MANUAL DE TÉCNICAS TERAPÉUTICAS
Y LÚDICAS PARA NIÑOS, NIÑAS
Y FAMILIAS

LA ALFOMBRA MÁGICA

Segunda versión revisada



OPCIÓN
POR LOS DERECHOS DE NIÑAS Y NIÑOS

LA ALFOMBRA MÁGICA:
Segunda versión revisada

© 2013 Corporación Opción
ISBN: 978-956-8112-19-6
Registro de Propiedad Intelectual: 233421

Corporación Opción
Carlos Justiniano 1123, Providencia, Santiago de Chile
Teléfono: 56-223393900
email: corporacion@opcion.cl
www.opcion.cl

Derechos reservados. Los textos contenidos en el presente documento pueden ser utilizados total o parcialmente mientras se cite la fuente.


MANUAL DE TÉCNICAS TERAPÉUTICAS
Y LÚDICAS PARA NIÑOS, NIÑAS
Y FAMILIAS
LA
ALFOMBRA
MÁGICA
Segunda versión revisada

PRESENTACIÓN

Corporación Opción, *desde su creación el año 1990, se ha propuesto como objetivo el generar procesos de intervención innovadores que aporten al desarrollo pleno e integral de los niños, niñas y adolescentes, en un marco donde el respeto por sus derechos y de los principios reconocidos por Convención de Derechos del Niño (CDN) sean un eje central.*

El artículo N°31 del CDN, señala que el Estado debe reconocer a los niños y niñas "el derecho al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad". En ese marco, Corporación Opción ha elaborado e implementado modelos de intervención psicosociojurídicos que, orientados a la resignificación de las experiencias de grave vulneración de los derechos de niñas y niños, también promuevan el ejercicio de sus derechos. A partir de ello es que para Corporación Opción el juego emerge como un derecho fundamental que posee un valor en sí mismo, pero también como actividad que facilita los procesos de intervención. La experiencia acumulada durante estos años ha posibilitado la consolidación e innovación en técnicas, metodologías y estrategias de intervención terapéutica reparatoria que privilegian la consideración de niños y niñas en tanto sujeto de derechos y protagonistas activos de sus propios procesos.

Dentro de esta Línea, Corporación Opción cuenta con 30 programas de atención directa, denominados Centros de Protección Infanto Juvenil (CEPIJ), en las regiones de Tarapacá, Atacama, Coquimbo, Metropolitana, O´Higgins, Aysén y Magallanes. Cada programa es implementado mediante convenio suscrito con el Servicio de Protección Especializada a la Niñez y Adolescencia, y está conformado por equipos profesionales especializados en la intervención reparatoria en violencia, maltrato grave y abuso sexual, brindando atención psicológica, social y legal, a más de 6.500 niños, niñas y adolescentes anualmente.

"La Alfombra Mágica" *fue creada en su primera versión el año 2012, a partir de la experiencia de los equipos CEPIJ, con el fin de reconocer los recursos y la capacidad natural de niños y niñas de jugar y a través de ella; y apoyar la resignificación de las*

experiencias de vulneración vividas. Durante estos 11 años de experiencia acumulada se ha consolidado el valor del juego como metodología de trabajo, no solo con los niños y niñas, sino también mediante la incorporación de sus adultos, convirtiéndose estos en copartícipes de los procesos interventivos.

Esta segunda versión recoge dicha experiencia, así como los aportes de los y las profesionales que la han utilizado en el espacio terapéutico, reformulándose tanto en diseño como en contenidos, manteniendo su uso transversal a distintas edades, conforme a su desarrollo evolutivo y en la modalidad individual o grupal.

La Alfombra Mágica posee dos aspectos distintivos que resultan cruciales de destacar: por una parte, su transportabilidad, lo que permite que pueda utilizarse en distintos contextos (sala de atención, el espacio escolar, etc.) y trasladarse a distintas comunas y localidades. Por otra parte, su flexibilidad. Esto permite la integración de diversos enfoques en la intervención, la incorporación de las necesidades y opinión de cada niño y niña (más allá de su grupo etario), así como su adaptación a la etapa de intervención y los objetivos que se han diseñado en el proceso terapéutico.

Con esta nueva versión de la Alfombra Mágica se espera seguir contribuyendo al trabajo de los y las profesionales que se desempeñan acompañando a niños y niñas en sus procesos de resignificación de las experiencias de vulneración vividas y, por supuesto, a los propios niños y niñas, y sus familias, quienes, con su valentía, recursos y capacidades, son los verdaderos protagonistas de sus historias de aprendizaje, esperanza y futuro.

CORPORACIÓN OPCIÓN

1 EL USO DE LA ALFOMBRA MÁGICA EN EL PROCESO INTERVENTIVO EN CEPIJ

El maltrato grave y el abuso sexual infantil constituyen vulneraciones al derecho de niños, niñas y adolescentes a estar protegidos contra toda forma de perjuicio o abuso físico o mental, malos tratos o explotación, por parte de sus padres o personas responsables de su cuidado*.

La consagración de este derecho supone el reconocimiento que niños y niñas requieren un contexto afectuoso, seguro y protegido para alcanzar un pleno desarrollo y que su opuesto, la violencia, impacta negativamente en su bienestar.

De esta forma, niños y niñas que han visto asegurada una infancia sin malos tratos, podrán ver desplegadas sus potencialidades, alcanzarán una visión positiva e integrada de sí mismos y formarán con mayor probabilidad un proyecto vital sobre el reconocimiento de sus recursos y el respeto a los otros seres humanos que los rodean.

