



# Manual para la promoción de la resiliencia infantil

a consecuencia de catástrofes naturales

## **Autores**

Jorge Barudy

Maryorie Dantagnan

**EDICIÓN**

Fundación “la Caixa”

**AUTORÍA**

Maryorie Dantagnan y Dr. Jorge Barudy,  
con la colaboración de Ian León.

**DISEÑO GRÁFICO Y MAQUETACIÓN**

Àlex Tovar

**ILUSTRACIÓN**

Àfrica Fanlo

© de los textos, los autores.

© de la edición, Fundación “la Caixa”, 2022  
Pl. Weyler, 3 – 07001 Palma

DL: B 2436-2022



# Manual para la promoción de la resiliencia infantil

a consecuencia de catástrofes naturales

Autores

Jorge Barudy

Maryorie Dantagnan



Fundación "la Caixa"

# Índice

<b>1</b>	Introducción .....	<b>p. 7</b>
<b>2</b>	Manifestaciones de sufrimiento en menores a consecuencia de catástrofes naturales .....	<b>p. 8</b>
	<b>a)</b> Respuestas de estrés ante las catástrofes naturales .....	<b>p. 8</b>
	• El riesgo de los trastornos de estrés postraumático	
	• Los trastornos del estrés postraumático en menores	
	<b>b)</b> Impacto en la salud mental infantil de las vivencias de impotencia y desamparo .....	<b>p. 9</b>
	<b>c)</b> Aparición de traumas psíquicos infantiles con o sin manifestaciones somáticas .....	<b>p. 10</b>
<b>3</b>	Manifestaciones de los traumas psíquicos infantiles desde el inicio de la catástrofe .....	<b>p. 12</b>
	<b>a)</b> Los bebés .....	<b>p. 12</b>
	<b>b)</b> Los preescolares .....	<b>p. 12</b>
	<b>c)</b> Los niños y niñas en edad escolar .....	<b>p. 13</b>
	<b>d)</b> Los preadolescentes y adolescentes .....	<b>p. 13</b>
<b>4</b>	Resiliencia infantil y respuesta comunitaria .....	<b>p. 15</b>

<b>5</b>	Contenido del programa para apoyar y promover la resiliencia infantil de los menores afectados por la erupción volcánica ...	<b>p. 16</b>
<b>a)</b>	La resiliencia infantil .....	<b>p. 16</b>
<b>b)</b>	El programa de intervención para promover la resiliencia infantil .....	<b>p. 20</b>
<b>c)</b>	Fases de desarrollo del programa de intervención .....	<b>p. 22</b>
<b>d)</b>	Los dominios. Estructura, objetivos y descripción .....	<b>p. 23</b>
	<b>Dominio 1</b> Lo que ha cambiado .....	<b>p. 23</b>
	<b>Dominio 2</b> Lo que he aprendido .....	<b>p. 24</b>
	<b>Dominio 3</b> Lo que he sentido .....	<b>p. 25</b>
	<b>Dominio 4</b> Lo que he pensado .....	<b>p. 26</b>
	<b>Dominio 5</b> Lo que voy a hacer .....	<b>p. 27</b>
	<b>Dominio 6</b> Lo que deseo .....	<b>p. 30</b>
<b>6</b>	Conclusión .....	<b>p. 31</b>
<b>7</b>	Bibliografía .....	<b>p. 33</b>



*Durante más de 110 años, en Fundación “la Caixa” hemos trabajado para contribuir al bienestar de las personas, especialmente el de aquellas que más lo necesitan. A través de diferentes programas, seguimos fieles a nuestra misión fundacional de velar por la atención a las personas en situación de vulnerabilidad, actuando en diferentes ámbitos: la lucha contra la pobreza infantil; la inserción laboral de colectivos desfavorecidos; la atención a personas mayores y a personas con enfermedades avanzadas, entre otros.*

*A raíz de la erupción del volcán en la isla de La Palma (Canarias) en septiembre de 2021, desde Fundación “la Caixa” hemos querido aportar recursos para fomentar la resiliencia de todos los niños y las niñas de la isla, ya que son uno de los colectivos más afectados. Los menores de edad que se han visto enfrentados a los terremotos, los torrentes de lava escupidos por el volcán, la ceniza y la contaminación del aire, pueden estar viviendo experiencias de miedo, estrés, angustia e incertidumbre.*

