJ como sujetos de derecho, validando sus sentires, emociones, pensamientos, identidades y formas de expresión.

### Objetivos específicos:

(1) Propiciar un espacio de reconocimiento emocional y bienestar para NNJ por medio de la creación de un laboratorio

(2) Generar articulaciones con instituciones que se relacionan con NNJ por medio de Cecrea Valdivia, para que exista una coordinación/análisis/reestructuración de conceptos que garanticen ejercen dinámicas para NNJ como sujetos de derecho, evitando el adultocentrismo.

(3) Generar articulación con los/las cuidadores de los NNJ para que exista una coordinación con respecto al concepto de niños garantes de derechos

### Metodología de trabajo:

Cada laboratorio cuenta con 3 sesiones aproximadamente (pueden ser más). Existirán dos tipos de laboratorio, los cuales describir a continuación

- **Laboratorio NNJ**

Será creado bajo una convocatoria abierta, en los espacios de cecrea, participaran niños y niñas entre 7-11 años.

Tiene como objetivo la exploración y reconocimiento de nuestras emociones. La primera sesión tendrá como objetivo “facilitar dinámicas que permitan la exploración y reconocimiento de emociones tanto individual como colectivamente, experimentado desde un espacio seguro”.

- **Articulación con la comunidad**

Esta articulación se dividirán en (1) instituciones y (2) Madres, padres y cuidadores

### Instituciones seleccionadas:

(1) Subsecretaría de la niñez y Mejor niñez, con las cuales Cecrea ha establecido un vínculo de participación, donde se prestarán apoyos en metodologías y estrategias de trabajo con NNJ así como también prestar



espacios de encuentros. A través de estos encuentros se invita a los agentes que conforman estas instituciones para que se pueda compartir, establecer, coordinar conceptos y acciones que fomenten mirar y tratar a NNJ como sujetos garantes de derechos.

Para el segundo laboratorio, aprovechando la instancia de trabajar con establecimientos educacionales, se propiciará un encuentro para vincularnos con madres, padres y cuidadores de los jóvenes que se vincularon en este laboratorio, que permita poder generar un acercamiento y propiciar conceptos que los ayude a ser conscientes de conductas/pensamiento/frases adultocentristas.

Para esto trabajaremos realizaremos una metodología donde se les invite a conectar con su niño/a interior permitiéndoles posicionarse desde ese momento de sus vidas, con preguntas como ¿Cómo me hubiera gustado que sean mis padres conmigo? que guíen el proceso, para luego poder articular esta experiencia mediante la identificación de frases/comentarios adultocéntricos que consideran involucran en su crianza, y que genera conflictos o no permita ver a los NNJ como sujetos de derecho. El objetivo es generar un trabajo reflexivo, para que el trabajo que se realiza diariamente en cecrea no solo quede en cecrea, si no que permita que los NNJ lo sientan irradiado en sus hogares, en sus colegios, en toda su vida.

- **Equipo Cecrea**

Mediante el encuentro que tuvimos con el equipo de cecrea, se realizó un levantamiento de necesidades de ellos/as, los cuales permitieron establecer en cierta medida los lineamientos para implementar estrategias que sean útiles. Se establecieron dos requerimientos principales: (1) que hacer ante casos y develaciones/interacciones por parte de NNJ que aborden la esfera de la violencia sexual, de manera mas practica que teorica y (2) autocuidado de grupo relacionado a la salud mental, autoconocimiento y contencion

***Frecuencia de las instancias: Primeras tareas a realizar***

***Fechas importantes:***

- **Trabajo NNJ (Laboratorio N1)**
- **Trabajo con NNJ (Laboratorio N2)**

- 10 de octubre (Planificación Sesión N1)
- 12 de octubre (Sesión N1)
- 16 de octubre (Planificación Sesión N2)
- 19 de octubre (Sesión N2)
- 23 de octubre (Planificación Sesión N3)
- 26 de octubre (Sesión N3)

- **Trabajo con Comunidad Cecrea**

- 16 de octubre (Sesión N1)
- 23 de octubre (Sesión N2)
- 30 de octubre (Sesión N3)
- 7 de noviembre (Sesión N4)
- 14 de noviembre (Sesión N5)

- **Trabajo con Comunidad cuidadores/as de NNJ**

- 2 de noviembre (Planificación Sesión N1)
- 6 de noviembre (Planificación Sesión N1)
- 8 de noviembre (Sesión N1)
- 7 de noviembre (Planificación Sesión N2)
- 9 de noviembre (Sesión N2)

- **Fecha evaluación: Silvia Arrau**

- 13 de noviembre (Reunión coordinación Silvia Arrau)
- 17 de noviembre (Evaluación con equipo Cecrea- cierre Proyecto Bienestar Integral)

# Registro

## Etapa de implementación

### Los componentes de esta etapa son:

#### 1. Desarrollo de sesiones con NNJ

##### Laboratorio I - “Amuleto de mis emociones”

Será creado bajo una convocatoria abierta, en los espacios de cecrea, participaran niños y niñas entre 7-11 años. Tiene como objetivo la exploración y reconocimiento de nuestras emociones. La primera sesión tendrá como objetivo “facilitar dinámicas que permitan la exploración y reconocimiento de emociones tanto individual como colectivamente, experimentado desde un espacio seguro”.

##### Sesión 1

**Fase de escucha:** Comienza con una escucha inicial para conocernos como grupo. Además existirá un “animometro” mediante el cual los/as participantes podrán expresar (si lo desean) su estado de ánimo. Luego seguimos con la fase de “Co-creación” de la dinámica para el ritual de inicio, donde niños y niñas proponen diferentes movimientos y sonidos para activarnos al iniciar nuestras sesiones. Se utilizarán las cartas dixit para facilitar el proceso de conocernos entre los y las participantes y en todo momento se respetará el derecho a no hacer de los y las participantes. Para finalizar este momento se propone a niños y niñas realizar un acuerdo de convivencia, donde podremos dejar claras algunas normas para propiciar un espacio de bienestar colectivo y de respeto mutuo, esto quedará reflejado en una cartulina que nos acompañará sesión a sesión y permitirá recordar estos acuerdos.

**Fase de experimentación:** Por medio de una actividad grupal, los y las participantes pintarán en qué lugares de su cuerpo sienten las emociones mencionadas en el ejercicio anterior, compartiendo su reconocimiento con sus demás compañeros y compañeras. Además se hará uso de bitácora para desarrollar un trabajo más reflexivo y de autoconocimiento, la cual puede ser respondida de forma escrita o gráfica, con preguntas como ¿Qué emociones conozco? ¿Qué formas y colores tienen?, para guiar este momento.

**Fase de cierre:** Mediante un círculo niños y niñas podrán compartir sus sentires durante su sesión y comentar qué cosas les gustaría que ocurriera para la segunda sesión.

## **Sesión 2**

**Fase de escucha:** Ritual de bienvenida responde al co-diseño de la sesión anterior. Al inicio de la sesión los y las participantes podrán manifestar su estado de ánimo mediante un anemómetro. Luego se hará uso de las bitácoras para desarrollar un trabajo más reflexivo y de autoconocimiento, la cual puede ser respondida de forma escrita o gráfica, con preguntas como ¿Cuáles son las cosas que me hacen sentir cómodo o cómoda? ¿Cómo es mi lugar seguro y qué elementos me gustaría agregar?, que guíen el proceso.

### **Fase de experimentación:**

Dinámica de activación corporal: Cachipun de amor.

¿Qué son los amuletos? ¿Han escuchado sobre ellos?

Breve revisión de amuletos y sus significados en diferentes culturas, también se presentarán algunos de estos en formato físico para que niños y niñas puedan tocarlos y explorar sus diferentes formas y texturas, ¿qué me llama la atención de ellos?

Luego se les presentarán los materiales con los cuales podrán realizar sus amuletos, realizando algunas pruebas con estos, para explorar las diferentes posibilidades de creación que se pueden desarrollar.

Se invita a niños y niñas que vuelvan a tomar sus bitácoras donde reflexionaremos en torno a el poder o llama interior para luego crear un boceto de nuestros amuletos y qué característica nos gustaría reforzar a través de ellos.

**Fase de cierre:** Niños y niñas podrán compartir sus sentires durante su sesión y comentar qué cosas les gustaría que ocurriera para la segunda sesión, con preguntas como ¿Qué palabra de agradecimiento me nace compartir en esta sesión?, que guíen el proceso.

### **Sesión 3**

**Fase de escucha:** Se Inicia la sesión con el ritual co-creado por las y los niños y niñas participantes. Pregunta de activación: invitamos a niños y niñas a que compartan su estado de ánimo el día de hoy a través de un animómetro.

**Fase de experimentación:** Niños y niñas escogen libremente alguna página de su bitácora que quieran compartir con sus demás compañeros y compañeras. También se respetará lo que no quieran compartir. “Creación de amuletos”, niños y niñas a partir de sus diseños y de diferentes materialidades, comienzan a darle forma a sus amuletos. Al terminar el periodo de creación los y las participantes comparten sus creaciones al grupo y comentan qué les pareció el proceso vivido.

#### **Fase de cierre:**

Ritual de cierre: “Estas son mis emociones y las válido”. Nos disponemos en un círculo junto a nuestros amuletos, cada participante le susurra una intención a su amuleto y luego los dejamos al centro del círculo, para repetir todos junto la siguiente frase: “Estas son mis emociones y las valgo”. Cerramos con aplausos

### **Laboratorio II - Intervención con Comunidades Educativas (Liceo INSAT Valdivia, Liceo Comercial, Liceo Técnico)**

Este laboratorio se elaboró bajo una convocatoria cerrada, participaron jóvenes de tres liceos técnicos de Valdivia, con 45 participantes en total. Los Liceos invitados a la actividad fueron el Liceo INSAT Valdivia, el Instituto Comercial Valdivia y Liceo Técnico Valdivia, establecimientos que estuvieron dispuestos a gestionar espacios de encuentro creativo relacionados con la salud mental.

Este laboratorio nace como un articulación desde el diálogo con los equipos directivos de estos establecimientos educacionales, donde la metodología a utilizar en un comienzo fue propuesta por el equipo mediante el formato de irradiación (tipo encuesta), que permite poder

levantar las necesidades de los jóvenes, y que surjan desde su mirada y necesidades permitiendo coherencia con sus intereses, permitiendo visibilizar sus requerimientos y fomentar el sujetos garantes de derecho, como propios movilizados. Una vez que se recogieron estas encuestas, se establecieron los objetivos y metodologías del laboratorio.

Para esta instancia se realiza una escucha activa de NNJ pertenecientes a los establecimientos educacionales en donde se mencionan temáticas que los NNJ sienten que es necesario abordar desde una mirada de salud mental, la primera fué (1) gestión de mis emociones, (2) contención emocional de sus pares en situaciones de crisis, (3) y autocuidado.

A partir de esta información recopilada por el equipo Cecrea se realizan tres sesiones con dos grupos distintos. El primer grupo realizará un Laboratorio llamado “*Trabajando mi imagen intensamente*”, que tendrá como principales objetivos el (1) explorar la identidad a través del maquillaje e intervención textil, (2) reforzar y fortalecer la autoestima y la autoconfianza y (3) reconocer y expresar nuestras emociones.

El segundo grupo realizará un Laboratorio llamado “*Le artis de vivre*”, que tendrá como principales objetivos el (1) diseñar un espacio seguro para expresarse libremente y hablar sin vergüenza respecto a nuestra salud mental, (2) incentivar la autoconciencia y autoconocimiento personal, en conjunto con los procesos internos de cada participante, y (3) componer una creación colectiva que termine en una canción que pueda plasmar nuestro sentir por medio de la música.

### **Sesión 1: “Trabajando mi imagen intensamente”**

**Propósito de la sesión:** Conocerse entre participantes de distintos establecimientos educacionales, así como también generar dinámicas de creación colectiva y reconocimiento emocional mediante ejercicios por medio del dibujo y la poesía.

<b>Momento</b>	<b>Descripción</b>
<b>Inicio</b>	Se les pide a los/las participantes que al momento de empezar la sesión puedan presentarse con su nombre, cómo les gusta

	<p>que les digan y una cualidad que les identifique.</p> <p>Se gestionan acuerdos de convivencia respetuosa entre pares.</p>
<b>Desarrollo</b>	<p>Se realiza una carta con el objetivo de trabajar en el trato amoroso entre pares y la autoimagen, esta actividad consiste en escribir un mensaje positivo de manera anónima que deberá decirle a el/la compañero/a que tenga a su lado.</p> <p>Se les presentarán varios materiales para que cada uno/a pueda armar una bitácora del proceso del taller, este documento deberá responder a la pregunta: ¿Cómo quiero ser?</p>
<b>Cierre</b>	<p>Para el cierre de esta instancia se les facilitarán varios elementos de maquillaje donde todos/as podrán escoger alguno para maquillarse frente al espejo y explorar cómo quieren verse frente a otras personas.</p> <p>Por medio de una ronda de comentarios finales se refuerza la validación emocional y la construcción de un espacio seguro para la expresión de cada uno/a en Cecrea.</p>

### Sesión 1: “Le artis de vivre”

**Propósito:** Conocerse entre participantes de distintos establecimientos educacionales, así como también generar dinámicas de autocreación y reconocimiento emocional mediante expresiones artísticas como el dibujo y la poesía.

<b>Momento</b>	<b>Descripción</b>
<b>Inicio</b>	<p>Se inicia la actividad con una presentación de cada uno/a de los/las participantes, se les solicita que digan su nombre, de qué liceo vienen y que en conjunto puedan compartir una playlist de canciones que ellos quieran agregar para escuchar a medida que se desarrolla el taller.</p> <p>Se continúa con dibujo libre y creación gráfica, trabajo en conjunto con un compañero/a con</p>

	quién deberán dibujar, y desmitificar la idea de que para dibujar o crear debemos ser artistas o pintas. Se les invita al ensayo y al error con el objetivo de trabajar la frustración.
<b>Desarrollo</b>	Se trabaja en la dinámica del “Cadáver Exquisito”, donde cada participante deberá escribir una frase entre 8 a 12 sílabas que quiera que sea incluida dentro de la canción que se elaborará en los siguientes talleres. Se les solicita que puedan compartir sus frases con los/las compañeras/os, y que puedan ordenarlas al azar para crear algo en conjunto que suene bien y consiga la coherencia necesaria para realizar la letra de la canción.
<b>Cierre</b>	Para finalizar se realiza un cierre, se les preguntan sus actividades favoritas de la jornada y se les pregunta ¿Cómo me voy de la sesión?

