

Guía para el uso de la

MOCHILA

del Facilitador



Retorno de la **alegría**

Guía para el uso de la
MOCHILA
del Facilitador

Leé con detenimiento
lo que se dice aquí



unicef 

ÍNDICE

<i>¿Qué es la Gestión de Riesgo y Prevención?</i>	5
<i>¿Qué significa el Retorno de la Alegría para los jóvenes?</i>	6
<i>¿Qué es la mochila?</i>	8
<i>¿Qué contiene la mochila?</i>	10
<i>¿Cómo te ayuda la mochila?</i>	12
<i>¿Cómo usar la mochila?</i>	14
<i>¿Cómo "llegarles" a los niños y niñas?</i>	16
<i>¿Cómo empezar?</i>	18
<i>Características y nudos temáticos</i>	20
<i>Llegó la hora de cerrar el juego</i>	22
<i>Compromiso</i>	24

Supervisión General

Luis Diego Morales, Presidente Ejecutivo de la Comisión Nacional de Prevención de Riesgos y Atención de Emergencias.
Cristian Munduate, Representante Delegada de UNICEF, Costa Rica.
José F. Pérez Sánchez, Radio Nederland para América Latina.

Coordinación General del Proyecto

Gerardo Monge Bolaños

Colaboración y redacción pedagógica

Brigada de emergencia, Escuela de Psicología
Universidad de Costa Rica.
Cruz Roja Juventud.
Visión Mundial