El contexto primordial de niños, niñas y adolescentes es la familia directa y la familia extensa. En este ámbito, un contexto seguro y libre de violencia lo conforman, por una parte, los padres o cuidadores afectuosos, sensibles y competentes, atentos a la protección de niños y niñas; y, por otro lado, la comunidad, la escuela, entre otros, quienes están atentos a la satisfacción de sus necesidades y búsqueda de su bienestar, y a la creación de formas de protección que promuevan la consideración de niños y niñas en su calidad de personas humanas con dignidad y derechos propios. Siendo innegable la responsabilidad de la familia en la crianza y los buenos tratos, no es menos cierto que un alto porcentaje de la violencia ocurre en ese ámbito, por lo que el rol del Estado de reconocer, respetar y promover condiciones favorables para todas y todos sus miembros, sobre todo para aquellos que requieren una protección especial dadas sus necesidades particulares o una mayor vulnerabilidad, resulta fundamental. Por ello es que la intervención de carácter proteccional especializada en programas de atención directa resulta ser un eje importante en los sistemas integrales de protección de derechos. Así también, es deber del Estado asegurar el acceso a los derechos económicos, políticos, sociales y culturales de todas las personas, incluidas las familias,

** Convención sobre los Derechos del Niño art. 19*

como sistema, y las comunidades en las cuales estas se insertan. Cuando algún nivel falla en su capacidad de asegurar protección, los principales afectados son niñas y niñas que son especialmente vulnerables, precisamente, por su etapa de desarrollo.

En ese marco, el desarrollo de procesos interventivos que aborden los efectos que la violencia ha generado en los niños y niñas y sus familias, requiere del despliegue de múltiples herramientas técnicas, que faciliten los procesos de integración y resignificación de las mismas. Es así que metodologías que privilegien lo lúdico, resultan no solo cercanas al proceso de desarrollo de los niños y niñas, sino también naturales, disminuyendo con ello la ansiedad que el proceso interventivo puede conllevar para los diferentes actores.

La Alfombra Mágica surge de la búsqueda de ampliar las posibilidades del juego en la terapia reparatoria de los programas especializados en maltrato grave CEPIJ de Corporación Opción. Es una propuesta integrativa, a través de la cual el terapeuta puede optar por juegos directivos y no directivos, adecuando su uso de acuerdo a una mirada evolutiva y coherente con las necesidades particulares del proceso terapéutico de niños y niñas.

Esta herramienta está diseñada desde un enfoque participativo, en donde cada niño, niña y adolescente escoge y decide la trama del juego, y lo va construyendo sesión a sesión si así lo desea, siendo con ello protagonista de su proceso terapéutico.

2 SET QUE COMPONEN LA ALFOMBRA MÁGICA



La Alfombra Mágica está compuesta por la alfombra propiamente tal y un set de conjuntos de elementos que abarcan el mar, la tierra y el espacio; personas y emociones; la ciudad y su entorno; animales y seres fantásticos, entre otros. Los sets pueden integrarse con otros elementos que el espacio o las personas dispongan. La alfombra es transportable y facilita el estado de juego a los lugares más insospechados; es reversible y puede ser un espacio, un océano, un parque o cualquier otro lugar; es suave y cómoda e invita a extenderse en ella, a respirar profundo, a rodar y a aplaudir. Se puede estar dentro y delimitar un mundo. Se puede estar fuera y contemplarla en perspectiva. Pueden entrar uno, dos y hasta una familia completa.

A) UNA ALFOMBRA REVERSIBLE DE 1,50 X 1,50 METROS.

Por un lado, azul texturado y, por el otro, verde liso. Dicha alfombra se divide en cuadrantes de 30 x 30 centímetros, lo que facilita tanto el uso de espacios más pequeños dentro de ella, como el método para doblarla y guardarla.

B) SETS DE 13 ESTUCHES CON ELEMENTOS:

• **Set de personas:** Este set consta de 53 tarjetas, las cuales están repartidas en dos grupos. En el primero se pueden encontrar personajes que representan personas desde primera infancia hasta la adolescencia; y el segundo, desde la adultez joven hasta la adultez mayor.

• **Set de línea férrea/tren:** Este set cuenta con 30 tarjetas de líneas de ferrocarril, que se pueden trabajar de manera modular. Con ellas los niños y niñas podrán crear diversos caminos o guías para conducir la locomotora.

• **Set de animales:** Este set consta de 24 tarjetas en las cuales se muestran una serie diversa de animales, tanto de granja, salvajes, aves e insectos.

• **Set del mundo marino/océano:** Este set consta de 18 tarjetas las cuales representan elementos comunes del mundo marino, como animales acuáticos, peces, botes, cofres de tesoro y otros.

• **Set de emociones:** Corresponde a una serie de 18 tarjetas que muestran emociones, desde enojo, felicidad y tristeza, etc.

• **Set de situaciones:** Corresponde a una serie de 16 tarjetas que son graficadas de manera individual como grupal, situaciones de la vida cotidiana de niños y niñas.

• **Set de naturaleza:** Cuenta con 14 tarjetas que grafican fenómenos del mundo físico tanto, así como seres. Tales como flores, arcoíris, playa, nubes, etc.

• **Set de ciudad y lugares:** Este set consta de 14 tarjetas que representan elementos comunes de una ciudad, como edificios, casas, plaza, piscina, entre otros.



• **Set de alimentación:** Este material cuenta con 11 tarjetas que representan diversas comidas y bebestibles.

• **Set de seres fantásticos/fantasía:** Este material consta de 11 tarjetas, las cuales muestran diversos personajes de fantasía.

• **Set de profesiones:** Este material de 7 tarjetas contiene la representación de profesiones u oficios. Estas imágenes se encuentran en el set con la denominación de actividades.

• **Set de deportes:** El material muestra en 7 tarjetas a niños y niñas realizando diversos deportes, tales como andar en bicicleta, básquetbol, etc. Estas imágenes se encuentran en el set con la denominación de actividades.

• **Set de tecnología:** El set cuenta con 4 tarjetas que muestran diversos objetos de tecnología cotidianos. Estas imágenes se encuentran en el set con la denominación de objetos.