## Sesión 2: “Trabajando mi imagen intensamente”

Propósito: Explorar la identidad personal a través de actividades grupales, convivencia amable, automaquillaje y registro de proceso creativo por medio de la bitácora personal.

<b>Momento</b>	<b>Descripción</b>
<b>Inicio</b>	Se inicia la actividad con un saludo inicial y se les invita a simular un movimiento de pasarela para trabajar en su autoestima personal. Se realiza posteriormente una sesión de automaquillaje invitando a los/las participantes a sentirse libres de expresarse en el espacio de Cecrea. Se continuará con una dinámica de reconocimiento facial en el espejo, se busca que puedan identificar sus rasgos personales y qué es lo que me gusta de mí, además de cómo potenciarlo.
<b>Desarrollo</b>	Para esta instancia se continúa con la bitácora personal para responder a la pregunta: ¿Cómo quiero ser? para crear un collage con recortes de revistas que ellos/as quieran agregar. Deberán incluir dentro de su bitácora preguntas que se vinculen a aquellas cosas que les gustan o disgustan de sí mismos/as, y se les invita a la



	<p>autocompasión y al trato amoroso hacia sí mismos/as.</p> <p>Se les invita a compartir aquellas cosas que han escrito en sus bitácoras en conjunto con el grupo mientras se realiza una pausa para compartir comida y bebestibles.</p>
<b>Cierre</b>	<p>Se finaliza la actividad comentando las apreciaciones del grupo respecto a la sesión y se vota respecto a la actividad final que se realizará el próximo encuentro, se resuelven dos opciones, (1) anuario con fotos de cada uno/a, y (2) un desfile de pasarela en la sala de movimiento como actividad final.</p>

## Sesión 2: “Le artis de vivre”

**Propósito:** Continuar con el proceso de creación de una obra musical colectiva desde los elementos de improvisación y dibujo. Se exploran técnicas al aire libre, trabajo en equipos y búsqueda de un sello personal de cada integrante del taller.

<b>Momento</b>	<b>Descripción</b>
<b>Inicio</b>	<p>Se inicia la actividad preguntando: ¿Cómo vengo a la sesión?, se invita a los/las participantes a explorar por medio de la improvisación sonora disponiendo de tablets que estarán conectados a un software de audios, cada tablet estará configurado para poder experimentar con distintos tonos, alturas de tono, percusiones, ritmos, etc. Se les pide que en conjunto como grupo puedan crear un beat que será agregado posteriormente como pista de la canción.</p> <p>Se abre el espacio para que puedan experimentar con las frases que escribieron en el “Cadaver Exquisito”, y se incita a que puedan explorar rapeando o con frases que quieran agregar a la canción.</p>
<b>Desarrollo</b>	<p>Se les proporcionan materiales para poder crear la portada de la canción, en donde cada participante se involucra pintando una parte de la carátula. Esta actividad permite la creación libre de cada uno/a para posteriormente juntar todos los elementos y</p>

	formar algo en conjunto.
<b>Cierre</b>	Finaliza la actividad con las experiencias que más les gustaron, sugerencias respecto a la actividad y preguntando: ¿Cómo me voy de la sesión?

### Sesión 3: “trabajando mi imagen intensamente”

**Propósito:** Explorar la autoimagen y el autoconcepto de cada participante por medio del maquillaje y el movimiento. Se reflexiona sobre el concepto del maquillaje como un método de expresión personal, además de una manera de reforzar la autoestima personal. Vinculación entre la importancia de mi imagen personal, el maquillaje y la salud mental.

<b>Momento</b>	<b>Descripción</b>
<b>Inicio</b>	<p>Se inicia la actividad preguntando cómo se integran a la actividad. Parte con una dinámica de movimiento y activación corporal guiada por los facilitadores, posteriormente se les brinda una imagen de un espejo donde deberán escribir cosas que el resto ve de ellos personalmente, y detrás cómo ellos realmente son. Se reflexiona en torno a los prejuicios que muchos emiten de nosotros sin conocernos, y vice versa.</p> <p>Se les invita a una actividad dinámica con distintos balones que no deberán dejar que toquen el suelo.</p>
<b>Desarrollo</b>	<p>Se les invita a realizar un retrato de maquillaje que quisieran usar utilizando un papel con un rostro impreso, se les brindan materiales para dibujarlo y plasmarlo en la hoja.</p> <p>Para finalizar este encuentro se les facilita maquillaje para replicar su dibujo y posteriormente fotografiarse para evaluar su antes y después de la sesión de maquillaje.</p> <p>En esta instancia se permite conversar con el grupo para incluir las siguientes preguntas: <i>¿Por qué creen que el maquillaje permite expresar mi emocionalidad? ¿Por qué el maquillaje me ayuda a construir mi identidad? ¿Qué siento cuando me maquillo?</i></p>

<b>Cierre</b>	<p>Para finalizar se realiza una convivencia grupal entre los dos laboratorios para responder en conjunto las siguientes preguntas reflexivas: ¿Qué aprendí en el laboratorio al cuál asistí? ¿Por qué creen ustedes que estas actividades tienen relación con la salud mental? ¿Qué fue lo que más les gustó de este espacio? ¿Cómo me sentí formando parte de este grupo?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El equipo Cecrea se une al diálogo para aprovechar de difundir la actividad con cuidadores/as que se realizará la semana siguiente.</li> <li>- Se entrega información en un tríptico de Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) para que puedan informarse.</li> </ul>
---------------	--

### Sesión 3: “Le artis de vivre”

**Propósito:** Finalizar el registro de la canción y la creación de la portada. Reflexionar en torno al impacto de la música en nuestras vidas, además de reconocerlo como una forma de expresión emocional y darle la importancia respectiva que tiene.

<b>Momento</b>	<b>Descripción</b>
<b>Inicio</b>	<p>Se inicia la actividad preguntando: ¿Cómo vengo a la sesión? Posteriormente se muestra al grupo una propuesta de beat para que se decida respecto al sonido y la melodía que tiene.</p> <p>Se procede a grabar la pista de la canción respecto a lo que cada participante vaya comentando. Se crea un espacio libre de exploración musical para aquellas personas que quieran improvisar, rapear, cantar en distintas melodías, etc.</p>
<b>Desarrollo</b>	<p>Continuación de la creación de una portada para la canción con papel acuarelable y dibujos. Se realiza un “Cadáver Exquisito” en este momento con la obra visual de cada uno/a de los/las participantes.</p> <p>Se continúan grabando y registrando las voces de cada uno/a para promover la participación colectiva del grupo. Los facilitadores grabarán toda la sesión para finalmente crear la canción que será subida a Spotify para que todos/as puedan escucharla</p>

	directamente.
<b>Cierre</b>	<p>Para finalizar se realiza una convivencia grupal entre los dos laboratorios para responder en conjunto las siguientes preguntas reflexivas: ¿Qué aprendí en el laboratorio al cuál asistí? ¿Por qué creen ustedes que estas actividades tienen relación con la salud mental? ¿Qué fue lo que más les gustó de este espacio? ¿Cómo me sentí formando parte de este grupo?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El equipo Cecrea se une al diálogo para aprovechar de difundir la actividad con cuidadores/as que se realizará la semana siguiente.</li> <li>- Se entrega información en un tríptico de Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) para que puedan informarse.</li> </ul>

Al finalizar la sesión N3 y en el proceso de compartir esta convivencia con los/las jóvenes, aparecen nuevas necesidades y se incita al diálogo respecto a la participación de los/las cuidadores en la vida de estos jóvenes. Entre algunas sugerencias que emergen de este encuentro se presenta la necesidad de (1) trabajar temáticas de tolerancia y respeto para aquellos/as jóvenes que pertenecen a la comunidad LGBTIQ+, (2) una adecuada contención emocional y necesidad de empatizar con las necesidades de los/las jóvenes, además de temáticas de (3) crianza respetuosa y amorosa hacia ellos/as.

Se agradece su participación y se sugiere incluir estas apreciaciones al futuro trabajo con cuidadores/as en la comunidad de NNJ.

## 2. Desarrollo de sesiones con familias/cuidadoras/es y otras sesiones en terreno

Las actividades con la comunidad Cecrea estuvieron dirigidas específicamente a dos públicos, (1) Comunidad general de cuidadores/as de NNJ, (2) Comunidad de cuidadores/as de estudiantes de los Liceos Técnicos

que pudieron asistir a los laboratorios realizados con NNJ. El objetivo principal de estos encuentros estuvo orientado a (1) Psicoeducación a la población de cuidadores/as respecto a prácticas de crianza respetuosa, (2) contención emocional de NNJ por medio de prácticas en Primeros Auxilios Psicológicos y (2) tolerancia/respeto hacia ciertas diversidades. Se invitó tanto a NNJ a ser partícipes de este encuentro en conjunto con sus cuidadores/as respectivos.

Para esta instancia se planificaron dos talleres distintos, el primero (1) enfocado en prácticas de Crianza Respetuosa dirigidos a padres/madres de NNJ que asistieron al Laboratorio, y (2) Herramientas para un cuidado respetuoso de cuidadores/as de NNJ con Neuro Divergencias, temática que resultó de mucho interés para los asistentes.

### **Sesión N1: “Herramientas para un cuidado respetuoso Neurodiverso”**

**Fase de inicio:** Se les invita a los/las participantes a presentarse, y también a poder mencionar el nombre de sus hijos/as, si llegasen a tenerlos. Para profundizar se empieza con las siguientes preguntas: *¿Qué se entiende por neurodiversidad? ¿Habían escuchado este término anteriormente? ¿Cuántas personas de este grupo tenemos hijos/as neurodiversos? ¿Cómo es ser cuidador/a de un niño/a neurodiverso?*

Se explican algunos conceptos y se incita a poder generar un espacio de conversación y compartir colectivo, donde cada persona participante puede dar su punto de vista y sugerir alternativas. Para continuar se presenta la pregunta siguiente: *¿Cómo siento que fué mi infancia o mi periodo de niñez?* Se comparte esta respuesta con el grupo.

**Fase de experimentación:** Para esta etapa se comparten algunos elementos teóricos respecto a ser cuidador/a de un niño/a neurodiverso, se abre el espacio también para que aquellas personas que quieran compartir su experiencias también lo hagan con el grupo. Se introducen conceptos de Crianza Respetuosa y Parentalidad Positiva, y se ambienta el espacio para que entre los mismos participantes puedan ir generando preguntas

respecto a la crianza que tienen con sus hijos/as y que otros/as cuidadores/as también compartan cómo ayudarían a ese padre/madre.

Para esta fase, se les facilita un papel kraft y plumones para que se dividan en grupos y puedan comentar un caso particular de alguien del grupo, a este caso deberán darle una solución colectiva como equipo y posteriormente exponerla para los compañeros/as. Se les pide utilizar también el concepto de crianza respetuosa.

**Fase de cierre:** Se conversa respecto a la actividad realizada por medio de un coffee final, y se realizan las siguientes preguntas: *¿Cómo me voy de la sesión? ¿Con qué me voy? ¿Qué aprendí y qué me gustaría aprender en una próxima?* Se invita a que puedan comentar su experiencia y a que puedan dejar sus contactos registrados para las futuras actividades dirigidas hacia la comunidad de cuidadores/as de NNJ Neurodiversos.

- Esta actividad estuvo particularmente muy convocada, y asistieron alrededor de 10 personas interesadas en la temática de neurodivergencia, muchas/os de los/las participantes comentaron ser padres/madres de niños/as con diagnóstico de TEA o TDHA, algunos jóvenes y otros ya en una etapa adolescente. El objetivo del taller estuvo enfocado en brindar estrategias y herramientas para la crianza respetuosa neurodiversa, y se cumplió completamente, ya que fueron los mismos cuidadores/as quienes compartieron tips y elementos de crianza para poder lidiar con sus pequeños/as.
- Este taller no tuvo por objetivo tener una mirada experta desde lo que entendemos por neurodiversidad, para cada persona es distinto, y cada familia también lo vive de manera diferente, es por ello que se invitó a todo este grupo a compartir sus experiencias más cercanas, a ser escuchados/as y a comentar sus vivencias personales para ser retroalimentados/as por otras personas que también se encuentran en su misma situación.
- Tanto los cuidadores como cuidadoras valoraron mucho la instancia como una forma de autocuidado y de distensión, es por ello que con

bastante entusiasmo solicitaron otra nueva actividad como segunda parte para poder continuar compartiendo sus vivencias y experiencias personales. Se demostró que existe una intención por participar en más instancias de cuidado para niños/as neurodiversos.

**Sesión N2: “Herramientas para un cuidado respetuoso” Dirigido a cuidadores/as de establecimientos educacionales de los liceos: Liceo INSAT, Liceo Técnico y Liceo Comercial.**

Esta instancia tuvo como objetivo principal el promover un espacio Psicoeducativo y de contención para cuidadores/as entregando estrategias y herramientas vinculadas a la parentalidad positiva y cuidado respetuoso de los NNJ.

**Fase de inicio:** Para iniciar la actividad se les invita a los/las participantes a presentarse en conjunto con sus hijos/as, y a evocar su vulnerabilidad y juventud por medio de la siguiente pregunta: ¿Cuál es el recuerdo más feliz que tengo de mi adolescencia? y para los/las jóvenes: ¿Cuál es el recuerdo más feliz que tengo de mi infancia? Se les solicitará que puedan escribir ese recuerdo en un papel, para que posteriormente dejen sus respuestas. Se leerán las respuestas a todo el grupo para invitar al diálogo.

¿Qué pensamos respecto a esos recuerdos? ¿Cómo era yo cuando era joven? ¿Cuál era mi relación con mis cuidadores/as?

Fase de experimentación:

Desarrollo 1: Se comparte teoría respecto a Crianza Respetuosa y a Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)

Desarrollo 2: Resolución de caso, se les dividirá en dos grupos aleatoriamente por colores, y se les entregarán tarjetas con casos que deberán resolver en grupo (los casos consistirán en problemas y vulneración de derechos de NNJ que como equipo deberán solucionar) Se invita al diálogo para evaluar cómo resolver el problema. Se abre el espacio para

los/las jóvenes puedan compartir sus opiniones y responder a ¿Cómo resolvería yo como joven esta situación?