Textos, Concepto y Creatividad

Pepe Bayona y Xinia Miranda
Comunicación, UNICEF Costa Rica

Fotografía y Portada

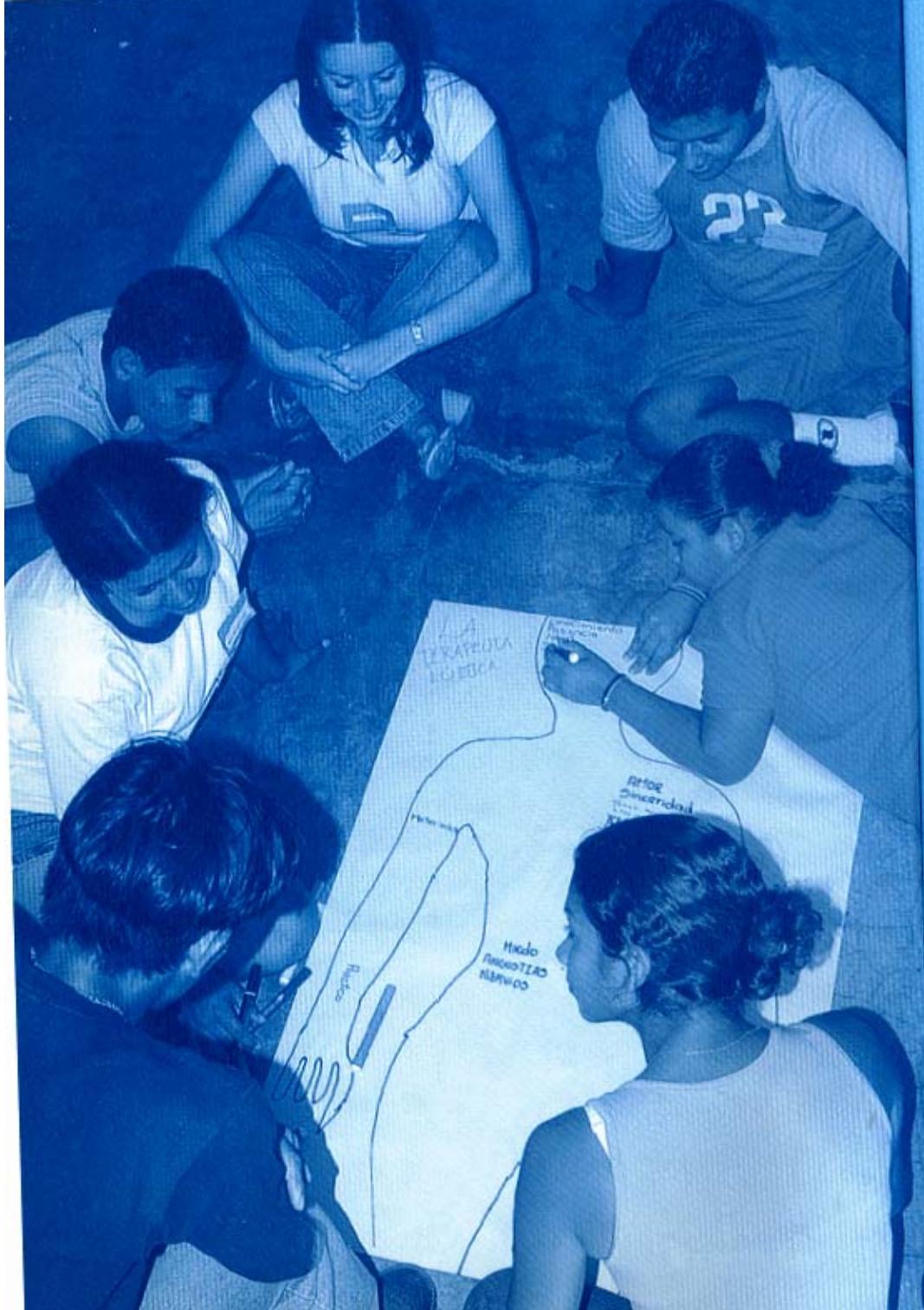
Pepe Bayona, UNICEF Costa Rica

Revisión de Contenidos

Rodolfo Osorio, María Vérges
UNICEF Costa Rica

Diseño

Carlos Fernández Alvarado, RNTC



¿QUÉ ES LA GESTIÓN DEL RIESGO Y LA PREVENCIÓN?

Para empezar es importante tener claro que la Gestión del Riesgo NO es una acción puntual y aislada de prevención y mitigación de desastres.

La Gestión del Riesgo es parte del desarrollo global, social, cultural, sectorial, territorial, urbano, comunitario, familiar y de la gestión ambiental. Es un proceso que debe ser asumido por todos los sectores de la sociedad.

La Gestión del Riesgo busca que la comunidad tome conciencia del riesgo que enfrenta, lo analice y lo entienda. Logrado esto, la comunidad podrá considerar las opciones y prioridades que tiene para reducir el riesgo, para identificar los recursos disponibles para enfrentarlo y para diseñar las estrategias e instrumentos necesarios para atenderlo.

Es un proceso en el cual la participación de los niños, niñas y, especialmente, de los y las adolescentes es imprescindible. Este proceso exige una convocatoria, una concertación con la participación de mucha gente de la comunidad, una capacitación y una planificación. Unos tiempos de aplicación del cual, vos como joven, sos una parte básica para la promoción y la aplicación de la Gestión de Riesgo.

¿QUÉ SIGNIFICA EL RETORNO DE LA ALEGRÍA PARA LOS JÓVENES?



- Es una oportunidad para que los jóvenes ejerzan su derecho a participar, organizarse y expresar sus ideas, es decir, montarse en ese volado que llaman ciudadanía y dejar tu huella fresca en las acciones, decisiones y desarrollo de tu comunidad y del país.
- Es una opción para que otros jóvenes y los adultos de la comunidad vean todo lo que la gente como vos es capaz de hacer con su fuerza, creatividad y compromiso.



¿QUÉ ES LA MOCHILA?



La mochila es un símbolo que va abrazado a tu pecho y soportado en tu espalda. Simboliza la solidaridad que hay en vos y que te mueve a atender a los niños y niñas en crisis, así como tu compromiso de ayudar a cada niño y niña que ayudés a superar el dolor, el miedo, la rabia o tristeza, para disiparlo luego a través del juego.