*Este manual ofrece a los profesionales un marco de referencia para trabajar la resiliencia infantil, que es la capacidad de los niños de hacer frente a las adversidades, incluso a experiencias traumáticas, para evitar que provoquen daños definitivos en su salud y convertirlas en estímulos para promover nuevos aprendizajes. Además del presente “Manual para la promoción de la resiliencia infantil a consecuencia de catástrofes naturales”, el programa de fomento de la resiliencia infantil que hemos diseñado consta de otros instrumentos: la guía dirigida a madres y padres, para ayudar a sus hijos e hijas a sobreponerse a la situación; el cuento “Érase una vez un volcán” y una libreta de actividades que acompaña el cuento.*

# 1 Introducción

*Compartir tus conocimientos y tus experiencias profesionales y humanas en este momento de la catástrofe por la erupción del volcán ayuda y ayudará a construir y a fortalecer la resiliencia de tu comunidad, lo que permitirá a los niños y las niñas mantener la esperanza en que, a pesar de los daños y el sufrimiento, no todo está perdido.*

**Jorge Barudy y Maryorie Dantagnan**

Las investigaciones sobre el impacto traumático de las experiencias adversas para el desarrollo de la personalidad de la población infantil han permitido profundizar sobre el impacto en los menores afectados por situaciones altamente complejas, como es el caso de la erupción de un volcán.

En nuestro trabajo, enfocado en la atención directa de niños y niñas afectados por traumas, así como en las investigaciones sobre el impacto ocasionado, perseguimos no solo determinar el daño, sino también reconocer los recursos biológicos, psicológicos, sociales y culturales que permiten a los menores resistir al impacto de estas experiencias y, en muchos casos, integrarlas como estímulos para desarrollar capacidades resilientes.

En relación con los significados que elaboran los niños, existen diferencias entre verse afectado por una catástrofe natural y ser víctima de situaciones de violencia o devastaciones provocadas por personas adultas, sobre todo, cuando estas son emocionalmente significativas para ellos. Cuando esto sucede, las consecuencias son mucho más severas, razón por la cual hablamos, en estos casos, de atrocidades humanas, realidad que hemos abordado en diferentes publicaciones (Barudy, J. 1993; Barudy, J.; Dantagnan, M. 2005; Barudy, J., Marquebreucq, A.P. 2006). En esta parte del manual, abordaremos el dolor psicológico visible e invisible provocado por las catástrofes naturales y sus orígenes.



## 2 Manifestaciones de sufrimiento en menores a consecuencia de catástrofes naturales

### a) Respuestas de estrés ante las catástrofes naturales

#### *El riesgo de los trastornos de estrés postraumático*

Las catástrofes naturales y sus estragos suponen una amenaza vital para los niños y las niñas. Por lo tanto, la respuesta de su organismo es de estrés severo. Si esta amenaza perdura en el tiempo y, en consecuencia, la respuesta se prolonga, al agotarse sus recursos naturales, los menores pueden presentar trastornos de estrés postraumático. Es importante recordar que el estrés es una respuesta normal del sistema nervioso cuando se enfrenta a estímulos llamados estresores, que son vividos por el organismo como una amenaza para su equilibrio.

Muchos de esos estresores son saludables, como poner límites a las conductas infantiles cuando son inadecuadas. Pero cuando los estresores son de gran intensidad, se repiten y ponen en riesgo la vida de las personas y, en particular, la de los niños, estos viven sus respuestas corporales como una amenaza vital que produce una reacción o afecto emocional negativo, caracterizado principalmente por miedo, ansiedad, angustia o pánico, y que va acompañada de una sensación de impotencia o pérdida de control.

#### *Los trastornos del estrés postraumático en menores*

Todo lo descrito hasta ahora son reacciones normales al estrés frente a una catástrofe natural. Pero estas reacciones pueden transformarse en un trastorno traumático infantil si la fuente de estrés es de alta intensidad, si dura demasiado tiempo y si el entorno adulto inmediato, por sus propias vivencias de estrés o sus limitaciones personales, no está en condiciones de ofrecer apoyo afectivo y contención emocional a los niños.

Es importante tratar de prevenir respuestas inadecuadas del entorno, como reprimir, culpabilizar o asustar a los afectados. Cuando esto ocurre, existe el riesgo de que las respuestas infantiles normales se transformen en traumas psíquicos.