• **Set artículos del hogar:** Este set cuenta con 10 tarjetas que muestran diversos artículos de uso común en un hogar o casa. Estas imágenes se encuentran en el set con la denominación de objetos

C) SET DE 2 ESTUCHES DE PRENDEDORES Y CHAPAS

Este set incluye 8 prendedores con distintos oficios o roles que el niño o niña puede utilizar para así facilitar la representación de situaciones; y 12 chapas con colores y estrellas.

3 *PROPUESTAS PARA LA INTERVENCIÓN*

1.- JUEGOS QUE PROMUEVEN EL ESTABLECIMIENTO DE UN MARCO RELACIONAL SEGURO, CONFIABLE Y APOYAN LA REGULACIÓN EMOCIONAL

CONSTRUYENDO MI LUGAR SEGURO



Niños, niñas y adolescentes expuestos a violencia crónica requieren sentirse seguros y protegidos en la relación terapéutica. Con este objetivo, la Alfombra Mágica puede jugarse de las siguientes formas:

a) Viajar a un lugar seguro: se puede introducir el juego con el siguiente cuento:



El regalo del Rey (o la Reina)

"Hace miles de años, existió un maestro muy sabio. Todos lo apreciaban mucho porque compartía sus enseñanzas y era generoso con las personas. Sin embargo, él sentía que no era suficientemente sabio y dudaba de sus conocimientos. Como había ayudado al Rey (o la Reina) cuando este había tenido que decidir si ir o no a la guerra (por supuesto, el sabio había aconsejado la paz), el Rey (o la Reina) le regaló una Alfombra Mágica. El Rey le dijo: "Sabio maestro, esta alfombra ayuda a las personasa encontrar su propio lugar seguro. Como tú piensas que no eres suficientemente sabio, te ayudará a llegar al lugar de donde vienen todos los conocimientos". El sabio se subió a la alfombra y viajó y viajó. Enfrentó muchos peligros, pero estaba tranquilo porque sabía que llegaría a su lugar seguro. Cuando llegó al lugar, este era maravilloso y único, hecho solo para él. Como era un sabio, era un lugar de conocimientos. Tomó todos los que pudo y cuando subió a la alfombra, se sintió seguro. Ahora, si no sabía algo o se olvidaba de algo, siempre podía volver. Solo él conocía el camino y ese lugar era solo de él. Como era generoso, compartía sus conocimientos con todos. Con el tiempo, ya no necesitaba viajar. Había aprendido todos los conocimientos y no necesitaba la Alfombra.

Se la regaló a un hombre que necesitaba encontrar su propio lugar seguro para ir a buscar alimentos. Vivía en un pueblo donde se pasaba mucha hambre. Viajaba y viajaba en la Alfombra, enfrentaba peligros, pero finalmente llegaba al lugar seguro y recogía lo que necesitaba. Trajo muchas semillas, las plantaron y tuvieron alimentos. Ya no necesitaba viajar a su lugar seguro, pero sabía que podría volver cuando quisiera. Cuando se hizo viejito, se la pasó a una mujer que también viajó a su propio lugar seguro. Así, la alfombra fue pasando de mano en mano, hasta que me la regalaron a mí para que los niños y niñas puedan viajar a buscar lo que necesitan".

¿Quieres viajar y conocer tu lugar seguro? ¿Veamos cómo es el viaje? ¿Qué encontraremos allá?

Subiéndose a la Alfombra, el niño/a y el terapeuta pueden proponer un viaje mágico a algún lugar donde el niño se sienta cómodo y a gusto, y describir el viaje para llegar a él. Mientras viajan, podemos proponerle preguntas como: en el camino hay altas montañas, ¿cómo harás para pasarlas?, atravesaremos un desierto, ¿cómo harás para atravesarlo? e invitarlo a describir las dificultades que imagina y cómo las sorteará. El lugar seguro es el fin del viaje. Celebraremos la llegada. El niño/a y el terapeuta pueden bajarse de la Alfombra, imaginar, recorrer o dibujar ese lugar. La descripción podrá ser utilizada cada vez que el niño/a experimente ansiedad, favoreciendo la movilización de los recursos con los que allí se cuenta. Utilizando el material del set, el niño puede escoger algunos elementos que le den seguridad e incluirlos en el viaje de vuelta en la Alfombra Mágica y traerlos al espacio de la terapia. En otros momentos del proceso terapéutico, podremos proponer al niño algún otro viaje al lugar seguro a buscar algo que necesitemos para enfrentar algún miedo o emoción o resolver algún dilema o dificultad.

b) La Alfombra Mágica puede ser en sí misma "el lugar seguro" y ser utilizada simbólicamente para estar a salvo de cualquier peligro que el niño pueda representar o experimentar.

Al ser una alfombra mágica, el niño puede dotarla de poderes especiales que le permitirán, una vez arriba de ella, enfrentar en el juego sus temores. Si la Alfombra Mágica es el lugar seguro, el niño/a puede abordar contenidos especialmente amenazantes sobre la alfombra y sentirse protegido cuando está sobre ella. La alfombra puede, por ejemplo, ser el lugar donde se cuentan los secretos o donde se habla del papá o la mamá.

c) La Alfombra puede ser el marco sobre la cual el niño construya un lugar seguro.

Para construirlo, pueden utilizarse los sets de elementos disponibles. El niño construirá este lugar o mundo disponiendo de los principales elementos que lo conforman sobre la alfombra. El terapeuta puede preguntarle por los elementos y por las relaciones entre los elementos dispuestos. Igualmente, el terapeuta y el niño pueden recorrer el mundo seguro y establecer conexiones con la emoción que se experimenta en ese lugar.