La Mochila, al igual que vos, está llena de herramientas para darles a los niños y niñas la posibilidad de descargar, entender y comenzar el proceso para sanar las heridas físicas y psicológicas que dejan los desastres.

Al igual que vos, la Mochila tiene las voces del consuelo, del sosiego y de la esperanza. Lleva todas las canciones, desde las de arrullo, hasta las del jolgorio. Lleva todas las historias y leyendas, todas las sonrisas, toda la alegría que podás hacer surgir de los mismos niños y niñas con la ayuda de los títeres, las crayolas, el papel de construcción, la bola y demás materiales que te ofrece la Mochila, tu aliada principal en este viaje del RETORNO DE LA ALEGRÍA.





¿QUÉ CONTIENE LA MOCHILA?

- Títeres
- Goma
- Papelógrafos
- Bolas
- Plasticina
- Hojas blancas
- Marcadores
- Crayolas
- Cinta adhesiva
- Mecate
- Papel de construcción
- Otros materiales

¿CÓMO TE AYUDA LA MOCHILA?



Devolvete en el tiempo y tratá de recordar qué pasaba cuando estabas pequeñito o pequeñita y te golpeabas o te pasaba algo que no comprendías. ¿Te acordás de lo que sentías? ¿Temor? ¿Inseguridad? ¿Rabia? Sentimientos que te hacían VULNERABLE. ¿Recordás cómo te aliviabas cuando tu mamá, tu papá, un hermano o un adulto de confianza venía a tranquilizarte? Ese contacto sanador y de cariño, así como tu habilidad para calmar los sentimientos de los niños y niñas son los que llevás dentro de la Mochila y de tu pecho.

La Mochila te ayuda a motivar al niño o la niña a establecer nuevas relaciones cercanas para restaurar la sensación de seguridad y tranquilidad.

Por eso el uso y cuidado de la Mochila con todos sus elementos es importante. Son herramientas para ayudar a los niños y niñas a aceptar los cambios, las pérdidas de cosas o personas muy queridas y a construir una actitud que les permita hacer frente a lo que les toca vivir.

La Mochila abre puertas en tu comunidad, al igual que la gorra y la camiseta ayudan a que te distingás como parte de esa fuerza joven que trabaja por los niños y niñas por fortalecer las redes de apoyo comunal que hacen crecer las comunidades y por ayudar a reducir el riesgo ante los desastres.

Por eso la Mochila, la camiseta y la gorra te identifican y te hacen ser parte de un equipo que te enorgullecen a ti, a tu familia, a tus compañeros y compañeras de colegio y a tu comunidad.

¿CÓMO USAR LA MOCHILA?



Antes de usar la Mochila tomá en cuenta que para poder ayudar a los niños y niñas tenés que entrar en contacto contigo mismo. Conocerte un poco.

Por eso recordá algunas cosas importantes:

- Debés hacer un esfuerzo especial para ser consciente de lo que percibe tu cuerpo, lo que hay en tus sentimientos, lo que pasa por tu cabeza.
- No olvidés que sos parte de un gran grupo de instituciones y personas que están atendiendo la emergencia y lo que te corresponde es sólo acompañar con el juego al grupo de niños y niñas que te asignan.
- Tené siempre presente que no podés - ni es tu responsabilidad - resolver la situación del niño o la niña víctimas del desastre. Lo que sí podés hacer es tranquilizarlos, darles seguridad, generar el ambiente para que él o ella recupere su sonrisa y para que vos te ganés el nombre de TERAPEUTA LÚDICO.

¿CÓMO "LLEGARLES" A NIÑOS Y NIÑAS?



Escuchando, Viendo, Sintiendo, tres cualidades que te hacen muy RECEPTIVO. Esta actitud es la clave para que tu trabajo con los elementos de la Mochila realmente despierten el interés de los niños y niñas y cumplan con su función de alivio.