## **b) Impacto en la salud mental infantil de las vivencias de impotencia y desamparo**

La erupción del volcán y los estragos que le siguen enfrentan a los menores a la desorganización de sus vidas cotidianas, a una serie de pérdidas y, en algunos casos, al riesgo de morir o de perder a sus seres queridos. Muchos niños pierden sus casas, sus objetos personales, sus juguetes e, incluso, a sus mascotas. A esto puede que se sume la destrucción de sus escuelas y de sus espacios de juego.

Si la duración de la actividad volcánica se prolonga y nadie puede decir con exactitud cuándo se detendrá, a lo anterior se le agrega la inseguridad de lo impredecible y del desamparo, pues ni los científicos ni las autoridades, y tampoco sus padres y sus madres pueden saberlo. En ese contexto, nadie tiene el control de la situación y nadie puede predecir lo que sucederá en el futuro.

La sensación de impotencia, de vulnerabilidad y de incapacidad de hacer algo para controlar o resolver lo que sucede durante una catástrofe natural puede conducir, si esto dura demasiado tiempo, al desarrollo de un síndrome de indefensión aprendida (Walter, L. 1980). Este síndrome se caracteriza por una disposición de los niños a creer que, después de lo sucedido, ellos no serán capaces de hacer nada y solo podrán esperar que todo pase o que vuelva a repetirse, lo que les produce temor. Este síndrome se traduce en la vivencia del niño o de la niña del siguiente modo: «Haga lo que haga, no existe ninguna salida», o «Haga lo que haga, nadie puede ayudar a que las cosas cambien». Una forma de prevenir y tratar este síndrome es desarrollar intervenciones como las propuestas en este programa, pues uno de los objetivos principales de las actividades presentadas es brindarles un espacio para que tomen el control de lo que se proponen.

El mensaje implícito que se les transmite es que ellos, junto con el apoyo de las personas adultas significativas, en particular, sus madres y padres, son los sujetos activos principales en las acciones destinadas a mantener sus recursos y energías, y la esperanza de que la situación catastrófica llegue a su fin.



### **c) Aparición de traumas psíquicos infantiles con o sin manifestaciones somáticas**

Al enunciar la aparición de traumas psíquicos infantiles como consecuencia de una catástrofe natural como la que nos ocupa, nos estamos refiriendo a las consecuencias de un conjunto de eventos exógenos que, por su contenido, intensidad y duración, provocan una fuerte sensación de inseguridad, sufrimiento o dolor. Y al mismo tiempo, resulta difícil dar a los menores un sentido o una explicación a ese contenido.

Los traumas psíquicos también pueden ser provocados por traumatismos físicos, pero existen diferencias. Por ejemplo, si un niño o niña sufre múltiples fracturas como consecuencia de un accidente de tráfico, tendrá mucho dolor y miedo de quedar dañado para siempre, pero puede explicarse o comprender lo que le pasó y por qué le pasó. Incluso si ha perdido la conciencia, gracias a la explicación que le pueda brindar un tercero sobre el accidente, el menor puede entender qué sucedió, cómo ocurrió, quién es el responsable, etc. El niño sufre, pero no necesariamente desarrolla un trauma psíquico.

En el caso del trauma psíquico provocado por malos tratos infantiles —ya sea por acción o por omisión de parte de un adulto—, las agresiones que lo provocan también producen inseguridad, sufrimiento y dolor. Pero la diferencia reside en que para el menor resulta mucho más difícil darles una explicación y encontrar un sentido a la razón de que ocurran esas agresiones y precisamente a él o a ella. Esto le resulta más complicado aun cuando el causante de los malos tratos por acción u omisión es un adulto, y más difícil todavía, cuando se trata de un progenitor.

Todas estas experiencias son psíquicamente traumáticas porque resulta muy difícil comprenderlas, simbolizarlas e integrarlas en las memorias explícitas, que son las que permiten desarrollar relatos y recuerdos. En las circunstancias que rodean una catástrofe natural como la erupción de un volcán, los niños y niñas sufren, pero además pueden quedar mentalmente traumatizados, sobre todo, cuando no hay adultos que los acompañen y les proporcionen elementos para entender por qué en la naturaleza pueden ocurrir desastres como estos, cuando es el entorno natural en el que desarrollan su vida.