Fase de cierre: Posterior a un coffee break, se les entrega como grupo dos papelógrafos, uno para los/las jóvenes y otro para los/las cuidadores/as, en donde se comprometerán a cambiar distintas actitudes, situaciones personales que ellos decidan y elijan. Elaborarán una lista de compromisos de cada uno/a de ellos/as.

Se les regalará como elemento final un tríptico con Primeros Auxilios Psicológicos para que puedan tener como guía de bolsillo ante una situación compleja de salud mental.

- Para esta sesión lamentablemente no asistió ningún cuidador o cuidadora de los NNJ participantes de los laboratorios dirigidos hacia los/las jóvenes de los establecimientos educacionales. Dejo registro de la planificación, puesto que considero que sería muy provechoso ponerla en práctica en alguna otra instancia. Se concluye que la escasa participación puede estar vinculada a múltiples factores, uno de ellos es la comunicación con los establecimientos educacionales y sus equipos psicosociales que realizan la difusión de los talleres, otro de ellos pudo haber sido el horario, o el tipo de convocatoria dirigida únicamente a cuidadores/as de los/las jóvenes de los liceos técnicos.
- Como sugerencia futura quizás es necesario y podría ser mucho más provechoso abrir esta instancia a la comunidad general para poder trabajarla.

### 3. Sesiones de contención al equipo

Mediante el encuentro que tuvimos con el equipo de cecrea, se realizó un levantamiento de necesidades de ellos/as, los cuales permitieron establecer en cierta medida los lineamientos para implementar estrategias que sean útiles. Se establecieron dos requerimientos principales: (1) que hacer ante casos y develaciones/interacciones por parte de NNJ que aborden la esfera de la violencia sexual, de manera mas practica que teorica y (2) autocuidado



de grupo relacionado a la salud mental, autoconocimiento y contención. El trabajo con este grupo resultó muy ameno y bien recibido, puesto que mencionaron la necesidad de profundizar en temáticas relacionadas a la salud mental que tengan que ver con espacios de contención grupal y para trabajar en su estado emocional al momento de trabajar con NNJ.

## **Metodología**

### **Sesión N 1**

#### **Primer encuentro: “Lluvia de ideas”**

**Fase de inicio:** Se inicia la actividad con una dinámica lúdica, en donde cada integrante del grupo deberá comenzar la sesión respondiendo a la pregunta: *¿Cómo vengo el día de hoy?*, se utilizarán cartas que muestren las principales emociones y se les pedirá que elijan alguna que les identifique. Se presenta posteriormente un juego llamado el Lanzador de la flecha, que tiene como objetivo el simular lanzar una flecha a cada compañero/a del grupo y buscar puntos en común.

**Fase de experimentación:** Se invitará a los/las participantes a crear una lluvia de ideas como primer encuentro, que realizarán utilizando papel kraft y lápices sharpie. Se les indicará que en grupos de 4 personas deben responder a las siguientes preguntas: *¿Qué es lo que ustedes entienden como autocuidado? ¿De qué formas me cuido? ¿Qué sienten ustedes como grupo que es importante que se trabaje en las sesiones de autocuidado dirigidas al equipo cecrea?* Se indicará un tiempo para realizar la actividad y se permitirá la creación libre.

**Fase de cierre:** Para finalizar se solicita que un integrante de cada equipo pueda exponer su trabajo y lo que plasmaron como grupo. Se identificarán ideas y situación psicoemocional del equipo para futuros trabajos y requerimientos.

### **Sesión N2**

#### **Segundo encuentro: “Trabajo en equipo y competencias”**

**Fase de inicio:** Se inicia la sesión preguntando al equipo *¿Cómo vengo a la sesión?*, se abre el espacio para que cada integrante comente su emoción. Para el siguiente momento se utiliza un mazo de cartas Dixit con imágenes abstractas que cada participante deberá elegir, se les pide que respondan las siguientes preguntas: *¿Qué observo en esta imagen? ¿Qué nombre o concepto le puedo atribuir a mi imagen?*, se les pide que compartan sus cartas y las muestren al grupo. Para finalizar este momento se les pide que puedan realizar una historia con las cartas que cada uno/a escogió y deberán exponerla.

**Fase de experimentación:** Se inicia con la reflexión en torno a las siguientes preguntas: *¿Por qué creen que trabajar en equipo es importante? ¿Cómo me llevo con este equipo? ¿Qué competencias creen ustedes que debe tener un equipo como ustedes que trabaja con NNJ? ¿Es fácil trabajar con NNJ?* Se abrirá el espacio para el diálogo. Posterior a ello se les facilita una cartulina blanca, lápices de colores y revistas para realizar un *collage colaborativo*, el objetivo es que como grupo puedan expresar aquellas competencias que crean que su equipo debe poseer para trabajar con NNJ.

**Fase de cierre:** Para finalizar este encuentro se les pedirá a cada integrante del grupo que pueda comentar lo que crearon en conjunto. Se cierra el momento preguntando: *¿Cómo me voy de la sesión? ¿Cómo me sentí realizando esta obra? ¿Creo que mi grupo tiene estas competencias, o es necesario pulir/profundizar algunas?*

### **Sesión N3**

#### **Tercer encuentro: “Autocuidado y salud mental”- Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR)**

**Fase de inicio:** Se da comienzo a la actividad preguntando: *¿Cómo vengo a la sesión?* Se realiza una actividad de calentamiento para centrar a los participantes al momento presente, se ocupan técnicas y herramientas de respiración básica. En el siguiente momento se continúa con la actividad “Simón dice”, donde cada integrante del grupo deberá lanzar una pelota y quién la reciba deberá proponer una consigna que todo el grupo deberá cumplir (correr, lanzar, caminar, rodar, bailar, saltar, etc).

**Fase de experimentación:** Para continuar se les pedirá a los/las participantes que se ubiquen en una postura cómoda en la sala para hablar sobre la teoría e importancia que tiene la meditación para el bienestar físico y emocional de las personas, se enseñarán algunos métodos de respiración y posturas de yoga beneficiosas para algunas dolencias físicas. Para el siguiente momento se les pedirá a los integrantes del grupo que se acomoden alrededor de la sala acostados mirando hacia el cielo y se realizará una meditación guiada sobre la emoción de la ansiedad.

**Fase de cierre:** Se les pedirá que posterior a la meditación cada uno/a pueda dibujar lo que sintió y cómo observa la ansiedad en su vida. Para finalizar, cada participante deberá exponer su obra en conjunto con el grupo y responder a la pregunta: *¿Cómo me voy de la sesión?*

## **Sesión N4**

### **Cuarto encuentro: ¿Qué hacer ante una develación de Abuso Sexual Infantil (ASI)?**

**Fase de inicio:** Comienza la actividad con la pregunta: *¿Cómo vengo a la sesión?* para posteriormente realizar breves ejercicios de respiración y una activación corporal. Se continúa este momento con una actividad de mímica donde se dividirá al equipo en dos grupos y deberán adivinar por medio de gestos corporales y faciales los conceptos que elijan al azar.

**Fase de experimentación:** Por medio de un ppt informativo, se realizará una breve Psicoeducación respecto al concepto de Abuso Sexual Infantil, y también de aquellas prácticas que son necesarias tener en cuenta al momento de trabajar con NNJ; se incluirá también información de apoyo, cómo realizar una denuncia, los principales números de contacto y redes a las cuáles acudir ante una situación de vulneración. En equipos se realizará un rol playing donde puedan representar una situación hipotética de vulneración, para posteriormente dialogar sobre cómo lo resolverían como grupo.

**Fase de cierre:** Se acoge el sentir de los participantes *¿Cómo me sentí con esta experiencia? ¿Qué fue lo que más me costó o me sentí incapaz? ¿En qué parte sentí que podía tener un control de la situación? ¿Existe algo que quiera compartir en específico que se me dificultó/llamó la atención?* Se guiará el proceso de reflexión en torno a esta actividad.

## **Sesión N 5**

### **Quinto encuentro: “Grupo de la confianza”**

**Fase inicial:** Se inicia la actividad con la pregunta *¿Cómo vengo?*, para posteriormente continuar con un calentamiento y movimiento por medio de la sala. Se realizará una actividad que tiene como nombre “Baile en grupo”, en donde una persona deberá mostrar un movimiento y el otro compañero/a continuará con otro distinto creando una coreografía. El objetivo es no olvidar la secuencia de los movimientos y realizarlos en conjunto, se agrega música para que el ejercicio sea más dinámico.

**Fase experimental:** Al momento de realizar este ejercicio se ubica un círculo al interior de la sala que diga “círculo de la confianza”, afuera de este círculo habrán círculos más pequeños que digan “sin confianza”. La consigna para esta actividad, será poder ubicarnos fuera del círculo más grande en el espacio de “no confianza” y por medio del diálogo poder ingresar al círculo de la confianza al centro de la sala. El objetivo para avanzar al centro es poder comentar una situación personal con el equipo, que sientan que no todas las personas lo saben. Mientras más situaciones o eventos personales comparta, más me acercaré al círculo de la confianza.

En el segundo momento se les solicitará a cada integrante que pueda representar por medio de una estatua el cómo se siente dentro del equipo Cereca, y por medio de su cuerpo deberá expresarlo. Se les pide que se observen unos con otros/as y que para finalizar puedan realizar una escultura final incluyendo todas sus poses. Se registran fotografías del equipo con sus estatuas.

**Fase cierre:** Para finalizar la actividad se les pide responder al *¿Cómo me voy?*, y en un papel kraf poder escribir como grupo normas de convivencia respetuosa (que todos definan y estén de acuerdo), y que deberán cumplirse dentro del equipo para una sana relación laboral entre pares.

4. Instancia de seguimiento para revisar el avance en el logro de los objetivos y realizar ajustes si es necesario

Estos componentes se organizan de la siguiente forma:



## ➤ **Primera sesión de contención al equipo:**

Esta instancia es el hito de inicio de la etapa de implementación y tiene como propósito ser un espacio de escucha y preparación del equipo, a través de un diálogo en que sus integrantes puedan compartir sus experiencias y necesidades en torno a su quehacer.

En esta parte de la bitácora, se registra la planificación de dicha sesión, así como los elementos que acontecieron en ella y que se consideren importantes.

Algunas preguntas para guiar el registro son:

- *¿Cómo se siente el equipo en el desafío de trabajar para el bienestar integral?*
- *¿Cuáles son las temáticas que más preocupan al equipo en su trabajo con la comunidad?*
- *¿Cuáles son las fortalezas y debilidades que el equipo identifica en sí mismo?*

## · **¿Qué aspectos el equipo considera importantes para cuidarse durante el proceso de trabajo?**

---

### **Comienza tu registro aquí**

Para este encuentro tuve la oportunidad de conocer al equipo en mayor profundidad, puesto que me incorporé mucho más tarde al proyecto, el grupo mostró mucha cordialidad y buen recibimiento ante la actividad propuesta.

Al momento de iniciar la sesión se pudieron trabajar algunas herramientas lúdicas que se caracterizaban por permitir la flexibilidad en cuanto a otro tipo de dinámicas más corporales y no tan directivas. Al momento de realizar la lluvia de ideas el equipo tomó las riendas de la actividad y pudo explayarse mucho mejor respecto a las cosas que necesitaban en cuanto a temáticas de autocuidado; aparecieron ideas de musicoterapia, actividades al aire libre, trabajo en equipos, actividades relacionadas con la creatividad, puesto que manifestaban tener escasos espacios para crear ellos mismos/as a pesar de ser artistas cada uno/a de ellos/as, y por último incluir técnicas meditativas tales como el Mindfulness.

Posteriormente a ese trabajo también surgieron temáticas que los/las mismos/as facilitadores/as sentían que tenía directa relación con su bienestar emocional, tales como temáticas relacionadas a condiciones de trabajo laborales, espacios de autocuidado y sobrecarga laboral. El equipo posteriormente le comentó esta situación a Claudia y Francisca mostrándose muy decidido ante exponer sus principales requerimientos a nivel laboral.

Se contextualiza al equipo y comenta que lo que sea posible trabajar a nivel de autocuidado en las siguientes sesiones se trabajará, y se les motiva a consensuar sus peticiones laborales a las personas correspondientes. Esto con el objetivo de encuadrar la actividad y priorizar la temática de autocuidado que tiene como orientación el proyecto a desarrollarse.

### **Sesión N 1**

#### **Primer encuentro: “Lluvia de ideas”**

**Fase de inicio:** Se inicia la actividad con una dinámica lúdica, en donde cada integrante del grupo deberá comenzar la sesión respondiendo a la pregunta: *¿Cómo vengo el día de hoy?*, se utilizarán cartas que muestren las principales emociones y se les pedirá que elijan alguna que les identifique. Se presenta posteriormente un juego llamado el Lanzador de la flecha, que tiene como objetivo el simular lanzar una flecha a cada compañero/a del grupo y buscar puntos en común.

**Fase de experimentación:** Se invitará a los/las participantes a crear una lluvia de ideas como primer encuentro, que realizarán utilizando papel kraft y lápices sharpie. Se les indicará que en grupos de 4 personas deben responder a las siguientes preguntas: *¿Qué es lo que ustedes entienden como autocuidado? ¿De qué formas me cuido? ¿Qué sienten ustedes como grupo que es importante que se trabaje en las sesiones de autocuidado dirigidas al equipo cecrea?* Se indicará un tiempo para realizar la actividad y se permitirá la creación libre.

**Fase de cierre:** Para finalizar se solicita que un integrante de cada equipo pueda exponer su trabajo y lo que plasmaron como grupo. Se identificarán ideas y situación psicoemocional del equipo para futuros trabajos y requerimientos.

## ➤ **Desarrollo de sesiones con NNJ, familias/cuidadoras/es y organizaciones:**

Desde aquí, la bitácora será útil para registrar las diferentes acciones y sesiones que se lleven a cabo en los tres niveles de trabajo.



Se puede utilizar para consignar la planificación de cada sesión/acción y para dejar registro de lo sucedido en cada una de ellas.