En los tres casos, el niño completará la propuesta con sus propias ideas y emociones. El desarrollo de la trama y contenidos del juego, y los elementos utilizados pueden permitir al terapeuta profundizar en la indefensión y desconfianza habitualmente presente en niños y niñas. Siempre se puede volver al lugar seguro y agregar o quitar objetos si es el caso. De la misma forma, si el terapeuta lo estima adecuado, puede ir

ayudando al niño a establecer semejanzas entre el lugar seguro y un lugar en el contexto en el cual vive. Preguntas tales como, ¿conoces algún lugar que se le parezca en tu casa, colegio o en algún otro lugar? ¿En qué se parece? ¿Qué le falta para ser más parecido? ¿Crees que podríamos hacer que se parezca más? ¿Cómo?

MIS PERSONAS SEGURAS



Contando con el set de personas y animales, podemos proponer al niño o niña a invitar a otras personas a este espacio seguro, ya sea para acompañarnos en el viaje mágico o a compartir un lugar dentro de la Alfombra. Podemos abrir el juego señalando al niño:

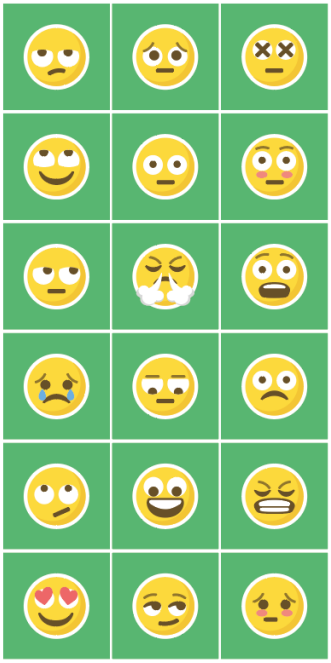
"Hoy te propongo invitar a algunas personas al viaje. Aquí hay personas y animales. Cuando nombres a las personas que quieres que te acompañen, escoge alguna figurita que te parezca que puede ser esa persona y la subes a la alfombra para acordarnos que va con nosotros". Podríamos preguntarle: ¿A quién te gustaría llevar? Y, luego, ¿qué es lo que te gusta de ella? ¿Cómo podría ayudarnos en el viaje?

A continuación, o en otra oportunidad, se le puede preguntar si hay alguien a quien no quiere llevar y ubicar las tarjetas respectivas fuera de la Alfombra. Le preguntaremos respecto de qué es lo que no le gusta de la persona (o personas) que deja fuera. Más adelante en el proceso podríamos profundizar en estas figuras y abordar las dificultades que conllevan, yendo, por ejemplo, en búsqueda de algún elemento en el lugar seguro que sirva como recurso simbólico para enfrentar las dificultades que se presentan con esa persona. Por lo pronto, sabremos que no están invitados en este viaje. Más adelante en el proceso también podríamos invitar a las personas con quien el niño se siente a gusto a "ser de carne y hueso" y subirse a la Alfombra. El niño puede compartir entonces el viaje y el lugar seguro con esa persona especial, amplificando la red de seguridad en el contexto familiar y social.

RESPIRA Y VUELA

Arriba de la Alfombra Mágica podemos imaginarnos elevándonos, flotando y moviéndonos suavemente. Podemos invitar a niños y a niñas a controlar la alfombra con la respiración.

Si la respiración es rápida y entrecortada, la alfombra se mueve para todos lados y estamos muy agitados arriba. Si logramos inspirar y expirar profundo, la alfombra se moverá suavemente y lograremos experimentar la suavidad de su vuelo. Esto ayuda a niños y niñas a tomar conciencia del ritmo de la respiración y a regularla para acompasarla a "un vuelo más tranquilo". El terapeuta puede ejemplificar como respirar. Como están los dos en la Alfombra, las respiraciones de ambos deben ser suaves y profundas. Si el niño lo logra, puede a su vez apoyar al terapeuta a que alcance el ritmo esperado, enseñándole cómo hacerlo. La respiración pausada facilitará en el niño o niña conectarse con las sensaciones corporales y adquirir mayor dominio de las respuestas automáticas, siendo un paso inicial para la discriminación de las emociones a nivel fisiológico.



YO SIENTO

Niños y niñas expuestos a violencia experimentan diversas dificultades en la identificación, reconocimiento y expresión de las emociones, así como en la modulación de la experiencia emocional. El facilitar que los niños, niñas y adultos accedan a las emociones, favoreciendo su reconocimiento e identificación mediante el acceso al correlato sensorial del mismo, constituye un aprendizaje fundamental para la regulación de las emociones y una adecuada expresión de las mismas.

El mapa de emociones es una conocida técnica, utilizada para que los niños/as puedan auto observarse y reconocer la manera en que vivencian las diferentes emociones. Este juego permite que los participantes vayan identificando el lugar del cuerpo en que se manifiestan sus emociones, de tal manera que el o los participantes puedan ampliar y modular su experiencia emocional.

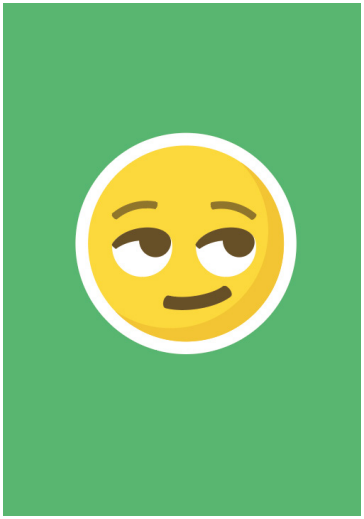
Para jugar al Yo siento, se invita al niño a que identifiquen 4 emociones que experimenta y le asigne a cada una un color distintivo mediante las figuras geométricas disponibles.

Luego se le pide que detecte el lugar del cuerpo donde experimenta esa emoción.

En un segundo momento, elije una silueta del set disponible para ponerla sobre La Alfombra Mágica. Se le pide al niño que ubique en la silueta los colores que representan las emociones escogidas de acuerdo a los lugares de su cuerpo donde las identificó. Es importante señalar que una emoción puede estar repartida en varias partes del cuerpo o concentrada en una sola, no hay limitaciones para su representación.