Cuando esto ocurre, con los instrumentos que proponemos en este programa, las personas adultas estamos ofreciendo explicaciones que les permiten comprender por qué puede pasar un suceso de esta magnitud y, con ello, recuperar los sentimientos de control sobre su entorno mediante el desarrollo de estrategias, no para detener la erupción, sino para autoprotegerse, recuperar la seguridad y desahogar las emociones y sentimientos acumulados en el tiempo (Barudy y Dantagnan, 2007).

Los niños afectados directamente por las consecuencias de la erupción pueden desarrollar traumas severos, pero aún más aquellos que antes de la erupción no habían tenido la oportunidad de ser bien tratados y ya presentaban diferentes manifestaciones del impacto traumático resultado de unos malos tratos. La gravedad de los traumas psicológicos también está relacionada con la reacción de las personas adultas, de las familias y de las instituciones: cuanto más negativas sean estas reacciones, mayor es el riesgo de aparición de traumas psíquicos, que se pueden expresar por una heterogeneidad de síntomas, como los descritos en esta guía.

Este programa tiene como finalidad aportar a los menores afectados, mediante una serie de recursos profesionales, un conjunto de acciones con las que disminuir el riesgo de traumas psíquicos o, si estos ya están presentes, ofrecer a los afectados la ayuda terapéutica a la que tienen derecho.

Las investigaciones sobre los traumas infantiles en situaciones similares nos enseñan que incluso los niños y las niñas que han sido solo testigos presenciales de esos desastres naturales, aun no habiendo perdido a nadie significativo en su entorno familiar, presentan síntomas y respuestas muy similares a los que sí han sufrido esas pérdidas.

Por otra parte, diferentes investigaciones han demostrado que también los niños de zonas cercanas con familiares o amigos que han resultado afectados pueden sufrir igualmente consecuencias traumáticas, pues el desastre puede desencadenar un sentimiento de inseguridad vinculado a la sensación de que también les puede pasar a ellos y en cualquier momento. En este sentido, los rumores y el manejo sensacionalista de estas tragedias por parte de algunos medios de comunicación no hacen más que aumentar la ansiedad y el estrés infantil. Y esto puede ocurrir, incluso, a menores que viven lejos de las zonas afectadas, pero que están al corriente de lo que sucede por los medios de comunicación u otras fuentes de información, lo que explica el interés en que un programa de esta naturaleza se aplique también a esta población infantil.





# 3

## Manifestaciones de los traumas psíquicos infantiles desde el inicio de la catástrofe

No existe una manifestación única y similar de un trauma infantil como consecuencia de una catástrofe natural de esta naturaleza, como es la erupción de un volcán. Como ya hemos señalado, depende de múltiples factores y uno añadido es que el desastre se produzca en una isla, donde las vías de escape están limitadas (solo por aire o por mar).

Las reacciones también dependen de la edad de los menores:

**a) Los bebés** son mucho más influenciados por las inquietudes y la angustia que muestran las personas adultas que los cuidan. Sus manifestaciones son poco notorias, pero ello no quiere decir que no sufran. Cuando están presentes, pueden manifestarse mediante:

- cambios en el ritmo del sueño;
- alteraciones del apetito;
- desviación frecuente de la mirada;
- inhibición;
- llanto, gran irritabilidad y dificultad para calmarse.

**b) Los preescolares** pueden manifestar sus sufrimientos de diferentes formas:

- Pueden presentar conductas y verbalizaciones que expresan miedo, angustia y desamparo por lo ocurrido, sobre todo, si existe el riesgo de que se repita, como es el caso de las réplicas de los terremotos o de las nuevas coladas de lava.
- Con manifestaciones de ansiedad, miedos difíciles de calmar y gran preocupación por la posibilidad de que los dejen solos o de no sentirse protegidos.
- También puede darse la pérdida de ciertas habilidades y logros conseguidos antes de la catástrofe. A veces retroceden en los aprendizajes adquiridos o en sus conductas, y presentan pérdidas del control de esfínteres, entre otras cosas.

- Sus reacciones pueden estar amplificadas por las reacciones de miedo o pánico de su entorno adulto.
- Pueden creer que todo lo que ocurre es por su culpa, sobre todo, si las personas adultas que los educaban antes de la erupción, por ignorancia o por repetición de la educación recibida de sus respectivos progenitores cuando eran niños, usan amenazas para controlar sus conductas, como por ejemplo: «Si no te portas bien, Dios te va a castigar», o bien, «Si te comportas así, va a pasar algo muy malo».