Para orientar este registro, es de gran utilidad revisar las orientaciones de la **Bitácora Cecrea 2022**. Al respecto, es interesante considerar que el registro tiene dos ejes:

- 1. Experiencia de las/os facilitadoras/es**
- 2. Bienestar integral de las/os participantes**

Para guiar la reflexión sobre el primer eje, proponemos las siguientes preguntas:

- ***¿Cuáles son los principales aprendizajes de la sesión o acción realizada? ¿Qué cambios se debieron realizar con respecto a lo planificado?***
- ***¿Cómo se sintió el equipo durante la sesión? ¿Qué fortalezas y debilidades se identifican en lo realizado?***
- ***¿Qué desafíos se visualizan para la próxima sesión en cuanto al trabajo del equipo?***

Para guiar la reflexión sobre el segundo eje, sugerimos:

- **¿Cómo fue la atmósfera emocional de la sesión? ¿Qué se observó de las/os participantes? ¿Cómo fue la participación?**
  - **¿Qué temas surgieron? ¿Se logró fortalecer las habilidades socioemocionales de las/os participantes? ¿Se logró potenciar el trabajo colaborativo?**
  - **¿Se identifica alguna situación compleja que requiera un abordaje especial?**
- 

**Comienza tu registro aquí:**

**Sesión N1**

**Trabajo con NNJ- 12 de octubre del 2023**

La actividad realizada con los/las estudiantes invitados tuvo una reacción muy dinámica y positiva en equipo, se les vió comprometidos/as y motivados a realizarla, puesto que también los/las asistentes se caracterizaban por mostrar interés en la actividad.

La primera sesión tuvo mucho lugar a introducir la temática del maquillaje y la música como método de expresión corporal y emocional, como una forma de unirnos como personas y también de identificarnos con el ambiente en el cuál estamos inmersos. Quiero recalcar que es muy importante que estos espacios siempre estén dirigidos hacia estudiantes que quieran participar voluntariamente, puesto que ocurrió el caso de una estudiante que no quería participar y fué obligada por su institución educativa sin su consentimiento, eso llevó a que se descompensara y afectó el primer encuentro con el grupo en el taller “Le artis de vivre”, puesto que no participó de ninguna actividad.

Dentro de lo observado, no se identificó a ningún docente participar de las actividades, solamente acompañar desde lejos y delegar el rol de enseñar y crear a los/las facilitadores/as, situación que el equipo también compartió al momento de terminar las sesiones.

Posteriormente uno de los facilitadores informó el caso de la estudiante a Claudia y la niña que no quiso continuar participando no fué obligada a asistir a las sesiones nuevamente. Esto permite también que el establecimiento entienda que Cecrea no es un espacio obligatorio para los/las NNJ, sino que es voluntario y se busca el respeto hacia la decisión de los/las estudiantes.

## **Segunda sesión de contención al equipo:**

Esta instancia tiene como objetivo hacer una reflexión sobre la experiencia que va teniendo el equipo a partir del proceso desarrollado hasta el momento, en el marco de un espacio de cuidado de equipo.

Algunas preguntas para guiar este análisis son:

- *¿Cómo se ha sentido el equipo en el desarrollo del proyecto?*
- *¿Qué aspectos le preocupan?*
- *¿Qué tensiones se han generado al interior del equipo?*
- *¿Qué capacidades ha desplegado el equipo durante el proceso?*
- *¿Qué aspectos es necesario fortalecer en el equipo?*
- *¿Qué nuevos elementos se identifican como necesarios de trabajar para fortalecer la contención y el cuidado de equipo?*

## **Comienza tu registro aquí**

Para este encuentro se trabajó en herramientas y competencias que los/las facilitadores sientan necesarias para poder trabajar con NNJ desde el contexto de la educación y su desempeño en los laboratorios.

Una de las principales temáticas que surgió fué el poder lidiar de vez en cuando con estudiantes problemáticos o que no quieren realizar algunas actividades o muestran actitudes prepotentes y conflictivas hacia los/las facilitadores/as, el grupo comentó que no solía ser tan común, pero que en el momento en que sucedían este tipo de situaciones solía ser incómodo y angustiante el poder desarrollar una sesión tranquilamente.

Se contuvo la opinión de todos/as los integrantes del equipo y se dialogó respecto a las principales competencias que ellos/as sentían que era necesario tener para trabajar con NNJ, algunas de ellas fueron la paciencia, la empatía, la comunicación entre miembros del equipo, respeto, resiliencia, entre otras. Se dialogó respecto a la importancia de las relaciones que ellos mismos tienen en su espacio de trabajo y que todos/as cumplimos el mismo objetivo en común, que es velar por el bienestar de los/las NNJ. Se finalizó esta actividad con un collage colaborativo, elemento que en algún momento sentí necesario incorporar, puesto que el grupo mencionó anteriormente que existían muy pocos espacios para creación propia, puesto que existía carga laboral y otras responsabilidades que cumplir en el trabajo.

Siento que se permitieron en algún momento de la sesión el ser niños/as, explorar, y también crear desde un sentimiento de grupo. Este afiche que crearon en conjunto fué colgado posteriormente en sala de trabajo del equipo para recordar la actividad realizada. Desde mi perspectiva el poder incluir el área humana, el que los/las facilitadores/as puedan interactuar desde otro ámbito los unos/as con los/as otros/as, llama también a poder conocernos mucho más y profundizar en las relaciones con las personas que vemos todos los días. Me fuí de este espacio muy agradecida y contenta con su creación colectiva.

## **Sesión N2**

### **Segundo encuentro: “Trabajo en equipo y competencias”**

**Fase de inicio:** Se inicia la sesión preguntando al equipo *¿Cómo vengo a la sesión?*, se abre el espacio para que cada integrante comente su emoción. Para el siguiente momento se utiliza un mazo de cartas Dixit con imágenes abstractas que cada participante deberá elegir, se les pide que respondan las siguientes preguntas: *¿Qué observo en esta imagen? ¿Qué nombre o concepto le puedo atribuir a mi imagen?*, se les pide que compartan sus cartas y las muestren al grupo. Para finalizar este momento se les pide que puedan realizar una historia con las cartas que cada uno/a escogió y deberán exponerla.

**Fase de experimentación:** Se inicia con la reflexión en torno a las siguientes preguntas: *¿Por qué creen que trabajar en equipo es importante? ¿Cómo me llevo con este equipo? ¿Qué competencias creen ustedes que debe tener un equipo como ustedes que trabaja con NNJ? ¿Es fácil trabajar con NNJ?* Se abrirá el espacio para el diálogo. Posterior a ello se les facilita una cartulina blanca, lápices de colores y revistas para realizar un *collage colaborativo*, el objetivo es que como grupo puedan expresar aquellas competencias que crean que su equipo debe poseer para trabajar con NNJ.

**Fase de cierre:** Para finalizar este encuentro se les pedirá a cada integrante del grupo que pueda comentar lo que crearon en conjunto. Se cierra el momento preguntando: *¿Cómo me voy de la sesión? ¿Cómo me sentí realizando esta obra? ¿Creo que mi grupo tiene estas competencias, o es necesario pulir/profundizar algunas?*

## ➤ **Instancia de seguimiento y ajustes al proyecto:**

Este momento se orienta a realizar una revisión y análisis del trabajo realizado hasta el momento en función de los objetivos planteados, es decir, a

identificar si estos se están logrando y si es necesario realizar algún cambio o ajuste en las acciones implementadas. Para guiar este momento, se sugieren las siguientes preguntas:

- *¿Se ha avanzado en el logro de los objetivos generales y específicos?*
- *¿Qué habilidades socioemocionales de NNJ se han visto más fortalecidas? ¿Cuáles requieren de más trabajo?*
- *¿En qué medida se han fortalecido las relaciones de colaboración en la comunidad?*
- *¿Qué capacidades se han desarrollado en el equipo? ¿Se han puesto en práctica acciones para su cuidado grupal?*
- *¿Qué aspectos han dificultado el avance?*
- *¿Cuáles acciones han sido más efectivas?*
- *¿Qué cambios es necesario realizar en la planificación? ¿Qué nuevas acciones se podrían incorporar?*

---

Comienza tu registro aquí:

**Continuación de registro de sesiones con NNJ, familias y organizaciones...**

---

Comienza tu registro aquí

## Sesión N2

### Trabajo con NNJ- 19 de octubre del 2023

La segunda sesión realizada con NNJ de distintos establecimientos educacionales también presentó continuidad respecto a la primera sesión, para esta instancia se prosigue con la creación de un producto final en ambos talleres.

El equipo muestra una buena disposición, aunque a veces se les suele ver muy recargados por distintas materias, como planificación de otros laboratorios, actividades externas, poner en práctica talleres nuevos, entre otros elementos relacionados con sus cargos.

A pesar de la sobrecarga el taller se llevó a cabo excelentemente, con algunos problemas técnicos por temas de sonido al momento de la creación de la canción, pero se pudo en conjunto con los facilitadores/as continuar con la actividad sin problemas. Desde mi rol, siento que más que acompañar el proceso desde lejos, pude muchas veces intervenir con preguntas reflexivas, dialogar y conocer en profundidad también a los/las NNJ asistentes a los talleres, permitir el diálogo y espacio para que entre ellos/as se conozcan y puedan sentirse acompañados/as por otros estudiantes que presentan los mismos intereses o tienen afinidad con ellos.

Muchas veces hay que también incentivar la participación de algunos NNJ que no suelen atreverse a crear o mostrarse en estos contextos, y fué el caso de algunos estudiantes que suelen necesitar más atención y mejores tratos para incluirse en las actividades, muchas veces por vergüenza o simplemente miedo se excluyen de intervenir y atreverse, y es necesario también el poder ser un participante activo que les motive a poder expresarse sin miedo y sin dificultades. Siento que es muy importante poder llegar a estos NNJ específicamente, que suelen tener miedo de asistir o no se sienten lo suficientemente en confianza para participar, incluso más que aquellos que siempre participan y tienen el desplante de poder comunicar y crear sin problemas. Todo esto de una manera amorosa y sin presionar ni invadir su espacio personal, pero también llegar a ellos desde la confianza y el interés genuino por su bienestar.

## ➤ Tercera sesión de contención al equipo:

Esta instancia es el hito de cierre de la etapa de implementación y tiene como propósito ser un espacio de diálogo sobre el proceso desarrollado, enfatizando en la experiencia del equipo.

Las preguntas que pueden guiar este momento son:

- *¿Cómo se sintió el equipo durante el desarrollo del proyecto?*
- *¿Qué capacidades internas logró desarrollar?*
- *¿Qué tensiones se produjeron? ¿Por qué?*
- *¿Qué aprendizajes se desarrollaron en torno a la contención y cuidado de equipo?*

---

**Comienza tu registro aquí:**

Respecto a la tercera sesión de contención del equipo se pudo profundizar en temáticas relacionadas al Mindfulness e imagerías guiadas, también se incorporó un momento de autocuidado personal donde pudieron dibujar cómo percibían la ansiedad desde su punto de vista personal.

El objetivo de la sesión estuvo muy enfocado en ser un elemento tranquilizador y de distensión para los/las facilitadores/as, puesto que siempre que me incluía a alguna de sus actividades y preguntándoles cómo



se sentían mencionaban dolores físicos, mucho trabajo o estrés por distintos proyectos o laboratorios que era necesario llevar a cabo, y esta situación les tenía sumamente estresados. Conversando con Claudia, la directora, ella mencionó que el equipo estaba adaptándose a las nuevas dinámicas de trabajo y que los siguientes meses solían ser de muchas actividades para el equipo, situación que les tenía muy ansiosos y preocupados por lo que continuaba de año.

Siento que esta sesión en particular fue muy bien recibida, mucho más que las anteriores, ya que se trabajaron herramientas de Mindfulness y se psicoeducó también en relación a Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) para ellos mismos/as en situaciones de crisis, y también para poner en práctica ante situaciones complejas con NNJ. Al finalizar la actividad se les propuso un espacio creativo de dibujo, que también siento que supieron apreciar como un momento de distensión y conexión con su propia emocionalidad.

Se menciona en el equipo el agradecimiento respecto a estos espacios de autocuidado, y que también es necesario estar bien uno/a mismo para trabajar con NNJ, en la importancia de la salud mental y que para cuidar, es necesario cuidarnos nosotros mismos/as también. Se expresa por parte del equipo la necesidad que es para ellos/as contar con herramientas de contención psicoemocional y ser conscientes también de su propia salud mental.

## **Trabajo con equipo Cecrea**

### **Sesión N3**

#### **Tercer encuentro: “Autocuidado y salud mental”- *Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR)***

**Fase de inicio:** Se da comienzo a la actividad preguntando: ¿Cómo vengo a la sesión? Se realiza una actividad de calentamiento para centrar a los participantes al momento presente, se ocupan técnicas y herramientas de respiración básica. En el siguiente momento se continúa con la actividad “Simón dice”, donde cada integrante del grupo deberá lanzar una pelota y quién la reciba deberá proponer una consigna que todo el grupo deberá cumplir (correr, lanzar, caminar, rodar, bailar, saltar, etc).

**Fase de experimentación:** Para continuar se les pedirá a los/las participantes que se ubiquen en una postura cómoda en la sala para hablar sobre la teoría e importancia que tiene la meditación para el bienestar físico y emocional de las personas, se enseñarán algunos métodos de respiración y posturas de yoga beneficiosas para algunas dolencias físicas. Para el siguiente momento se les pedirá a los integrantes del grupo que se acomoden alrededor de la sala acostados mirando hacia el cielo y se realizará una meditación guiada sobre la emoción de la ansiedad.

**Fase de cierre:** Se les pedirá que posterior a la meditación cada uno/a pueda dibujar lo que sintió y cómo observa la ansiedad en su vida. Para finalizar, cada participante deberá exponer su obra en conjunto con el grupo y responder a la pregunta: *¿Cómo me voy de la sesión?*

# **Registro**

## **Etapas de evaluación**

### **Evaluación del proyecto a nivel local:**

- Definición de mecanismos de recopilación de información
- Levantamiento de información
- Reuniones de análisis de la información
- Reflexiones de cierre

### **Definición de mecanismos de recopilación información:**

Esta etapa se inicia con la definición de las fuentes de información para recopilar datos que permitan analizar si se lograron los objetivos planteados y cuáles fueron los facilitadores y obstaculizadores del proceso. Para esto, es necesario recopilar información de cada uno de los actores que fueron parte del proyecto, es decir: NNJ, familias, organizaciones y equipo Cecrea. Al respecto es importante definir cuál va a ser la manera en que se obtendrá información de cada uno de ellos. Lo que guiará estas definiciones es el conjunto de objetivos planteados al inicio del proyecto, los que fueron desagregados en tres ámbitos: **habilidades socioemocionales de NNJ, relaciones de colaboración en la comunidad y cuidado de equipo.**

Asimismo, resulta necesario operacionalizar estos tres ámbitos en función de los objetivos específicos que se haya planteado cada equipo Cecrea, lo que guiará el proceso de evaluación.