Una vez ubicados los colores y las emociones, podemos jugar a "Yo siento ...".

Para eso, el terapeuta señala un color y lo invita a completar, por ejemplo: *"Yo siento rabia en ... (algún lugar del cuerpo)" y luego "Yo siento rabia cuando…".*



Adivina que siento

Sentados sobre la Alfombra Mágica, el niño o niña y el terapeuta toman el set de caritas de emociones, promoviendo que el niño o niña discrimine la emoción presente en cada figura. A continuación, despliegan al azar y boca abajo las diferentes láminas del set de caritas de emociones. El terapeuta invita al niño a levantar al azar una carita, a reconocer la emoción y a proponer al terapeuta que adivine qué carita le tocó. El terapeuta ejemplifica diciendo, "Cuando te toque una carita, debes ver de qué emoción se trata y decir "La carita que me tocó es una emoción que se siente cuando...". Si me cuentas una situación o un objeto que te produzca esa emoción, yo intentaré adivinar de qué emoción se trata. Si yo adivino, tú ganas. Si no adivino, nadie gana". La idea es que el niño o niña logre juntar la mayor cantidad de caritas que pueda, ganando un aplauso.

¿Qué te parece el cuento?

El escuchar cuentos en los que personajes experimentan diversas aventuras y experiencias, favorece en niños y niñas el reconocimiento de las emociones en otros e incrementa la reflexividad en torno a la relación entre las emociones y la conducta, y el ejercicio de formas más adaptativas de enfrentamiento de situaciones.

Dividiremos la alfombra en dos. Usaremos los sets de figuras para que el niño pueda armar en un lado de la alfombra las imágenes del relato que contaremos y ubicar las caritas de las emociones que logra distinguir en el mismo. En el otro lado de la alfombra podremos reconstruir el cuento con una resolución más positiva. Si es necesario, se puede trabajar una emoción por sesión.

Podemos usar los relatos breves que se exponen a continuación o crear los propios. Mientras el terapeuta relata, el niño o niña va armando el cuento con las figuras del set correspondiente sobre la Alfombra. Además, dispone de las caritas de emociones para ubicarlas sobre el cuento y señalar cuál emoción es la que distingue. El terapeuta ayuda al niño o niña a buscar y proponer distintas ideas y resoluciones y ver las consecuencias de cada una. Interesa acá relevar que la emoción es legítima y que reconocerla y aceptarla nos permite tomar decisiones que llevan a mejores resultados.



Rabia:

Había una vez un pequeño volcán. Pequeño y todo, siempre cuidaba el bosque que estaba a sus pies. En la mañana, saludaba: "Buenos días, Sr. Bosque" y el bosque le contestaba, "Buenos días, Sr. Volcán". En la noche se despedía: "Buenas noches, Sr. Bosque" y dormían tranquilos. Un día vio unos hombres cortando el Bosque. ¡No lo podía creer! ¿Qué podía hacer?, ¡era el colmo! ¿Cómo podían estar haciendo eso con su Bosque? Pensaba y pensaba, y sentía y sentía, y como no se le ocurría qué hacer...la lava subía y subía, y subía y el crecía y crecía, y de repente...

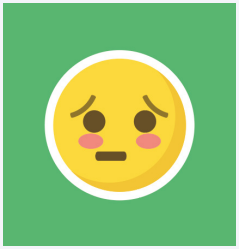
¿Qué crees que sentía el volcán? ¿Cómo sigue el cuento?

Miedo:



Había una vez un león que vivía en la selva. Como todos los leones, vivía con otros leones debajo de un gran árbol. Todos los leones, excepto él, se sentían los reyes de la selva y se acomodaban tranquilamente en su lugar debajo del árbol. Les rugían a las hienas, a los pájaros y a todo animal que en las noches se acercaba. Nuestro león, en cambio, no le rugía a nadie. Pensaba que las hienas eran temibles, que los pájaros podían picotearlo y que en las noches podía venir un gran elefante. No se atrevía a salir del árbol e ir a cazar con los otros. Tampoco se atrevía a ir al lago a bañarse. Un día se armó un paseo al otro lado de la selva, había que caminar mucho y atravesar lugares desconocidos. ¡No se atrevía a ir! Llegó el día del paseo y estaba escondido arriba del árbol. Todos le gritaban que bajara y él no quería. Su mamá subió a conversar con él arriba del árbol y entonces…

¿Qué crees que sentía el león? ¿Cómo sigue el cuento?



Vergüenza:

Había una vez un monito que pensaba que tenía las orejas muy grandes. No le gustaba que nadie las viera así que ocupaba un gorro que le llegaba hasta la nariz. Llegó el verano y el gorro le daba mucho calor, pero no se atrevía a sacárselo, porque no quería que nadie viera sus orejas. Pero tenía tanto calor y transpiraba y transpiraba tanto, que no podía ni jugar con sus amigos. Un día, lo invitaron a un cumpleaños con piscina. Cuando llegaron, su mejor amigo le propuso saltar de guata al agua. Tenía tanto calor que se atrevió a tirarse a la piscina con gorro y todo. Corrió por el borde, saltó y ¡zas!... el gorro se le voló de la cabeza mientras todos lo veían. Salió del agua, su amigo lo alcanzó corriendo muy preocupado, y entonces…

¿Qué crees que sentía el monito? Cómo crees que termina el cuento?

Los otros sets de elementos están disponibles para recrear todas las historias que el terapeuta o el niño pueda imaginar.

II.- JUEGOS QUE APOYAN EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS SOCIALES



JUGAR AL "CÓMO SI"...

La exploración de diversas perspectivas a través de los roles de distintas personas y jugando al Como Si..., facilita al niño el encontrar y ensayar múltiples soluciones a las dificultades que enfrenta en su entorno.