**c) Los niños y niñas en edad escolar** pueden manifestar sus traumas:

- mostrándose, durante y después de la catástrofe, como si estuvieran en alerta permanente;
- sintiendo miedo por todo;
- estando irritables, agresivos e hiperactivos;
- o, al contrario, con inhibición o con respuestas disociativas, es decir, como si estuvieran en otra parte, como si nada les afectara o como si no hubiera sucedido nada, o bien, aumentan su producción imaginaria para defenderse del horror.

**d) Los preadolescentes y adolescentes** pueden:

- presentar reacciones emocionales intensas;
- mostrar irritabilidad;
- volverse más callados e inhibidos;
- presentar problemas de sueño, apetito, volverse más dependientes o todo lo contrario, más opositoristas;
- y otra manifestación posible es la sexualización traumática.





## 4 Resiliencia infantil y respuesta comunitaria

En lo que se refiere a la respuesta del mundo adulto, necesaria para ayudar a la infancia a superar los estragos de una catástrofe natural como la erupción de un volcán, en esta guía queremos insistir en que, para la recuperación de la salud mental infantil después de un desastre natural, resulta fundamental para los menores sentir que las personas adultas y, en especial, sus padres y madres, además de los profesionales de la infancia, colaboren para brindarles el apoyo y el acompañamiento que necesitan para aliviar sus sufrimientos y prevenir la aparición de trastornos de salud mental.

Es indispensable que esta colaboración complemente todas las acciones destinadas a la reconstrucción de todos los espacios que conforman el hábitat infantil, como las casas, las escuelas, los centros de salud, los centros deportivos y otros espacios públicos del entorno, todos ellos, fuentes de cuidados, protección y pertenencia.

Una de las razones de la necesidad de este trabajo comunitario es que, en muchas ocasiones, las catástrofes naturales pueden dejar al descubierto la falta de preparación para enfrentarse con rapidez a sus consecuencias y las dificultades de las personas adultas y de los servicios para auxiliar y proteger a la población aportando los espacios de vida y los recursos necesarios para responder a las emergencias. Cuando esto ocurre, se pueden crear o reforzar las inseguridades de los menores y afianzar representaciones, según las cuales, el mundo creado por las personas adultas es inseguro, peligroso e injusto.

Esto amplifica la angustia creada por la catástrofe y crea condiciones para magnificar la desconfianza y la agresividad de los menores hacia las personas adultas. Por esta razón, los programas que apoyan la resiliencia parental e infantil, como el que presentamos en esta guía, pueden también ser muy importantes y útiles.



## 5 Contenido del programa para apoyar y promover la resiliencia infantil de los menores afectados por la erupción volcánica

Los resultados de estudios sobre el impacto psicológico en menores de las catástrofes naturales, confirmados por nuestras prácticas, nos han enseñado que estas experiencias les provocan estrés y sufrimiento, pero no necesariamente los dejan marcados para toda la vida. Para colaborar en que esto no ocurra, se propone este manual, que expone y explica un programa destinado al apoyo y la promoción de la resiliencia infantil, no solo de los afectados directamente, sino también de aquellos que lo han vivido en zonas más alejadas.

El programa puede llevarse a cabo mediante intervenciones comunitarias en las que madres y padres, así como otros miembros significativos de sus redes sociales, como profesores, profesionales de la salud y otros operadores psicosociales, conviertan a los niños y las niñas en los actores principales.

Por medio de estas propuestas, se intenta orientar las observaciones de las personas adultas que están en contacto directo con la infancia afectada, no solo para detectar su sufrimiento y el daño que estas situaciones puedan haber provocado, sino también para promover y apoyar los procesos naturales, familiares y sociales que facilitan la transformación de sus debilidades en fortalezas y sus recursos de supervivencia en capacidades resilientes, de manera que desarrolle estrategias constructivas con las que hacer frente a las consecuencias nefastas de la erupción del volcán.