---

### **Comienza tu registro aquí**

Para esta instancia se realizó tanto con los (1) Laboratorios de NNJ, (2) Comunidad Cecrea y (3) Comunidad de cuidadores/as, solamente una retroalimentación conversada, no fué utilizado ningún instrumento de evaluación, y tampoco un método estadístico por temáticas de tiempo de implementación y con el objetivo de cumplir con los plazos

establecidos para la realización del proyecto y su finalización el 15 de noviembre.

## ➤ **Levantamiento de información:**

En este momento, se hace necesario registrar los hitos que conforman el proceso de levantamiento de la información, tales como la cantidad de instrumentos aplicados, las fechas de aplicación, la cantidad de personas a quienes se realizó la aplicación, junto con todas las observaciones que el equipo considere relevante dejar consignadas en la bitácora, por ejemplo, si hubo algún instrumento que no se haya podido aplicar y las razones de esto.

---

### **Comienza tu registro aquí:**

Respecto a aplicación de Instrumentos, no se pudo aplicar ninguno en específico, puesto que el tiempo no estuvo a nuestro favor en cuanto al cumplimiento de los plazos del proyecto, solamente se obtuvo una retroalimentación por parte de los grupos involucrados a nivel verbal y por medio del diálogo posterior a las sesiones.

Se realizó una reunión con el equipo Cecrea para conversar en conjunto respecto a los facilitadores y obstaculizadores del proceso del proyecto, esta intervención también estuvo complementada por Silvia Arrau quién fue parte de esta instancia reflexiva.

## ➤ **Reuniones de análisis de la información:**

Este apartado tiene la utilidad de dejar registro de las reflexiones y análisis que se lleven a cabo durante las reuniones en que el equipo revise la información recopilada.

Tal como se hizo al definir los mecanismos de recopilación de información, este análisis debe ser guiado por los objetivos iniciales que se plantearon en el proyecto.

Algunas preguntas guía de este momento son:

- ***¿Se lograron los objetivos planteados?***
- ***¿Se fortalecieron las habilidades socioemocionales de NNJ? ¿Se potenciaron las relaciones de colaboración en la comunidad? ¿Se lograron aprendizajes para la contención y el cuidado de equipo?***
- ***¿Qué aspectos no se lograron completamente? ¿Por qué?***
- ***¿Cuáles fueron los facilitadores y los obstaculizadores del proceso?***

Estas preguntas pueden elaborarse de forma más específica en función de los objetivos específicos que cada equipo se planteó al inicio.

---

#### **Comienza tu registro aquí**

Para este proceso se llevaron a cabo dos reuniones, la primera el día 13 de noviembre en coordinación con Silvia Arrau, y la segunda el 17 de

noviembre con algunos participantes del equipo Cecrea (Lamentablemente Claudia no pudo incluirse a la actividad que teníamos planificada por motivos de viaje).

### **Apreciaciones día 13 de noviembre**

Este encuentro estuvo guiado por Silvia, quién también pudo preguntarme sobre cuáles fueron las principales actividades llevadas a cabo en Valdivia, y comentar a grandes rasgos sobre los Proyectos de Bienestar Integral en otras comunas de Cecrea. En esta instancia pude mencionarle cuáles habían sido los principales desafíos a nivel proyecto, que se relacionaban con temáticas de tiempo de implementación, difusión de talleres y actividades orientadas a cuidadores/as, importancia de continuar con la línea de salud mental desde Cecrea, y también con las relaciones entre los/las integrantes del equipo.

Se le comentaron los tres principales puntos de trabajo, (1) Laboratorio para NNJ dividido en dos talleres distintos, (2) Trabajo con la comunidad de cuidadores/as, y (3) Trabajo con comunidad Cecrea. Se mencionaron algunos factores que dificultaron la puesta en práctica de uno de los talleres de los cuidadores, al cuál no asistió ningún participante, situación que complicó la llegada a esta población general, se mencionaron también temáticas relacionadas al trabajo en red con distintas instituciones, a la difusión de talleres y trabajo con cuidadores/as, además del trabajo con colegios desde el área educativa.

### **Apreciaciones día 17 de noviembre**

Esta sesión estuvo estructurada para poder ser realizada con todo el equipo Cecrea en compañía de Silvia quién fue a observar la puesta en práctica del proyecto y poder dialogar sobre las preguntas de la bitácora respecto a sus apreciaciones en torno a si se cumplieron los objetivos, facilitadores y obstaculizadores del proyecto, amenazas y debilidades.

Se crea una matriz foda por parte de los/las facilitadores para poder dejar registro visual de lo que ellos/as como equipo perciben que es necesario continuar trabajando. Silvia comparte algunas estrategias y

técnicas que pueden ser de utilidad en el futuro trabajo con NNJ, y se dialoga respecto a algunas sugerencias si es que el proyecto nuevamente vuelve a implementarse, y la necesidad también de continuar trabajando temáticas de salud mental en infancias.

### **1) ¿Se lograron los objetivos planteados?**

Desde una perspectiva del equipo Cecrea, se logró el objetivo más completo desde el trabajo con la comunidad Cecrea, el trabajo con NNJ se logró, pero se vió obstaculizado por el tiempo de implementación del proyecto y la escasa continuidad, puesto que solamente estuvo compuesto por tres sesiones, esto también da a entender que es necesario complementar este espacio con muchas más sesiones que tengan relación con una misma temática para poder observar cambios a largo plazo. El trabajo con madres/padres/apoderados y/o cuidadores/as, se vio obstaculizado por la difusión de las actividades, y también por el público a quién estaba dirigido el segundo taller, puesto que correspondían a cuidadores/as de NNJ de los establecimientos educacionales, con los cuáles no existe una directa relación para incentivarlos a participar de las actividades que se realizan en Cecrea. Se aprecia como amenaza la dificultad para difundir los laboratorios y llegar a las comunidades educativas.

### **2) ¿Se fortalecieron las habilidades socioemocionales de NNJ? ¿Se potenciaron las relaciones de colaboración en la comunidad? ¿Se lograron aprendizajes para la contención y el cuidado de equipo?**

Se fortalecieron habilidades del equipo específicamente, y también de NNJ así como de la comunidad, pero en menor medida, puesto que carecen de una continuidad. Los laboratorios estaban planificados únicamente para tres sesiones, este número de actividades es muy mínimo como para poder medir algún cambio a largo plazo u observar cambios en las habilidades socioemocionales de NNJ. Como equipo



consideramos que se cumplió con introducir la temática para este grupo focalizado, y que también se sembró el interés de participar en talleres vinculados a potenciar la salud mental y el autocuidado. Pero para observar cambios tan importantes como las habilidades socioemocionales, es necesario considerar una mayor cantidad de sesiones, lo mismo sucede con los/las apoderados, quiénes no tuvieron continuidad de trabajo al momento de participar en los talleres.

### **3) ¿Qué aspectos no se lograron completamente? ¿Por qué?**

- Fortalecer las habilidades socioemocionales de NNJ (por falta de talleres y continuidad de sesiones), se cumple respecto a introducir la temática de salud mental y vincularla con la creatividad y creación de un producto artístico. Se cumple con potenciar la reflexión y el diálogo respecto al trabajo realizado, pero es necesario darle un mayor desarrollo.
- Trabajo con comunidad de cuidadores/as, se cumple con el intentar llegar a la comunidad y armar una red de padres/madres interesados/as en la temática de la salud mental de sus NNJ, pero también es necesario que esta herramienta tenga continuidad y que evoque al público adolescente al que se quería llegar en una primera instancia. Este trabajo se vio obstaculizado por no poder acceder a esta comunidad por completo.
- Trabajo con el equipo Cecrea, pudo cumplirse con un mayor porcentaje, puesto que tuvieron una continuidad de cinco sesiones, pero corresponde solamente a una intervención aislada. El equipo pudo concluir que es necesario el poder contar con un/a psicóloga/a dentro de los espacios de Cecrea, puesto que se trabaja con NNJ pertenecientes a una generación que prioriza su bienestar y salud mental por sobre todas las cosas, además de poder continuar con espacios de autocuidado personal para los equipos permanentemente.

### **Matriz foda creada por equipo Cecrea**

#### **4) ¿Cuáles fueron los obstaculizadores y facilitadores del proceso?**

FACTORES	ASPECTOS NEGATIVOS	ASPECTOS POSITIVOS
<b>INTERNOS</b>	<b>DEBILIDADES</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Falta de horario protegido para autocuidado del equipo</li> <li>- Baja participación docente en actividades con NNJ desde las instituciones educativas</li> <li>- Sobrecarga laboral y programática</li> <li>- Escasa flexibilidad de los espacios para las actividades que se realizaron</li> </ul>	<b>FORTALEZAS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Habilidades socioemocionales del equipo</li> <li>- Flexibilidad de los/las facilitadores</li> <li>- Comunicación asertiva entre pares</li> <li>- Respeto con los/las colegas en el equipo</li> <li>- Disposición e interés genuino por el autocuidado personal</li> <li>- Espacio educativo seguro</li> </ul>
<b>EXTERNOS</b>	<b>AMENAZAS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dificultades en el tiempo de la ejecución de las actividades</li> <li>- Falta de apoyo profesional psicológico constante para las actividades futuras</li> <li>- Poca vinculación con la comunidad administrativa de los establecimientos educacionales</li> <li>- Problemas de difusión de talleres y dificultad para trabajar con cuidadores y cuidadoras de NNJ</li> <li>- Escasa continuidad del proyecto, puesto que se realizó en un breve periodo de tiempo (importancia de tener continuidad en los procesos para ver resultados a largo plazo y más efectivos)</li> </ul>	<b>OPORTUNIDADES</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Objetivos del proyecto que coinciden con las ideas del equipo respecto a las necesidades de las comunidades educativas</li> <li>- Proyecto innovador que permite atender varias necesidades de las comunidades garantes de derecho de las niñas.</li> <li>- Enfoques programáticos y metodológicos que pueden ser un gran aporte para los/las jóvenes y docentes de los establecimientos educacionales</li> <li>- Importancia de promover el autocuidado tanto de la comunidad Cecrea como del mismo equipo que implementa las actividades para la comunidad.</li> </ul>

Se concluye esta actividad y se finaliza con agradecimientos a cada uno/a de los/las participantes, al igual que para Silvia que pudo acompañar el proceso de cierre y evaluación del Proyecto Bienestar.

## ➤ **Reflexiones de cierre:**

Este apartado busca que quede registro de las principales conclusiones e ideas que surgieron del análisis previo de información.

---

### **Comienza tu registro aquí:**

A modo de conclusión puede apreciarse que es necesario el poder incluir en mayor medida la intervención de herramientas psicoemocionales al momento de trabajar con NNJ, tanto la situación a nivel país, como a nivel social amerita la necesidad de poder profundizar en estas temáticas relacionadas al manejo emocional, gestión y profundización de nuestros sentires, no solamente hacia nuestras infancias, sino también hacia nosotros mismos como adultos/as que trabajan en contexto de educación y acompañamiento de NNJ. Esto con el objetivo de poder ser una ayuda y un apoyo en cuanto a la temática del trabajo con infancias, se concluye como equipo Cecrea que es importante el poder estar bien nosotros emocionalmente como adultos/as para poder trabajar con NNJ, que es de suma relevancia el mirarnos y solicitar ayuda cuando es necesario.

Finalmente se conversa y concluye como grupo que es necesario el aplicar estas instancias de reconocimiento psicoemocional en todo ámbito, y no reducir su trabajo solamente en dos o tres sesiones, sino en una intervención continua que contribuya a constantemente estar involucrándose con las emociones, sensaciones y pensamientos de

los/las NNJ. El trabajo con cuidadores/as es esencial también para contribuir a mejorar las relaciones familiares y la crianza respetuosa con nuestras infancias, es importante para ello lograr captar y buscar estrategias de difusión de información lo suficientemente provechosas que permitan que tanto cuidadores como cuidadoras puedan acercarse a Cecrea a los talleres que se realizan para sus hijos/hijas/hijos y se involucren mucho más con la comunidad.

Para finalizar queda mucho por trabajar en cuanto a la temática de promoción de un reconocimiento y gestión emocional en NNJ, pero existe una necesidad que identificamos como necesaria, y como adultos/as debemos también prontamente atender a ella.

# PROYECTO

## BIENESTAR INTEGRAL COMUNITARIO 2023

### INTRODUCCIÓN

La [ley 21.430](#) que crea el Sistema de Garantías y Protección Integral de los Derechos de la Niñez y Adolescencia publicada en 2022, presenta el importante desafío al Estado de Chile de desarrollar una articulación sistemática entre los organismos públicos, que garantice el ejercicio efectivo de los derechos de NNJ.

Desde este marco, las [Orientaciones Cecrea 2023](#) buscan potenciar el rol de Cecrea en la construcción de una ciudadanía creativa desde una mirada universal que abarque a todas las niñeces y juventudes, señalando como uno de sus énfasis el bienestar integral como contenido transversal.

Complementariamente, algunas necesidades específicas que han surgido desde diferentes ámbitos del quehacer de Cecrea han acentuado la importancia de enfatizar el trabajo sobre el bienestar integral de NNJ. Una de ellas es el laboratorio de prevención de Abuso Sexual Infantil (ASI) realizado en 2022, que visibilizó la necesidad de dar continuidad y profundizar en esta temática a raíz de su relevancia para el bienestar integral en el desarrollo de las/os NNJ. Junto a ello, en los espacios de participación que Cecrea implementa, las/os mismas/os NNJ han planteado la relevancia de dialogar en torno a su bienestar y generar experiencias que les permitan avanzar en sentirse bien consigo mismas/os y con el mundo que habitan.

Todo lo anterior da origen al proyecto Bienestar Integral Comunitario 2023 que se constituye en un dispositivo de amplia envergadura, ya que involucra distintos niveles de acción en vías de velar integralmente por el cumplimiento de los derechos de NNJ desde el rol de garante principal que tiene el programa, con un enfoque comunitario orientado a fortalecer el bienestar integral en las comunidades donde se encuentra Cecrea.