Las chapitas pueden ser utilizadas en cualquier momento y le permiten al niño adoptar el rol de un explorador, de un doctor, de un pintor, de un científico, entre otros. El terapeuta puede invitar al niño a reflexionar en torno a una situación, *"como si fuéramos un científico…", "¿Qué pensaría un científico de esta situación?"*, usando la chapita correspondiente. Podemos invitarlo a la flexibilidad cambiando entonces la chapita por otra. *"Y ahora, ¿qué pensará un explorador de esta situación?"* También se puede invitar al niño a ser un pintor y dibujar, o cuando construye en la alfombra sus mundos, a ser un constructor. *"¿Quieres ser un constructor y armar tu propio mundo? o ¿Quieres ser un maquinista y construir tu línea del tren?".*

MI PROPIO PAÍS

Mi Propio País es un juego que invita al niño o niña a que imagine y cree un país sobre la Alfombra Mágica, abriendo la posibilidad de visualizar recursos y buscar soluciones creativas para las diferentes dificultades que los niños y niñas enfrentan a diario.



Para crear el país, se consideran los sets de elementos, de forma que el niño o niña pueda escoger libremente aquellos que quiere incorporar. Mediante

la asignación de diferentes características a su mundo, el niño o niña va elaborando una imagen enriquecida que se puede ir transformando y moldeando en función del objetivo que el terapeuta haya definido.

Se puede iniciar diciendo: "Te invito a que crees tu Propio País. Utiliza las figuras para representar todas las características que quieres que tenga". El terapeuta construye a la vez su Propio País. Una vez concluida la fase de construcción del país, el terapeuta propone al niño o niña alguna misión especial, que le permita desarrollar su capacidad de resolución y creación. Por ejemplo, presentarse al país vecino, intercambiar recursos, conquistar nuevos territorios, de resolución de conflictos, misiones de paz, ayuda en temas de salud, entre otros. En cada misión, el terapeuta apoya al niño a buscar la solución frente a la pregunta ¿qué harías primero?, ¿qué harías después? y luego le propone ensayar la resolución de la misión con el país del terapeuta. El niño puede proponer misiones al terapeuta. El terapeuta, para resolver su misión, va consultando al niño la adecuación de cada decisión que adopta, de forma que este se involucre en el proceso de resolución que propone el terapeuta. Este último hace énfasis en los antecedentes, las emociones implicadas, la consideración de otros, las soluciones posibles y sus consecuencias. Si ambos aprueban la solución construida, pueden agregar un elemento al país y pasar a otra misión.



MI CASA Y MI BARRIO

Este juego se basa en la técnica de mapa barrial e invita a los participantes a realizar una representación de los espacios físicos en los que viven y transitan cotidianamente sobre la Alfombra Mágica, y utilizando los distintos elementos contenidos en los sets disponibles. El espacio físico en el que se desenvuelven los niños y niñas, tales como su casa, las calles de su barrio por las cuales transitan, su escuela, las personas que circulan u ocupan estos espacios, las rutinas establecidas; constituyen aspectos fundamentales de conocer para la comprensión del contexto físico y emocional cotidiano en el cual se desarrolla el niño o niña y el tipo y calidad de las relaciones que estos y su familia establecen con su entorno. De esta forma es posible constatar la presencia tanto de factores de riesgo como de recursos protectores a nivel sociocomunitario que pueden ser movilizados en pro de la resignificación y reparación

del daño asociado a las experiencias de violencia. Permite elaborar historias individuales o colectivas que se desarrollan en su espacio cercano, las que pueden ir narrando y construyendo en conjunto. Además, permite ir estableciendo estrategias de cuidado y reconocimiento de recursos protectores en el entorno de niños y niñas.

Se le señala al niño o niña: *"Te invito a que entremos a la Alfombra Mágica, en ella vamos a jugar a construir algún lugar que conoces. El que tú quieras"* o *"Te invito a que me muestres cómo es tu barrio". "Lo puedes armar con estas figuras que hay acá".* En cada espacio físico construido, se puede representar las acciones efectuadas, una historia, un recuerdo, las personas involucradas, las emociones y afectos asociados. El terapeuta va apoyando al niño a través de preguntas que permitan al participante describir detalladamente cada lugar, incorporando elementos del mundo afectivo y relacional asociado con los lugares o espacios construidos. Mientras recorren pueden jugar a *"como si estuviéramos en ese lugar"*. El terapeuta facilita la expresión de emociones en torno a las escenas y lugares, alentando al niño a jugar al "como si…", mediante preguntas y comentarios que le permitan ampliar las perspectivas de la escena. Se pueden incluir personas relacionadas y representar una escena en el lugar.

III.- JUEGOS QUE PROMUEVEN LA EXPRESIÓN Y CONSTRUCCIÓN DE NARRATIVAS DE SU HISTORIA Y EXPERIENCIA TRAUMÁTICA



QUIÉN SOY Y DE DÓNDE VENGO

A través de esta técnica lúdica, es posible facilitar una aproximación al sistema familiar de los niños y niñas, y comprender la configuración de la estructura familiar, así como la manera en que se producen y reproducen las pautas relacionales, ya sea que favorezcan o no relaciones nutricias y protectoras entre sus miembros. En la actividad, el niño representa sobre la alfombra a su familia, asignando a cada persona elementos simbólicos para identificar las cualidades y características.

