

## Un ejemplo de taller de resiliencia: “Bajo el temporal”

Date : 30 abril 2018



Los educadores y los trabajadores sociales sobre el terreno se enfrentan a niños y niñas que a menudo han sido víctimas de las peores agresiones, ya sea el abuso sexual, el maltrato, las guerras, las migraciones, la pobreza, los desastres naturales, etc. Su primera misión consiste en ayudarlos a superar estos traumas e introducirlos en el proceso de resiliencia. Es un proceso largo, complejo y propio de cada uno, pero existe técnicas para fomentarlo.

El desafío de los talleres de resiliencia implementados por el BICE en el marco del programa Tutores de Resiliencia consiste en que los niños y niñas traumatizados vuelvan a tener confianza en sí mismo y en la vida, vuelvan a abrirse a los demás y sean capaces de identificar los factores de protección en los que pueden apoyarse para reconstruirse.

### Talleres de resiliencia desarrollados para los niños y niñas

Gracias a estos talleres de resiliencia, el niño o la niña aprende a expresar el indecible con palabras, dar sentido a lo que ha experimentado e identificar los recursos internos y externos en los que puede apoyarse para salir adelante. Cada taller se enfoca en una etapa específica del proceso de resiliencia y los diferentes factores de protección (individual, familiar y social).

Estos talleres desarrollados por psicólogos especialistas en la infancia se presentan en forma de actividades psicopedagógicas que a menudo son lúdicas. Utilizan diversas formas de expresión con las que los niños y niñas se sienten particularmente a gusto: el juego, el mimo, el dibujo, el

cuento, el disfraz, etc.

Generalmente, el material necesario (papel, lápiz, caja de cartón, etc.) y el principio del taller son sencillos. Sin embargo, las modalidades de realización y el análisis de los resultados son particularmente precisos y requieren una formación de varios días, así como una evaluación a medio plazo para que se pueda adaptarlos mejor al contexto.

El educador tiene a su disposición una verdadera “caja de herramientas” que puede utilizar para acompañar al niño o la niña de la manera más eficiente posible en función de su edad, su trauma, su cultura, su contexto y, por supuesto, su personalidad.

## **El taller de resiliencia “Bajo el temporal” para identificar los factores de protección**

El taller de resiliencia “Bajo el temporal” es uno de los talleres más frecuentemente utilizados. Se pide al niño o la niña que dibuje:

- un paraguas que representa a todas las personas y los objetos que lo(la) tranquilizan y lo(la) protegen,
- nubes que representan todo lo que teme y todas las personas de las que tiene miedo o que representan una fuente de peligro,

y después que explique y comente su dibujo al educador.

Gracias a este ejercicio muy sencillo, el niño o la niña consigue nombrar los sentimientos que siente como consecuencia de los traumas que ha sufrido. Organiza estos sentimientos y les da sentido para que le parezcan menos amenazadores y más fáciles de controlar. Al mismo tiempo, el educador entiende los elementos que el niño o la niña percibe como protectores y los motivos por los que considera estos elementos como tales. Se trata de pistas de trabajo preciadas. Así el educador que entiende mejor lo que ha vivido el niño o la niña desde el interior, está en mejores condiciones para desempeñar su papel de Tutor de Resiliencia.