Para dar a conocer las características del proyecto, este documento se organiza en cuatro secciones:

1. Características generales del proyecto
2. Análisis situacional de Derechos
3. Orientaciones metodológicas
4. Evaluación del proyecto

Las características generales del proyecto refieren a sus objetivos, niveles de acción y etapas de trabajo. El análisis situacional de Derechos describe las fuentes que se utilizaron para levantar la información que guiará el desarrollo del proyecto. Las orientaciones metodológicas dan cuenta de los aspectos que, desde una óptica nacional, serán la base que orientará el desarrollo de los proyectos locales. Y los mecanismos de evaluación aluden a las acciones que se contemplan para analizar el resultado del proceso desarrollado y su efecto en el bienestar integral de las comunidades.

## I. CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL PROYECTO

A partir del marco contextual que guía el proyecto, su objetivo general es **fortalecer el bienestar integral de las comunidades de todos los territorios donde se encuentra Cecrea**. Esto significa potenciar el rol de garante principal de Cecrea a través de un proceso que articule el trabajo en más de un nivel de acción. En esta línea, una característica sustancial del proyecto es que involucra **tres niveles**:

1. **Laboratorio con NNJ:** este nivel es el centro del proyecto y consiste en el desarrollo de un laboratorio con NNJ cuyo tema principal será el bienestar integral, orientado principalmente a un ámbito que fue identificado como muy relevante para NNJ en las Escuchas Creativas 2023, esto es el aprendizaje socioemocional.
2. **Trabajo con la comunidad:** en coherencia con las indicaciones establecidas en las Orientaciones Cecrea 2023, el proyecto contempla encuentros con familias y/o personas cuidadoras de las/os NNJ participantes. Junto a esto, considera un trabajo con las redes locales, es decir, con organizaciones e instituciones que se vinculan directamente con NNJ, lo que también se asocia a uno de los énfasis de las orientaciones 2023, puntualmente el de potenciar la vinculación y participación con otras iniciativas relacionadas con la gestión de Cecrea.

En este sentido, desde este proyecto se entiende como comunidad tanto a las/os adultos significativas/os de las/os NNJ como a las redes locales que se encuentran en el territorio, puesto que todos estos actores comunitarios se constituyen en garantes de Derechos, siendo central promover relaciones de colaboración al servicio de generar condiciones para el ejercicio efectivo de los Derechos de NNJ.

3. **Cuidado de equipo y contención para equipos Cecrea:** como tercer nivel, el proyecto incorpora instancias para trabajar en torno al cuidado de equipo en cada Cecrea. Este nivel busca expresar la importancia del bienestar de los propios equipos como elemento de base para desarrollar su labor con las comunidades. De este modo, estas instancias se orientan al desarrollo de herramientas de contención y apoyo mutuo que favorezcan su bienestar, el ejercicio reflexivo sobre su quehacer y un vínculo positivo con la comunidad.

A partir de estos tres niveles de acción, el proyecto plantea los siguientes **objetivos específicos**:

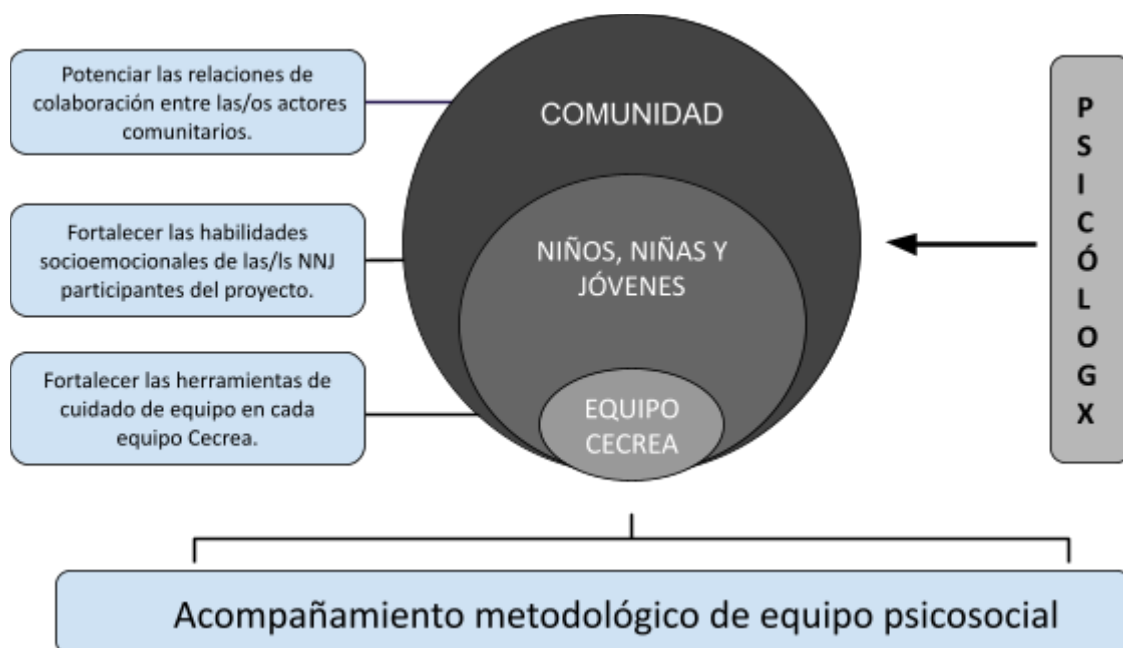
- Fortalecer las habilidades socioemocionales de NNJ participantes del proyecto.
- Potenciar las relaciones de colaboración entre todas/os las/os participantes del proyecto que forman parte de la comunidad.
- Fortalecer las herramientas de cuidado de equipo en las/os integrantes de cada equipo Cecrea, por medio de instancias de contención.

Un elemento significativo que ha sido planteado como necesidad por los equipos Cecrea es la incorporación de profesionales del área psicosocial que apoyen su quehacer desde un enfoque tanto conceptual como práctico. Por esta razón, un componente que forma parte del proyecto es la inclusión de un/a psicólogo/a a cada equipo Cecrea con el rol de liderar el desarrollo local del proceso en cada una de sus etapas. Esto implica la planificación de las estrategias y su implementación, así como el seguimiento y sistematización del proyecto, todo esto en el marco de un trabajo colaborativo con el equipo Cecrea.

Para la sistematización del proyecto, cada equipo cuenta con un [Cuaderno de bitácora](#) diseñado especialmente para este propósito, el que es un documento guía que permite visualizar la ruta de trabajo en cada una de sus etapas y tareas, así como registrar las acciones que el equipo va realizando. Este instrumento favorece tanto el ejercicio de reflexión y el registro del trabajo, como la posterior recopilación de información que se requerirá para la evaluación final del proyecto.

Otro componente del proyecto es la participación de un equipo de acompañamiento psicosocial cuya función es liderar el co-diseño, implementación y evaluación del proyecto, a través de la coordinación de los equipos, asesoría metodológica sistemática, sistematización de información y construcción de instrumentos y material de apoyo.

En síntesis, los componentes del proyecto pueden graficarse de la siguiente manera:



Tanto las tres líneas de acción del proyecto como la incorporación de un/a profesional del área de la psicología y la conformación de un equipo de acompañamiento, se constituyen en características distintivas que apuntan a abordar las necesidades identificadas, fortaleciendo la labor de Cecrea y su impacto en el bienestar integral de las comunidades.

Con respecto al periodo de desarrollo del proyecto, este comprende los meses de julio a noviembre de este año y contempla **tres etapas**:

#### 1. **Co-diseño:**

La etapa de co-diseño se ha desarrollado durante los meses de julio y agosto y ha involucrado dos tareas: un análisis situacional de Derechos y la elaboración colaborativa de orientaciones metodológicas del proyecto.

Con respecto al análisis situacional de Derechos, a partir de los fundamentos de la [Guía sobre Planificación con Enfoque de Derechos para profesionales de equipos Cecrea](#) (Cecrea, 2019), se sistematizó información acerca de los tres niveles de acción a partir de dos fuentes:

- **Escuchas Creativas 2023:** se realizó una lectura de todos los informes organizando la información en función de los elementos más presentes en todas o la mayoría de las regiones, lo que permitió evidenciar algunos relieves

importantes para el desarrollo del proyecto en cuanto a lo que NNJ opinan sobre su bienestar y malestar.

- **Primera jornada de co-diseño:** en esta instancia, en la que participaron todos los equipos regionales y el equipo de psicólogas/os recientemente incorporado, se levantó información sobre los niveles de acción referidos a la comunidad y a equipos Cecrea, con la finalidad de identificar capacidades y dificultades de las comunidades, junto con fortalezas y necesidades de los equipos Cecrea.

Toda esta información se sistematizó por medio de una matriz de [Sistematización de Análisis Situacional](#) que facilitó la organización de los datos.

Posteriormente, en la segunda jornada de co-diseño se trabajó de forma colaborativa, a través de una distribución interregional de equipos, en la elaboración de ideas metodológicas sustentadas en el análisis situacional realizado. Estas orientaciones metodológicas sirven como guía para la implementación del proyecto.

En el nivel local, cada equipo regional elaborará un proyecto situado en las particularidades de su territorio, lo que orientará la estrategia específica a desarrollar para fortalecer el bienestar integral de la comunidad.

## 2. Implementación:

La implementación del proyecto se desarrollará durante los meses de septiembre y octubre en las tres líneas de acción ya mencionadas: un laboratorio con NNJ, acciones de trabajo con la comunidad e instancias de cuidado de equipo para las/os profesionales de Cecrea.

Durante este periodo también se contempla un momento de seguimiento del proceso, orientado a identificar el avance en los objetivos planteados y la necesidad de generar ajustes si es necesario. Para este propósito, el Cuaderno de Bitácora facilitará el análisis de la información.

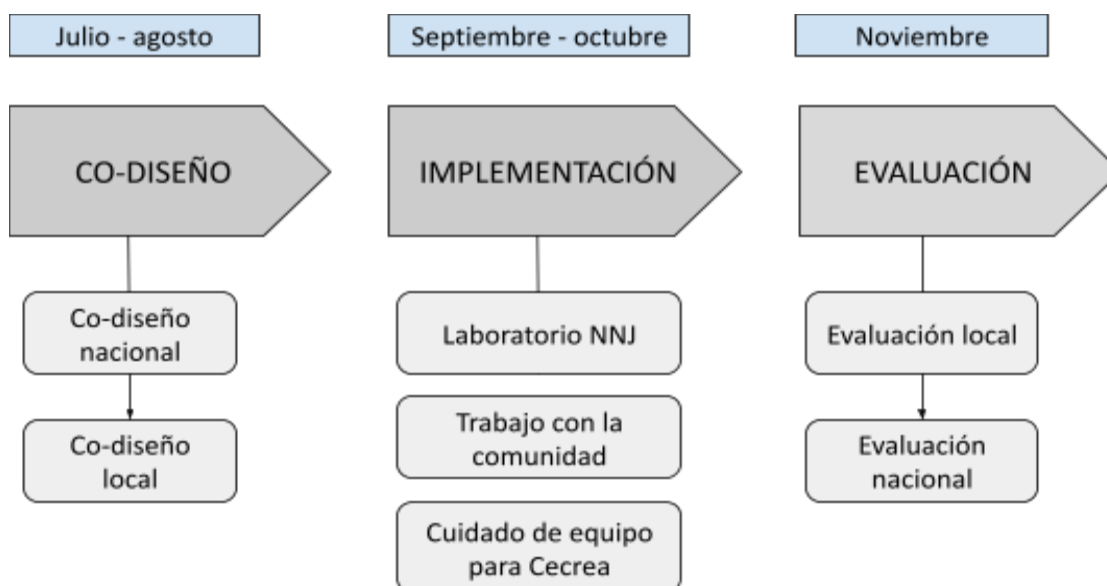
## 3. Evaluación:

Para concluir el proceso, se llevará a cabo una evaluación que permita identificar los resultados obtenidos en las tres dimensiones de los objetivos específicos planteados: habilidades socioemocionales en NNJ, relaciones de colaboración en la comunidad y herramientas de cuidado de equipo en las/os profesionales de cada Cecrea.

El insumo para esta etapa será la información sistematizada proveniente de cada región, la que conducirá a establecer elementos transversales de relevancia sobre el proceso, al mismo tiempo que algunos aspectos singulares propios del trabajo efectuado en cada territorio.

En síntesis, las etapas del proyectos se grafican de la siguiente manera:





## II. ANÁLISIS SITUACIONAL DE DERECHOS

En consideración de la relevancia que tiene crear una planificación basada en un conocimiento situado que oriente los contenidos específicos a desarrollar durante la etapa de implementación del proyecto, se realizó una sistematización de las Escuchas Creativas 2023 de todos los territorios y se recopiló información acerca de las características y necesidades comunitarias y de los equipos Cecrea, tal como se mencionó previamente. Esto posibilitó la identificación de elementos comunes orientados a visualizar algunos énfasis importantes para la visión nacional del proceso.

A continuación, se presenta la información pertinente a cada nivel de acción:

### a) Bienestar en NNJ:

Las Escuchas Creativas 2023 tuvieron como objetivo construir junto a NNJ una(s) definición(es) de bienestar integral, a partir de la valoración que hacen de su propio bienestar/malestar, tanto en su dimensión individual como social. Para esto, la información se organizó desde el concepto “bienestar subjetivo” desarrollado por el PNUD, el que refiere a tres niveles de bienestar: práctico y material, de sentido y vincular. Este enfoque facilita la comprensión de la información que se observa y escucha de las/os NNJ.

Habiendo realizado la lectura de todos los informes de Escuchas Creativas 2023, fue posible crear nuevas categorías de respuesta, a partir de los elementos comunes que aparecen como importantes en todas o en la mayoría de los territorios.

Esta nueva ordenación se operacionaliza en cuatro dimensiones que dicen relación con la experiencia de bienestar y malestar que expresaron las/os NNJ que participaron en las Escuchas Creativas 2023, las que son:

- Vínculo de NNJ consigo mismas/os
- Vínculo de NNJ con quienes les rodean
- Tipos de experiencias que les hacen sentir bien
- Aspectos que les provocan malestar

Con respecto a los elementos que para las/os NNJ aportan a su bienestar en el vínculo consigo mismas/os, fue posible identificar lo siguiente:

- Una alta valoración de sus espacios de intimidad, en tanto les brindan tranquilidad y conexión consigo mismas/os.
- La importancia que le otorgan al autoconocimiento como habilidad que les permite explorar sus intereses y emociones.
- La necesidad que sienten de desarrollar capacidades de autorregulación emocional para controlar los ámbitos de su afectividad que no les agradan.
- La importancia que le dan a desarrollar una imagen positiva de sí mismas/os, basada en la aceptación de sus características personales.