Tomando las figuras humanas, se le solicita al niño: *"Mira estas figuras, con ellas puedes armar tu familia sobre la Alfombra"*. A continuación, se le solicita que busque entre las figuras del set, algo que pueda ser lo más parecido a cómo es cada uno de los miembros. El terapeuta acompaña al niño indagando los objetos simbólicos atribuidos a cada persona y su significado. *"Tu papá es un león", ¿"Cómo es un león?", "¿Qué hace un león?". "Cuando el león se enoja.....Cuando el león está triste.....etc. ¿Con quién conversa el león? ¿Con quién juega?"*. Luego de abordar a todas las personas de la familia, el terapeuta podría preguntarle al niño por algo que les falta y que les gustaría regalarles, tomando alguna otra figura del set. *"Si tu papá es el león, ¿qué le falta? ¿Qué te gustaría regalarle? Puedes escoger alguna figurita que sería como ese regalo"*. El terapeuta, igual que en la vez anterior, puede acompañar al niño interesándose y preguntándole por sus elecciones. Esta variación, les permite a los terapeutas centrarse en uno o varios nudos críticos, ya sea con una o más personas de la familia. Este juego también puede realizarse con todos los miembros de la familia. En este caso, les ayuda a dimensionar las percepciones de cada uno de los integrantes respecto de sí mismos y los otros, y favorecer una mayor empatía y comprensión de las emociones y pensamientos de cada uno.



VIAJE AL ESPACIO

Este juego es la representación gráfica de las relaciones que establece el niño con su medio más cercano e íntimo, incluyendo el conjunto de contactos personales por medio de los cuales el participante mantiene su identidad social e intercambia apoyo afectivo, ayuda material y otros servicios, como información y contactos sociales.

Se solicita al niño o niña que escoja para sí un planeta y luego que escoja a los diferentes planetas que representan a las personas cercanas. Luego se le pide que, sobre la Alfombra, los ubique en relación a su planeta, recreando un sistema planetario, identificándolos con sus respectivos nombres. "*Estos son planetas que forman parte de un sistema planetario, unos más cerca y unos más lejos. Escoge un lugar de la alfombra para poner tu planeta. Imagina ahora que cada planeta representa a*

una de las personas importantes para ti, ahora debes ponerlos en el sistema planetario en diferentes distancias, dependiendo de cuan cercanos o lejanos sean para ti".

Se puede acompañar al niño preguntándole por la cercanía o lejanía de cada uno de los planetas y las emociones asociadas. Se puede preguntar por características de los planetas. Se podría señalar de modo condicional *"¿qué podría hacer ese planeta para estar más cerca?"*. Una variante es aquella en la cual, el niño se ubica al centro de la alfombra y ubica las figuras alrededor suyo.

LAS ESTACIONES DEL TREN



Las experiencias de violencia que se dan al interior de las familias dan cuenta de una dinámica que caracteriza la historia presente y pasada de niños, niñas y adultos. Simultáneamente, en cada historia individual y en la historia familiar, por más dolorosa que sea, es posible constatar recursos o algún aspecto positivo, incluido el mero hecho de haber sobrevivido a condiciones inhumanas. El reconstruir la propia historia de una manera lúdica y poco amenazante, le permite al niño o niña, y a su familia, acceder a recuerdos y episodios dolorosos y a la movilización de recursos disponibles. Esto favorece elementos comprensivos que permitan la resignificación a nivel individual y la reorganización del sistema familiar hacia una forma de funcionamiento libre de violencia para sus integrantes.

Basada en la técnica de construcción de línea de vida, las Estaciones del Tren permite reconstruir la historia pasada, presente y hasta futura del niño o niña, y su familia. Mediante este juego se puede explorar los eventos significativos en las historias de los participantes, identificar los afectos asociados a los hitos históricos, identificar dentro de la historia individual y/o familiar aquellos eventos significados como traumáticos; identificar dentro de la historia individual y/o familiar recursos asociados a experiencias de vida y movilizar y amplificar los factores y elementos resilientes presentes en la historia vital; y favorecer la integración de nuevas perspectivas, incorporando nuevos aprendizajes.

Se cuenta con un set de elementos de variados paisajes: la montaña, el campo, el mar, el desierto, ríos, caídas de agua, bosques, selva, nieve, volcanes, minas, piedras, flores, árboles, iglesias, escuelas, policías, hospital, taller mecánico, puentes, oasis, escombros, riachuelos, señalética. Para la construcción de la vía del tren se cuenta con caminos de piedras, pasto, arena, madera, barro, charcos, hoyos, lomos de toro y una línea férrea.

Se le solicita al niño o niña que construya una vía férrea que representa los años que ha vivido. En esta vía se le pide que incluya diferentes momentos, escogiendo un paisaje y los elementos que mejor expresen la vivencia. Una buena introducción al juego para niños y niñas, puede ser la siguiente: *"te invito a que entremos a la Alfombra Mágica y con las figuras armes una vía y estaciones de un tren. Este es un tren especial. Es el tren de tu vida y las estaciones serán momentos importantes para ti, los que tú quieras".* Al finalizar las diferentes estaciones del tren con sus respectivos paisajes y elementos, el niño se pone la chapita de ferroviario para comenzar a recorrer las diferentes estaciones que ha recreado. Se le indica *"ahora que has terminado de crear las diferentes estaciones del tren, te pondrás esta chapita que te nombra el maquinista de la Alfombra Mágica y recorreremos la línea del tren que has construido deteniéndote en la estación que tú quieras*". Es recomendable que el terapeuta en este recorrido estimule el relato de la historia de los diferentes paisajes que recreó, señalando el momento de su vida que representa, así como el motivo por el cual ese episodio está asociado a ese paisaje y a esos objetos. A partir de la aceptación incondicional de los contenidos expresados, se facilita que el niño o niña pueda ir identificando la experiencia emocional asociada a cada episodio, las dificultades experimentadas y los facilitadores de cada una de ellas. Así mismo, el/la terapeuta apoya la incorporación de elementos y significados que amplíen la comprensión del momento vital.

El camino puede ser recorrido del presente al pasado, del pasado al presente o escoger partir en un punto determinado. También se puede devolver a una estación del pasado y re explorarla. Incluso se puede recorrer hasta el fin de la vía e imaginar cómo continuaría la línea del tren y construirla para explorarla.