Antes de empezar con las canciones, las rondas, los dibujos y otras dinámicas, es importante que percibás el ambiente del lugar donde están albergados los niños y las niñas. Sentí el espacio. Observá cuáles son los niños o niñas que están más callados o irritados, qué están haciendo, mirá sus gestos, en quiénes o en qué están apoyados. Observando vas a tener muchos elementos para asociarlos a los materiales de la Mochila y con ello vas a conseguir el interés y la participación de los niños y niñas.

Recordá que en una situación de emergencia los niños y las niñas han enfrentado situaciones muy difíciles. Experiencias que los llenaron de miedo. Algunos pudieron haber sido arrastrados por una corriente o fueron sorprendidos por un terremoto o vieron como su casa de toda la vida quedó sepultada por un terraplén. Pueden haber perdido a sus seres queridos, sus animales, su ropa, sus cuadernos o sus juguetes favoritos.

Estas experiencias hacen que cualquiera, y más aún los niños y las niñas, se sientan inseguros, nerviosos, angustiados o enojados. Por eso, como dice la canción, hay que saber llegarles y ayudarles a sanar las heridas con sonrisas.

¿CÓMO EMPEZAR?



- Habla suave y con un tono afectuoso y respetuoso para atrapar su atención. Trata de no gritar. No es necesario si sabés despertar su curiosidad.
- Deciles tu nombre, de dónde venís y las razones por las que estás allí. Asegurate de hablar claro y reforzar lo que decís, gesticulando con tu cuerpo. Te estás presentando, estás creando un clima de confianza. Movilizate entre ellos mientras hablás.
- Usá la Mochila, conversá con ella como si desde adentro te estuvieran hablando. A lo mejor uno de los títeres está impaciente por presentarse también. Esto va a despertar mucho su interés.
- Ponete al mismo nivel de ellos, que te puedan ver horizontalmente: ¡sentate, agachate, arrodillate!
- Comenzá a conversar con ellos, motivándoles a que cuenten sus propias historias. Avanzá a su ritmo y, poco a poco, creá las condiciones para invitarles a jugar a partir de lo que les interese.
- Cada edad demanda una forma distinta de comunicarse y establecer lazos de confianza. Delegá responsabilidades a los mayores para que participen.
- Llamalos por su nombre. Es prioritario hacer los gafetes, ya que de esto podés hacer un juego. Quizás otro títere te ayude a pegar los nombres.
- Dale tiempo para que se expresen, procurando no interrumpirlos y mostrando comprensión por los sentimientos que manifiestan.
- Si planificás el trabajo, todo será más fácil, porque así sabrás qué debe hacer cada persona del equipo de promotores y qué materiales utilizar.

CARACTERÍSTICAS Y NUDOS TEMÁTICOS (ARGUMENTOS)

Personalidad	Aporte al Argumento
 <p>Es agresivo, de apetito voraz, muy perezoso y rígido. El mundo es como él dice. Es descalificador, negativo, gritón. Se queja todo el tiempo y de todo. En resumen, es típico cascarrabias.</p>	<p>Debe simbolizar la violencia del desastre. Debe generar impotencia en el público (lo que despierta la inteligencia y la astucia de los otros títeres para burlarlo). No acepta las cosas fácilmente. Por eso los otros personajes deben convencerlo.</p>

Personalidad	Aporte al Argumento
 <p>Egoísta, mentiroso, impulsivo, errático, no piensa, sólo reacciona.</p>	<p>Crea desorden y promueve el caos con sus mentiras. Sus reacciones son promotoras de desastres. Su egoísmo lo lleva incluso a veces a ser ladrón.</p>

Personalidad	Aporte al Argumento
 <p>Noble, fiel, amigable, diligente, organizador, constructor.</p>	<p>Es la columna vertebral de la prevención y la reconstrucción. Sus atributos lo hacen líder.</p>

Personalidad	Aporte al Argumento
 <p>Colaboradora, miedosa, generosa. Encarna la personalidad materna, protectora, nutridora. Indecisa. Habla usando preguntas.</p>	<p>Ella y el miedo no se diferencian, son los nervios caminando, llora fácilmente. Hace que el miedo crezca en el público, pero al final siempre termina escuchando y tranquilizándose.</p>