En cuanto a los aspectos que para las/os NNJ son significativos en el vínculo con quienes les rodean, se observó:

- Lo fundamental que es para ellas/os sentirse escuchadas/os, aceptadas/os y reconocidas/os por quienes les rodean.
- La importante valoración que le dan a los vínculos cercanos de quienes les brindan contención y seguridad, siendo la familia un núcleo fundamental.
- La relevancia que otorgan al vínculo con sus pares, en tanto les dan la posibilidad de compartir experiencias significativas e intereses comunes.
- La gratificación que sienten cuando participan en actividades que implican un trabajo colaborativo, pues se sienten apoyadas/os a la vez que valoradas/os.
- La alta valoración que le atribuyen a los espacios de participación como medio para conocer su entorno e influir en él.
- La importancia que tiene el espacio escolar para ellas/os, como un contexto que les permite construir vínculos de amistad.
- El aprecio que sienten por el vínculo con sus mascotas en la medida que desarrollan un afecto y un cuidado por ellas.

Acerca de los tipos de experiencias que las/os NNJ valoran como positivas para su bienestar, se identificaron:

- El contacto con la naturaleza como una experiencia que favorece los momentos de calma, el conocimiento de lugares diferentes y confortables, y el disfrute de espacios abiertos.
- Las experiencias artísticas como un canal de expresión y comunicación en sus distintas formas: música, dibujo, pintura, danza, actuación, etc.
- Los momentos de comida compartida en un doble sentido. Por un lado, la alimentación como un elemento fundamental para la salud y, por otro, como una

experiencia compartida que favorece la interacción e intercambio con otras personas.

- El deporte como un tipo de actividad que posibilita liberar energía.
- Los espacios donde se pueden expresar con libertad, desarrollar sus capacidades de forma integral y sentirse aceptadas/os sin recibir presión del entorno. En este punto, Cecrea es altamente valorado.
- El uso de dispositivos electrónicos para disfrutar de videojuegos, redes sociales y contacto con sus pares.

Por último, las/os NNJ señalaron que los aspectos que les provocan malestar son:

- Que no se respeten sus espacios de intimidad.
- Sentirse juzgadas/os y presionadas/os.
- Las situaciones en que sienten un bajo control de sus emociones.
- Recibir malos tratos de quienes les rodean.
- La carga académica del espacio escolar, así como las situaciones de agresividad y acoso a las que a veces se ven expuestas/os en ese contexto.
- La presión que sienten del mundo adulto en cuanto a la rutina y las exigencias diarias.

#### **b) Características de la comunidad:**

Para efectos de este proyecto, la comunidad es entendida como el conjunto de familias, personas cuidadoras y redes locales que se vinculan con las/os NNJ. El objetivo asociado a este nivel de acción del proyecto es fortalecer las redes de colaboración entre los actores comunitarios con el fin último de que desde su rol de garantes de derechos contribuyan a la generación de condiciones para el ejercicio de derechos de NNJ. Al respecto, en el caso de las familias y personas cuidadoras en general, su rol de garante interrelacional apunta a las condiciones de convivencia en las relaciones cotidianas. Por su parte, las organizaciones locales que conforman redes de apoyo se constituyen en garantes co-responsables cuya función es propiciar condiciones culturales y políticas para el ejercicio de los derechos (Cecrea, 2019).

Desde este marco y en función de conocer las características de las comunidades desde los relatos de los equipos Cecrea, se organizaron grupos de trabajo por región en la primera jornada de co-diseño, lo que permitió identificar algunos elementos significativos que, si bien no se reiteran en todos los territorios, visibilizan algunos aspectos importantes a considerar, siendo organizados en los siguientes puntos:

- Capacidades y oportunidades de la comunidad para generar condiciones de ejercicio de Derechos de NNJ.
- Necesidades y dificultades de la comunidad en la generación de condiciones para el ejercicio de Derechos de NNJ.
- Principales acciones que Cecrea ha realizado para potenciar la participación de la comunidad.

Con respecto a las capacidades y oportunidades identificadas, se advierten las siguientes:

- La existencia de redes de protección con las que se tiene vínculo, las que valoran la metodología de trabajo en Cecrea.
- El uso de espacios públicos para la realización de actividades, posibilitando la llegada de una mayor cantidad de NNJ y una apropiación de dicho espacio.
- La buena disposición y confianza que las familias expresan hacia los equipos Cecrea.
- La incidencia que Cecrea tiene en los espacios de educación formal.
- El acceso a lugares que convocan a una gran cantidad de NNJ.

En cuanto a las necesidades y dificultades de la comunidad, se identificaron:

- La necesidad de una mayor comprensión, desde la comunidad, del enfoque de derechos y su aplicación en la vida cotidiana.
- Una actitud adultocentrista que genera tensión en NNJ y que se expresa en una actitud posesiva desde las personas adultas.
- La falta de herramientas en la comunidad para acompañar saludablemente a NNJ en su desarrollo, siendo un ejemplo de esto la validación que se hace de los comportamientos agresivos.
- La escasa claridad de algunas familias acerca del rol de Cecrea, generando una relación de dependencia cotidiana que, a modo de ejemplo, ocasionalmente se expresa en utilizarlo como una guardería.

Sobre las acciones que se han realizado para potenciar la participación de la comunidad, se señalaron:

- Laboratorios en colegios.
- Instancias de irradiación familiar.
- Vinculación con otras instituciones para promover enfoque de derechos.
- Actividades abiertas a la comunidad en general.
- Vinculación con la municipalidad.
- Vinculación con redes de NNJ.
- Uso permanente de redes sociales para sostener el contacto con NNJ y sus familias.
- Uso de espacios públicos.

### c) Equipos Cecrea:

El tercer nivel de acción del proyecto apunta a fortalecer las herramientas de cuidado de equipo y contención en los equipos Cecrea, considerando que se constituyen en garantes principales en la creación de condiciones para el ejercicio de derechos de NNJ, siendo fundamental observar su situación para identificar aspectos a abordar.

De esta manera, desde el mismo formato de taller mencionado previamente, los equipos dialogaron sobre tres aspectos:

- Capacidades internas que ha desarrollado el equipo Cecrea en el ejercicio de su rol de garante de Derechos.
- Oportunidades de mejora en el quehacer que el equipo Cecrea desarrolla con la comunidad.
- Necesidades de cuidado de equipo y contención de cada equipo Cecrea.

Acercas de las capacidades internas de los equipos, los elementos que emergieron durante los diálogos grupales fueron los siguientes:

- Un amplio conocimiento y experiencia en el trabajo con NNJ desde el enfoque de derechos.
- La constante reflexión sobre el quehacer, a pesar de no existir tiempos sistemáticos para esto.
- La utilización de metodologías participativas y lúdicas en el trabajo con NNJ.
- La flexibilidad para abordar el trabajo y crear nuevos tipos de experiencias.
- El desarrollo de un trabajo mancomunado que posibilita un análisis colectivo de cada caso.
- El desarrollo de la capacidad de resiliencia.
- Un alto compromiso con los territorios.
- La posibilidad de participar en instancias regulares de formación continua para los equipos.

Con relación a las oportunidades de mejora, estas refirieron a:

- No contar con un profesional del área de la salud de forma permanente en el equipo.
- La inestabilidad de los equipos de facilitadoras/es, asociado esto a una insuficiente condición laboral.
- El escaso tiempo para revisar e implementar las herramientas adquiridas en las instancias de formación continua.
- La falta de un espacio de retroalimentación a las actividades realizadas.
- La necesidad de contar con instancias de formación en enfoque de género y diversidad

para todo el equipo

- En algunos casos, la carencia de una infraestructura adecuada.

Por último, en torno a las necesidades de cuidado de equipo que las/os profesionales relevaron, se advierte:

- La necesidad de un acompañamiento y contención constante del quehacer.
- La necesidad de tener espacios de autocuidado que les permitan una desconexión de las necesidades laborales.
- La necesidad de identificar aspectos a mejorar y nuevos elementos a integrar en el trabajo.
- La importancia de contar con espacios de orientación ante situaciones de complejidad emocional de NNJ.
- La necesidad de desarrollar la capacidad reflexiva sobre aspectos profundos del rol.

### III. ORIENTACIONES METODOLÓGICAS

La información expuesta se utilizó como material de trabajo para elaborar colaborativamente algunas orientaciones metodológicas que guiarán el desarrollo del proyecto. Esto se realizó en la segunda reunión de co-diseño a través de un trabajo grupal organizado en equipos interregionales. Estas orientaciones se centraron en el nivel de trabajo con NNJ y con la comunidad. En el caso de nivel asociado a los equipos Cecrea, dado que psicólogas/o están en contacto con estos, se privilegiará que el levantamiento de necesidades se realice de forma directa.

#### **Orientaciones para el trabajo con NNJ:**

Los distintos grupos de trabajo coincidieron en dos énfasis temáticos que les parecieron importantes de trabajar con las/os NNJ, lo que se serán expuestos a continuación, junto con las ideas metodológicas que acompañaron a estos énfasis.

##### **1. Autoconocimiento y gestión de las emociones:**

A raíz de la información recopilada en las Escuchas Creativas 2023, indudablemente este aspecto es uno de los que más se presentan como necesarios de abordar, debido a que las/os mismas/os NNJ reconocen el malestar que sienten cuando se ven desbordados por una emoción que no les agrada.

Esto tiene mucho sentido, en tanto la conciencia emocional es clave para todo proceso de desarrollo emocional y, así, la autorregulación de las emociones posibilita una comprensión más amplia del sí mismo/a y del mundo. Específicamente, la autoconciencia y autorregulación emocional modulan la forma de pensar, de actuar y de planificar la conducta (Repetto, 2009).

Los temas más específicos que son importantes de trabajar en este ámbito son los componentes de la emoción, la clasificación de las emociones, las diferencias en la reacción emocional según la importancia que se le da a la situación vivida, entre otros.

Al respecto, las ideas metodológicas que se crearon en el co-diseño junto con otras posibles de incluir son:

- *Uso de instrumentos y/o juegos que faciliten la identificación de emociones en NNJ.* En esta línea, el lenguaje emocional es un aspecto de base para el aprendizaje socioemocional, ya que es la capacidad de denominar con precisión lo que se siente, tanto sensaciones de bienestar como malestar (Milicic, Alcalay, Berger, Torretti; 2014). Por esta razón, las experiencias en torno a la identificación de emociones desde diversas técnicas enriquece las oportunidades de NNJ de comprender lo que sienten y que lo puedan expresar.
- *Experiencias de conexión emoción-cuerpo.* Esto alude a trabajar desde la corporalidad como fuente de expresión emocional, es decir, la conciencia de las reacciones del cuerpo contribuyen a revelar las emociones que hay de fondo. En este sentido, la vinculación entre cuerpo y emoción aporta una dimensión no verbal bastante invisibilizada respecto de emociones que se viven de forma más leve. Asimismo, en otra dirección es posible trabajar con experiencias de autocontrol corporal para que, como consecuencia, se logre una autorregulación emocional. En este contexto, las actividades sobre mapas corporales, terapia corporal, eutonía, mindfulness y musicoterapia corporal, entre otras, favorecen este aspecto.
- *Utilización de experiencias artísticas.* Uno de los elementos que las/os NNJ relevaron como algo que les hace sentir bien, es el arte en sus distintas expresiones, principalmente el dibujo, la pintura, la música, la danza y la actuación. El uso de experiencias artísticas es fuente de un conocimiento proyectivo en el que cada niño, niña o joven deposita en el proceso y producto artístico aspectos de sí misma que no siempre están al alcance de la conciencia, por lo que realizar este tipo de experiencias en función de un objetivo emocional (y no estético) permite ampliar la mirada personal sobre aquello que resulta más complejo elaborar verbalmente.
- *Narrativa personal.* Es de gran importancia el relato que cada NNJ construye sobre sí misma/o, puesto que esa narrativa dibuja una percepción de sí que puede ser más positiva o más negativa dependiendo de su contenido. “Esta narrativa es una forma de definición autobiográfica, que da cuenta de la percepción que tienen acerca de quiénes son, cuál es su historia y quiénes podrían llegar a ser” ((Milicic, Alcalay, Berger, Torretti; 2014, p. 63) Por esto, los espacios de bienestar deben apuntar a posibilitar la creación de narrativas positivas en NNJ, siendo el espacio Cecrea un facilitador de aquello debido a que se desarrolla desde un ambiente amable y nutritivo que es reconocido por las/os mismas/os NNJ.
- *Uso de material audiovisual.* Este tipo de material es útil para promover la reflexión y el diálogo acerca de las diferentes emociones y experiencias que se han vivido. El formato de video breves favorece la concentración de las/os NNJ y privilegia la reflexión sobre su contenido. Para acceder a cápsulas asociadas a la educación emocional, se puede ingresar al siguiente link: [MATERIAL AUDIOVISUAL](#).

## 2. Construcción de vínculos saludables:

Esta dimensión, también relevada durante el co-diseño, es fundamental en tanto se relaciona con el nivel vincular del “bienestar subjetivo”, es decir, con las relaciones que se crean con las demás personas y la percepción de aceptación, respeto, confianza y valoración que se alcanza. Asimismo, involucra comprender el mundo en que se vive, así como participar e influir en la sociedad (PNUD, 2012).

Las principales ideas metodológicas que surgieron son:

- *Laboratorio para planificar taller para personas adultas.* Esta idea se relaciona con situar a NNJ como creadores, protagonistas y guías de un espacio con adultas/os, con el objetivo de que ellos/as sean capaces de contemplar a la niñez, escuchar sus reflexiones, sus prioridades y sus necesidades de límites en los aspectos que son importante para sí. Esto promueve un espacio donde las personas adultas aprendan a visualizar la autonomía progresiva como elemento fundamental en el ejercicio de derechos de NNJ, a la vez que llevar a su vida cotidiana una forma de vínculo que ponga en valor sus necesidades.