Igualmente, el terapeuta puede jugar "saltándose" momentos, o podrá apoyar al niño a tomar distancia en la forma de invitación a ser exploradores en "caminos por conocer" o establecer puentes en momentos que la "vía esté con daños u obstáculos". A nivel familiar, se realizan las mismas instrucciones que a nivel individual. Permite que el sistema identifique y profundice en los hitos relevantes para el niño(a) y su familia, de modo que se co-construyan significados otorgados a los diferentes momentos, clarificando y reconociendo los nudos críticos de la historia vital y familiar.

IV.- JUEGOS QUE APOYAN LA CONSTRUCCIÓN DE UN PROYECTO VITAL Y SENTIDO DE FUTURO



ANTES/AHORA/DESPUÉS

Para asentar los logros obtenidos durante el proceso, apoyar al niño en la visualización de los cambios alcanzados y proyectarlos hacia el futuro, es posible trabajar sobre la Alfombra Mágica, representando, con ayuda del set de elementos, el antes, el ahora y el después. Invitamos al niño a simbolizar sus emociones, pensamientos y actividades en el ahora al centro de la Alfombra. Preguntas apropiadas pueden ser ¿cómo se siente tu corazón ahora? ¿Qué ideas te preocupan ahora? ¿Qué cosas haces ahora que te gustan? ¿Qué te hace sentir cómodo ahora? Preguntas específicas pueden agregarse en relación a su visión de la familia, del colegio, de los amigos, entre otros. Cada respuesta puede simbolizarse mediante algún elemento del set disponible. A partir del presente podemos repasar las mismas preguntas orientadas al pasado y simbolizar las respuestas en el lado izquierdo de la alfombra. La misma invitación podemos orientarla hacia el futuro, con preguntas del tipo ¿cómo te imaginas que te sentirás cuando tengas más años?, ¿qué ideas te imaginas que pensarás? Una vez que el niño ha avanzado en sus propios contenidos, el terapeuta puede apoyar al niño en la construcción de los tres momentos, mediante preguntas como ¿te acuerdas cuando...? o ¿Crees tú que en el futuro...? El terapeuta invita al niño a sentarse a mirar la alfombra y apoya la posibilidad de darse cuenta y establecer relaciones centradas en lo que el niño ha logrado gracias a su compromiso y valentía. La modalidad familiar amplifica este juego a toda la familia y fortalece la integración de la experiencia, la visualización de los recursos y la proyección en el futuro.

VIAJE AL FUTURO



A través de esta actividad, invitamos al niño a proyectar sus recursos al futuro. Mediante los sets de elementos, le proponemos imaginar sus cualidades en un tiempo distante. Para ello le pedimos escoger qué aspectos de sí mismo debe llevar en este viaje y, por lo tanto, nos obliga a recorrer el presente, haciendo énfasis en los recursos actuales. Introducimos el juego señalando: "Tenemos que viajar en la Alfombra Mágica al futuro y necesitaremos todos nuestros tesoros personales para divertirnos y sentirnos cómodos en un lugar que no conocemos y que está muchos años más adelante. Escoge en las figuras, los elementos que te describen hoy día y después pensaremos cuáles tenemos que llevar en este viaje". Apoyamos al niño con la frase "Yo soy…. y me quiero llevar…". Estas preguntas amplifican la autoestima y un concepto positivo de uno mismo. El terapeuta apoya al niño a proyectar cada recurso con afirmaciones como: "¡Excelente! Nos llevamos el cariño y nos será muy útil. ¿Te imaginas en qué situaciones?". Cada aspecto que se lleva al futuro supone un recurso en el presente y que se proyecta al futuro. La alfombra sirve para construir los recursos del presente y luego de escoger los que nos llevaremos, aliviamos la carga de lo que sobra y levantamos vuelo.

LA DESPEDIDA

Así como la alfombra llegó regalada de algún lugar lejano para construir un lugar seguro, una vez construido y habiendo emprendido numerosos viajes, ya no es necesaria. Podemos volver a leer el cuento inicial y entonces, tomar la decisión de dejarla ir para que la ocupen otros niños y niñas que requieren de su ayuda desde el principio. Niños y niñas pueden, arriba de la Alfombra, dibujar un mensaje a los futuros viajantes, escribir algunas líneas de apoyo o emprender el último viaje en conjunto con su terapeuta y su familia para despedirse de sus propiedades mágicas y dar la bienvenida a las fortalezas que ahora están en el centro del corazón, más liviano ahora, tan liviano como la alfombra y el corazón de sus jugadores.

OPCIÓN es una Corporación privada sin fines de lucro, fundada en 1990, con el objetivo de proteger y defender los derechos de los niños, niñas y adolescentes, y diseñar propuestas para mejorar la calidad y eficacia de las políticas públicas.

OPCIÓN brinda atención directa de reparación a niños y niñas que viven situaciones de violencia, maltrato, abuso sexual, explotación sexual comercial, abandono, trabajo infantil, y a adolescentes que han infringido la ley, en programas socio-educativos para su reinserción social.

La Corporación también realiza estudios sobre legislación, políticas públicas e institucionalidad y elabora propuestas que pone a disposición de distintas entidades gubernamentales, comisiones parlamentarias y organismos internacionales. Cuentas con Estatus Consultivo Especial ante el Consejo Económico y Social (ECOSOC) de la Organización de Naciones Unidas, lo que le permite aportar y evaluar el cumplimiento por parte del Estado de Chile con los acuerdos internacionales en el ámbito de infancia y adolescencia.

Para más información, visítenos en www.opcion.cl

ISBN: 978-956-8112-19-6

OPCIÓN
POR LOS DERECHOS DE NIÑAS Y NIÑOS

Servicio Nacional de Protección Especializada a la Niñez y Adolescencia
Ministerio de Desarrollo Social y Familia