### a) La resiliencia infantil

De las múltiples definiciones de resiliencia infantil, hemos elegido la que nos parece más adecuada en el marco de este programa: la capacidad de un niño o niña para desarrollarse bien y para seguir proyectándose en el futuro a pesar de los acontecimientos desestabilizadores, de condiciones de vida difíciles y de traumas, a veces, graves (Manciaux, M.; Vanistendael, S.; Lecomte, J.; Cyrulnik, B., 2003). El desarrollo de esta capacidad está estrechamente ligado a factores que tienen que ver con la interacción del menor con personas significativas de su entorno. «La resiliencia es el resultado de un proceso complejo, el efecto de una interacción entre la persona y su entorno, en particular, su entorno humano. Lo fundamental de esta interacción es la capacidad de estar con las otras personas» (Cyrulnik, B. 1989).



Como profesionales dedicados a la reparación del daño provocado por contextos adversos y por diferentes tipos de malos tratos a menores, y en estos últimos años, a la prevención y el tratamiento del impacto psicológico en la infancia de las catástrofes naturales, podemos testimoniar el constante proceso creativo de los niños, no solo para crecer y desarrollarse, sino también para enfrentarse a las adversidades que les toca afrontar cuando se les rodea de un manto de afectividad y se les proporcionan los recursos adecuados para que puedan tomar conciencia de sus realidades y de sus nuevas alternativas, y afrontar así lo que les provoca temor, estrés y sufrimiento.

En este sentido, es importante considerar el origen de la resiliencia infantil desde una perspectiva dinámica e interactiva. La resiliencia no es un atributo individual innato e independiente del entorno, sino que emerge de la relación del menor con su entorno fundamental: el humano. A lo largo de toda su vida, esta capacidad seguirá influenciada por las condiciones de ese entorno, al mismo tiempo que, gracias a ella, los menores podrán influir positivamente en los miembros de su entorno, en especial, en sus padres. Aunque el concepto de la resiliencia da cuenta de las capacidades que resultan de la interacción social, no niega ni excluye que pueda haber una parte que dependa de aspectos constitutivos de cada persona. Pero, si bien es cierto que los factores innatos determinan la estructura individual y sus límites, no es menos cierto que estos están ampliamente influenciados por el entorno, hasta tal punto que la organización del cerebro infantil depende de la existencia de los cuidados y la estimulación que recibe de parte de las personas adultas significativas, sobre todo, de sus padres (Barudy, J.; Dantagnan, M. 2010).

Diferentes autores, así como nuestras observaciones (Guédeney, A. 1998, Barudy, J y Dantagnan, M., 2005), nos han permitido distinguir un conjunto de factores que facilitan el desarrollo de la resiliencia infantil. La existencia de uno o varios de estos factores explica que los niños y niñas afectados por una catástrofe natural puedan sobreponerse a las consecuencias de estas y, además, seguir creciendo y desarrollándose de manera sana incorporando en su biografía nuevos conocimientos y destrezas resultantes de haberse visto afectados por estas experiencias. Estos factores son:

- Estar siendo criado, en el momento de la catástrofe y después, por la madre o por el padre, al menos, o en su defecto, por una persona cuidadora (en acogida o en adopción) con capacidades parentales mínimamente suficientes, entre las que el apego y la empatía son las más relevantes.
- Recibir el apoyo social y afectivo de adultos y padres de su entorno, y la preocupación de las autoridades y del conjunto de la sociedad.

---

1 Los profesionales autores de esta guía y los miembros de sus equipos de profesionales de la ONG EXIL y del instituto IFIV han implementado programas destinados a la infancia afectada por terremotos, tsunamis e incendios urbanos y forestales de gran envergadura en el Estado español y en todo el mundo.



- Tener la posibilidad de participar en actividades grupales para recibir nutrientes afectivos e información que le permitan encontrar nuevas explicaciones y dar sentido a lo ocurrido.
- Al mismo tiempo, poder expresar, a través de los medios adecuados, dibujos, relatos y juegos, sus vivencias con relación a lo que ha ocurrido, a cómo se siente ahora y a cómo le gustaría estar.
- Poder realizar actividades sociales y de ocio: actividades de tiempo libre, culturales o de apoyo mutuo.
- Participar en actividades creativas como el teatro, la pintura, la escultura...
- Estar en un entorno que apoye y promueva el sentido del humor.