Personalidad	Aporte al Argumento
 <p>Lenta para todo, pero acertada, sensata, sabia. Tiene una voz gruesa. Razona a punta de refranes populares.</p>	<p>Aporta calma, seguridad. Siempre está dando soluciones realistas. Acoge las buenas ideas y las promueve en grupo. Cree firmemente que el trabajo en comunidad ayuda a solucionar los problemas.</p>

Personalidad	Aporte al Argumento
 <p>Hábil con la palabra, tremendamente ágil e inquieta, buena memoria, consejera, previsor, prudente y trabajadora.</p>	<p>Su astucia para sobrevivir la hace buena consejera. Mañosa en sentido positivo. El principal atributo es su memoria, ya que guarda toda la historia de cada pueblo o comunidad. Es la comunicadora y educadora por excelencia.</p>

LLEGÓ LA HORA DE CERRAR EL JUEGO



Estaban inquietos o solos en algún rincón y los hiciste bailar. Estaban confundidos y les diste buenas pistas para entender lo que les pasó. Estaban tristes y los hiciste reír. Además compartiste con ellos lo que más les gusta: ¡JUGAR!

Por eso no querrán que te vayas. Por un momento fuiste su sanación, así que tu salida debe quedar cubierta por símbolos de los momentos vividos y las herramientas nuevas para afrontar su situación.

Esas ideas y prácticas les ayudaron a construir la buena actitud para reconocer el dolor o la tristeza y no dejarse ocupar sólo de ese sentimiento. Símbolos como "Jacuna Matata", la canción de la película "El Rey León", que significa "no te angusties". Cuando todo estaba perdido, el joven Simba la cantaba.

Los símbolos que te pedimos que construyas para el cierre representan algo que les queda para que después hagan su propio "Jacuna Matata". Puede ser un pedacito de mecate que haya sido parte de la historia con los títeres y que ahora cortarás en trocitos para anudarlo a cada cual en su muñeca como símbolo de solución, y que a la vez les recuerde que la alegría es buena compañía y buena consejera.

Inventá lo que querás, un dibujo o una canción. Lo importante es desarrollar afinidad con el símbolo, para que se convierta en un transmisor de esperanza. Ese símbolo hará que se recojan un poco, que se concentren y busquen un espacio dentro de sí, donde guardarán su significado. Y, por supuesto, ponéte-lo vos y divertite haciéndolo. ¡Por algo sos un o una Terapeuta Lúdica!

COMPROMISO

Como jóvenes voluntarios, prometemos ayudar a los niños y niñas de nuestra comunidad a recuperarse de los eventos de crisis.

Les trataremos con respeto, y los amaremos como si fuesen nuestros propios hermanos y hermanas.

Nunca emplearemos violencia ni palabras hirientes al tratar con ellos, sino les trataremos con dulzura, compasión, paciencia y comprensión.



¡Espero que te haya gustado! Y no olvides de poner la guía en tu mochila...



Esta guía forma parte de los materiales producidos por el Proyecto "Redes Comunitarias para la Prevención de Desastres", ejecutado por la Comisión Nacional de Prevención de Riesgos y Atención de Emergencias de Costa Rica, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF, y Radio Nederland, en las cuencas de los ríos Cañas-Lajas, Pirris-Parrita y Reventazón-Parismina.

El manual está destinado a los jóvenes que actúan como "terapeutas lúdicos" en comunidades afectadas por algún tipo de desastre.

El material ha sido reproducido con el apoyo financiero de la Oficina de Ayuda Humanitaria de la Comisión Europea, ECHO, en el marco de su Programa de Preparación ante Desastres, DIPECHO. Su contenido es responsabilidad de las organizaciones ejecutoras y no refleja necesariamente la opinión de la Comisión Europea.



unicef 