Esto también implica que un espacio de este tipo sitúe en el centro la idea de bienestar integral que tienen las/os NNJ desde sus propias vivencias, utilizando además materiales y objetivos significativos para ellas/os que faciliten la expresión de sus ideas.

Se destacó como herramientas metodológicas al teatro del oprimido, como un modo de expresar y dar cuenta de situaciones cotidianas vinculadas al bienestar/malestar. Además, se propuso el uso de lenguajes comunicacionales (audio, video, fanzines, u otros) para expresar ideas, y performance en los espacios públicos como un modo de provocar a los/a adultos/as.

- *Comunicación efectiva.* Este elemento es importante y adquiere connotaciones especiales debido a que la comunicación está marcada por la cultura imperante. Esto demanda un esfuerzo mayor para comprender lo que NNJ desean expresar a quienes les rodean, así como el enriquecimiento de su comunicación para que su mundo interno pueda ser efectivamente comprendido.
- *Espacios de autoformación sobre temáticas específicas.* En este caso, se trata de generar instancias en las que se pueda abordar temas de importancia en el desarrollo de los vínculos con otras/os, tales como la Educación Sexual Integral (ESI) y el enfoque de género, los que impactan directamente en la forma como NNJ se visualizan a sí mismas/os respecto de las/os otras/os.

### **Orientaciones para el trabajo con la comunidad**

Estas orientaciones fueron creadas a partir del intercambio entre integrantes de distintos equipos Cecrea, lo que le brinda una riqueza especial en tanto incluye las miradas sobre diferentes territorios y diversas características.

Al respecto, los énfasis que se plantearon son:

1. **Fortalecer la participación de familias y un acompañamiento saludable de sus hijas/os desde el enfoque de derechos.** Uno de los elementos que señalaron las/os NNJ fue la tensión que sienten acerca de la exigencia que impone el mundo adulto, expresada en requerimientos y rutinas cotidianas que limitan su necesidad de expresarse libremente.



Sobre este aspecto, se propone:

- *Espacios de formación y reflexión para las familias.* Se trata de instancias que aborden el enfoque de derechos, políticas en infancia, crianza positiva y redes de apoyo en infancia y adolescencia, en vías de un proceso de sensibilización que amplíe su comprensión sobre las/os NNJ. Esto se puede desarrollar en un formato de conversatorios, laboratorios de gestión emocional para cuidadoras/es o instancias de alimentación compartida que propicien un ambiente de crecimiento y apoyo mutuo.
- *Instancias de diálogos intergeneracionales.* Estos espacios contribuyen a visibilizar puntos comunes y de encuentro que se pueden poner al servicio de un interés común, a pesar de las diferencias generacionales presentes en la comunidad. El aprendizaje y el trabajo colaborativo adquieren un doble valor porque la situación intergeneracional demanda un ejercicio importante de flexibilidad para avanzar hacia una mirada de las/os otras/os y sus necesidades.
- *Espacios para la deconstrucción del mundo adulto.* Este aspecto dice relación con algo ya mencionado previamente que, en este caso, se asocia a las formas en que las personas adultas pueden avanzar en una resignificación de las/os NNJ desde experiencias que interpelen su propia historia. Una idea interesante planteada en la segunda jornada de co-diseño es realizar un taller de tres sesiones, en que en la primera participen NNJ y adultas/os; en la segunda, solo familias -como un espacio de reflexión de lo vivido en la primera sesión-; y en la tercera vuelvan a encontrarse las/os NNJ con los adultos, en un espacio de compartir y devolver reflexiones y sentires de lo vivido.

El teatro del oprimido y los lenguajes comunicacionales se propusieron como herramientas principales para expresar ideas y proponer reflexiones.

## **2. Promover la articulación comunitaria en función del protagonismo de las/os NNJ.**

Este énfasis se refiere a la convergencia de actores comunitarios en torno al bienestar integral de NNJ, impulsando la participación en instancias compartidas que gatillen diálogos reflexivos y experiencias creativas. Algunas actividades que se pueden realizar son:

- *Habitar los espacios públicos.* Esto favorece una convocatoria más amplia de actores comunitarios e impulsa la apropiación de los espacios.
- *Utilizar las oportunidades de difusión que ofrecen las redes locales.* Los medios de difusión de las redes locales permiten difundir el rol de Cecrea, las actividades que desarrolla y la metodología de sus procesos de trabajo al servicio de la formación de una ciudadanía creativa. Para promover esta información, se pueden crear cápsulas audiovisuales que muestren el trabajo de NNJ y que favorezcan una mayor comprensión tanto del rol de Cecrea como de la comunidad en que se habita.
- *Promover el conocimiento de las normativas y orientaciones sobre protección de derechos.* La difusión de los marcos normativos sobre la infancia, como lo es la Ley 21.430 y otros documentos de relevancia para la garantía de derechos, será de mucha utilidad para que la comunidad avance paulatinamente en un mayor conocimiento y comprensión sobre la importancia del bienestar integral en NNJ y acerca de cómo el ejercicio de derechos se concreta en un vivir cotidiano.

- *Relevar los saberes comunitarios culturales en torno a la crianza.* La indagación sobre los conocimientos que culturalmente tienen arraigo en la comunidad y que pueden ser favorables para el bienestar integral de NNJ, pueden ser utilizados con el propósito de dar pertinencia cultural a las actividades. Esto favorece la identificación de la comunidad con el quehacer de Cecrea, su interés en la causa y, en consecuencia, una apertura a colaborar desde una actitud propositiva y colaborativa.

Todas las orientaciones metodológicas recién expuestas tienen un carácter sólo indicativo, es decir, cada equipo Cecrea puede aplicarlas si así le parece pertinente realizando los ajustes que se estimen necesarios para resguardar su contextualización en cada una de las realidades locales.

Para favorecer la puesta en práctica de la implementación del proyecto, se deja a disposición una carpeta con recursos de apoyo a la que los equipos pueden acceder aquí: [MATERIAL DE APOYO](#). En ella se pueden encontrar documentos asociados a la metodología Cecrea, al concepto de bienestar subjetivo, manuales que contienen recursos técnicos, material audiovisual y documentos con orientaciones para el uso del Cuaderno de Bitácora.

#### **IV. EVALUACIÓN DEL PROYECTO**

El proceso de evaluación del proyecto cuenta con un primer momento de seguimiento a realizarse a fines de septiembre, cuyo propósito es que cada equipo analice los avances en los objetivos planteados y determine si es necesario efectuar cambios o ajustes en algunos de los niveles de acción o, eventualmente, en todos ellos.

Tanto este momento como la evaluación final del proyecto implica que el equipo construya objetivos específicos situados en la realidad de su territorio, en el caso de que esto se evalúe como pertinente. Esto guiará de manera más clara la forma de identificar el logro en cada nivel de acción.

Para la recolección de información y su posterior análisis, es importante definir las fuentes de información que se utilizarán y cautelar que éstas contemplen los tres niveles de acción, de manera de contar con información para analizar tanto el avance en las habilidades socioemocionales de las/os NNJ, el fortalecimiento de las relaciones de colaboración en la comunidad y el aprendizaje de herramientas de cuidado de equipo en cada Cecrea.

Este proceso final es de vital importancia, pues generará conocimiento útil para determinar cómo se podría volver a realizar un nuevo proceso sobre el bienestar integral comunitario y qué oportunidades de mejora habría que considerar.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

**Cecrea (2023).** *Orientaciones Cecrea 2023*. En:

<https://cecrea.cultura.gob.cl/wp-content/uploads/2023/08/orientaciones-cecrea-2023.pdf>

**Cecrea (2019).** *Guía sobre planificación con Enfoque de Derechos para profesionales de equipos*

*Cecrea*. En: [https://cecrea.cultura.gob.cl/wp-content/uploads/2020/01/interiorguia\\_web.pdf](https://cecrea.cultura.gob.cl/wp-content/uploads/2020/01/interiorguia_web.pdf)

**Milicic, N.; Alcalay, L.; Berger, C.; Torretti, A. (2014).** *Aprendizaje socioemocional. Programa BASE (Bienestar y Aprendizaje Socioemocional) como estrategia de desarrollo en el contexto escolar*. Grupo Planeta, México.

**Ministerio de Desarrollo Social y Familia (2022).** *Ley 21.430 Sobre garantías y protección integral de los derechos de la niñez y adolescencia*.

En: <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=1173643>

**Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2012).** *Informe sobre Desarrollo Humano en Chile 2012: Bienestar Subjetivo*. En:

<https://www.estudiospnud.cl/informes-desarrollo/informe-sobre-desarrollo-humano-en-chile-2012-bienestar-subjetivo/>

**Repetto, E. (2009).** *Formación en competencias socioemocionales*. Editorial La Muralla, España.

# Registro de Análisis Situacional para el co-diseño.

<b>COMUNIDAD</b> (familias y redes comunitarias)	
<b>¿Cuáles son las principales capacidades y oportunidades de la comunidad para generar condiciones de ejercicio de Derechos de NNJ?</b>	<p>Compromiso en asistencia y seguridad, confianza con el centro.</p> <p>Uso pedagógico de los espacios</p> <p>Buena recepción para aceptar las reglas dentro cecrea.</p> <p>Acuerdos de convivencia/respectadss</p> <p>colegio: espacio de contencion/sale de la norma.(NNJ) mucho mas practico aca.</p> <p>Permiten acercarse a estos NNJ que no necesariamente conocen cecrea.</p> <p>Docentes apoyos para hacer anexos, y adquirir nuevas practicas/acceso a formaciones.</p>
<b>¿Cuáles son las principales necesidades y dificultades que presenta la comunidad en la generación de condiciones para el ejercicio de Derechos en NNJ?</b>	<p>participación de la los NNj depende mucho de los padres/cuidadores.</p> <p>Tema transporte/los padres no son capaces de pagar tanto Incompatibilidad de recursos</p> <p>Horario/convocatoria</p> <p>No todos los niños pueden optar por temas de recursos.</p> <p>Ideal coordinar transporte pero es difícil.</p> <p>2. falta de acceso a información sobre que significa ser garantes de derecho/talleres para cuidadores.</p> <p>3. La impresion del edificio a veces genera una sensacion de no pertenencia. ESTe espacio no es para nosotros.</p> <p>4. ciberbullying/rivalidades entre grupos de jóvenes que genera cierto conflictos con el nombre "tu bailas en cecre" (desarrollr mejor) (no se sabe como abordar porqu como se comprueba)</p> <p>5. estrategias de abordaje apra el uso libre de espacios</p>
<b>¿Cuáles son las principales acciones que se han realizado desde Cecrea para potenciar la participación de la</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. formaciones a personas de distintos ámbitos, para enfoque de derechos, aprendizaje en juego, metodológicas de aprendizajes.</li> <li>2. facilitar el espacios a diferentes instituciones con infancia (mejor niñez), les permiten poder realizar sus reuniones y actividades pra que la comunidad conozca el espacio. (se facilita el terreno) ampliarse</li> </ol>

<p><b>comunidad?</b></p>	<p>el uso libre. Vinculación con la municipalidad., centro de alumnos.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Acoger proyectos autoconvocados,</li> <li>4. Generar actividades orientadas a las familias que permitan que vengan familiares.</li> <li>5. abrirse a la comunidad creativa, contratar artistas de la comunidad. Préstamos de espacio con retribución para artistas.</li> </ol> <p>Se ha integrado a la comunidad creativa par que trabajen con NNJ</p>
--------------------------	---

<h2 style="text-align: center; margin: 0;">EQUIPO CECREA</h2>	
<p><b>¿Cuáles son las principales capacidades internas que ha desarrollado el equipo Cecrea en ejercicio de su rol de garante de Derechos?</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- siempre puesto el NNJ como sujeto de derecho.</li> <li>- dejar de lado un poco esta postura “adultocentrista”</li> <li>- a pesar de diferencias siempre puesto el NNJ como sujeto de derecho.</li> <li>- compromiso ante el bien superir del NNJ.</li> <li>- Claridad de roles permite que sea mucho ams facil seguir pasos.</li> <li>- sensación de placer/motivacion/convicción con cecrea.</li> <li>- colaboración y capacidad de comunicación.</li> <li>- capacidad de escucha.</li> <li>- espacios de autocuidado.</li> <li>- Relaciones interpersonales horizontales. No hay temor para ser creativos o para el error.</li> <li>- Habilidades creativas/habilidades blandas.</li> <li>- sistematizar el sistema administrativo de tanto papeleo que le permita a los facilidades poder ser creativos.</li> </ul>
<p><b>¿Cuáles son las principales oportunidades de mejora en torno al quehacer que el equipo Cecrea desarrolla con la comunidad?</b></p>	<p>(En que falta avanzar)</p> <p>Apoyo psicosocial para NNJ. Apoyo para contener/neurodivergentes.  transporte acceso  ver realidad de territorios/falta de adaptabilidad, bajar presión de fechas/ reportabilidad excesiva. Se requieren .  tiempos y espacio para experimentación, muchas ideas. Probar el laboratorio en caso de error  Carga laboral/horas compensatorias.  manera que se difunde en rrss, no se ven caras, deshumanización y saber que no están hablando con una pantalla. Instancias explicativas de los diferentes laboratorios/</p> <p>fenómenos de la replicabilidad: laboratorios de 3 sesiones, irradiar los buenos resultados/ impacto mas transversal.  Simposiios/mecanicas de escucha/red de facilitadores.</p>

<p><b>¿Qué necesidades de cuidado de equipo identifica el equipo Cecrea?</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Trabajo inestable/no se sabe que pasa después de 1 año. Problema de estructura del estado. falta de pertenencia. Deterioro de salud mental debido a la presion de no saber si se sigue o no,</li> <li>2. compartir entre facilitadores a nivel nacional, generar instancias de aprendizaje, especialmente para los laboratorios.</li> <li>3. sobrecarga laboral.</li> <li>4. Contención a equipo: 1. autocuidado post recibir relato de vulneración y 2. herramientas para la contencion emocional (estrategias practicas).</li> <li>5. como lidio con la carga emocional/.botiquin emociona/poder comunicarlo, trabajo en equipo (estrategias de equipo)</li> <li>6. Hay veces que ceritos facilitadores se siente imposibilitados por el desborde emocional.</li> <li>7. Autoexigencia como grupo para que funcione</li> <li>8. <b>Pausas activas ¿que son? ¿Como hacerla?</b></li> <li>9. Lineamientos para resguardo de accidentes.</li> </ol>

Apuntes con el sector de vallenar.