Podemos imaginar esta capacidad que es la resiliencia infantil como el resultado metafórico del trabajo en un telar: para elaborar un tejido, se combinan la lana de las capacidades personales de la infancia con la seda afectiva y social, resultado de las dinámicas familiares y comunitarias bien tratantes, en un telar que vendría a representar un programa como el propuesto en este manual.

De esta dinámica, emerge la resiliencia infantil como la actitud y la capacidad de hacer frente a la adversidad y como un potencial de esperanzas, pues permite el refuerzo y la emergencia de recursos para afrontar otras situaciones difíciles o, incluso, traumáticas.

En el caso de los menores, quienes elaboran el tejido son los «tutores y tutoras de resiliencia» (Cyrulnik, B. 2001, 2003), es decir, personas capaces de proporcionar apoyo afectivo e instrumental a los niños y a las niñas, y además, preparadas para animar conversaciones y actividades destinadas a ayudarlos a encontrar nuevos significados para las circunstancias que dan origen a sus sufrimientos y, por consiguiente, a disminuir el dolor, la culpabilidad y la vergüenza por lo ocurrido.

Del grupo de profesionales que desempeñan de una forma implícita o explícita esta función, merece una mención especial el profesorado. Somos testigos de muchos casos en que niños y niñas sobrevivientes de atrocidades humanas o de catástrofes naturales han podido superar las consecuencias traumáticas de esas experiencias gracias al apoyo reparador que encontraron en la relación con un miembro del profesorado de su centro educativo.

Los tutores y tutoras de resiliencia muestran activamente respeto por los progenitores, reconocen sus dificultades, entregan cariño y reconocimiento a los menores por lo injusto de lo acontecido y los sufrimientos que les ha provocado. Las actividades animadas por los tutores de resiliencia contienen mensajes de confianza incondicional en la capacidad de recuperación de los menores mediante la ayuda que se les proporciona.

La resiliencia infantil en las situaciones que nos ocupan es mucho más que sobrevivir y resistir a una catástrofe, se trata de la capacidad de sobreponerse de manera constructiva a las consecuencias de dichas catástrofes gracias al apoyo afectivo y social de los tutores de resiliencia.

Intentaremos ilustrar este fenómeno con el siguiente ejemplo:

*Una niña de 8 años es alcanzada por la corriente marina provocada por unos de los últimos tsunamis que afectó una región costera de Chile. Esta la arrastra en una dirección que ella desconoce. La corriente es tan fuerte que le produce heridas y magulladuras, y le desencadena la angustia de no poder mantenerse a flote y ahogarse. Para no hundirse, hace uso de todos sus recursos: trata de mantenerse a flote, se agarra a lo que puede para no dejarse engullir por la corriente, hasta que logra subirse a un árbol caído para esperar a alguien que vaya en su ayuda. Hasta ese momento, ha debido movilizar toda su astucia y su perseverancia para no ahogarse. Sus recursos y su fuerza personal le permiten sobrevivir. A este fenómeno le hemos denominado en nuestro enfoque «resistencia resiliente».*

*No obstante, para salir del agua y de la corriente caudalosa necesita que alguien le tienda una mano amiga, no solo para estar a salvo definitivamente, sino también para poder superar el miedo y luego integrar lo vivido como una experiencia que la hará sentirse mejor consigo misma, más fuerte y con más confianza en sus recursos.*

Las capacidades de resistir de menores afectados por una catástrofe natural se puede transformar en resiliencia si, como en el caso de la niña de la historia, encuentran a personas que les tiendan una mano para sacarlos de la situación en la que se encuentran. Esto constituye la primera fase del proceso, la acción. Luego viene la segunda, la solidaridad, que corresponde al conjunto de actos y discursos que brindan apoyo a los afectados. Y, por último, está el apoyo en la búsqueda de sentido, es decir, integrar al menos un sentido positivo en lo vivido para recuperar un desarrollo después de la experiencia. Las personas que tienden esa mano solidaria y amistosa son los tutores de resiliencia, responsables del resurgir, incluso sin saberlo, de cientos de niñas, niños y adolescentes.

Lo anteriormente expuesto nos ha orientado en el diseño del programa que describimos a continuación y, para su realización, animamos a personas e instituciones que quieran asumir el papel de «tutorizar» la resiliencia no solo de los menores de las zonas directamente afectadas por la erupción del volcán, sino también de los residentes en zonas más lejanas.



## b) El programa de intervención para promover la resiliencia infantil

El programa específico para apoyar y promover la resiliencia de los menores afectados por la erupción volcánica que presentamos en este manual tiene como objetivo fundamental ofrecer un material que les permita expresar, hablar y compartir lo vivido, pero también pretende que las personas adultas reflexionemos sobre lo que podemos aportar en esta difícil situación que los menores atraviesan y, todo ello, con la guía y el acompañamiento de tutoras y tutores de resiliencia capaces de promover un ambiente afectivo y estructurado.

El programa está pensado para que los centros educativos sean el lugar irradiador del programa y su material, de modo que los equipos docentes puedan liderar las sesiones. Se quiere potenciar el ritmo propio de cada grupo, por lo que se recomienda flexibilidad en cuanto a los objetivos que se vayan a marcar para cada sesión.

La tarea principal de los tutores y tutoras será organizar y dinamizar la sesiones infantiles que propone este programa en un clima relacional seguro, afectivo y empático. El objetivo del programa es que, mediante el uso de las herramientas facilitadas en el kit de herramientas para promover la resiliencia -el cuento, la libreta de actividades, el manual para profesionales y la guía destinada a padres y madres-:

- promover vinculaciones afectivas seguras y fiables, y siempre que sea posible, mantenerlas después de la intervención de los animadores mediante, por ejemplo, redes de apoyo;
- ayudar a los niños y las niñas a hablar sobre su percepción respecto a los cambios que han podido observar y testificar durante la catástrofe;
- promover procesos relacionales que permitan tomar conciencia, a través de conversaciones, de la condición de haber sido afectados por un fenómeno catastrófico, pero que se encuentra dentro de las leyes de la naturaleza;
- encontrar nuevos significados a lo vivido, así como eliminar los malentendidos o las estrategias inadecuadas de adultos que pudieron haberlos inducido a sentirse culpables, tener más miedo o sentir vergüenza de determinados sentimientos y conductas; esto equivale a ayudarlos a trabajar las representaciones de lo acontecido y sus reacciones;
- facilitar experiencias interpersonales de apoyo afectivo y social a través de mensajes que transmitan a los menores la sensación de aceptación incondicional de sus personas y de reconocimiento de su legitimidad como sujetos, así como de reconocimiento como afectados por una catástrofe, valorando sus recursos y sus capacidades para enfrentarse al sufrimiento y ayudar a los demás;

- participar en actividades en las que se expliciten valores como la justicia social, la solidaridad, la equidad entre hombres y mujeres, y los derechos humanos y de la infancia;
- participar en actividades que permitan el desarrollo de la creatividad y la expresión artística;
- dar a cada niño y niña la oportunidad de reflexionar y ofrecer una idea con la que favorecer su bienestar y el de su comunidad, y potenciar que pueda verse no solo como un afectado de esta catástrofe, sino también como un agente de cambio, protagonista activo de este proceso de reconstrucción.

En esta misma línea, existe una serie de conductas que no ayudarían a promocionar una salida resiliente a los niños y niñas que han vivido una crisis ocasionada por una catástrofe natural. Debemos, por lo tanto, alejarnos de las siguientes conductas a la hora de construir el espacio en el que se desarrollará este programa:

- Culpabilizar a los niños de lo sucedido, sobre todo, relacionar estos eventos catastróficos con los comportamientos de los niños o de otras personas significativas para ellos.
- Atemorizar a los niños con mensajes desalentadores sobre el presente o el futuro, de manera que se infunda, aun sin intención, una actitud pesimista y catastrófica de la vida. Por ejemplo, decirles que nada se sabe de lo que va a pasar en el futuro o asegurar que sus familias nunca más podrán salir adelante, o que es posible que pronto ocurra otra explosión.
- Criticar o burlarse de sus reacciones emocionales basándose en estereotipos de género o culturales, con juicios como «los niños no lloran»; «exagera como su madre»; «es un cobarde que se pasa el día llorando», etc.





### c) Fases de desarrollo del programa de intervención

El programa que presentamos está concebido para que pueda ser desarrollado en un total de 2 o 3 sesiones, manteniendo la continuidad de la última actividad («La cajita de cenizas») el tiempo que se considere necesario. De todos modos, aconsejamos que la cantidad de sesiones se adapte a la realidad de cada centro organizador y al proceso grupal. Por lo tanto, la definición del desarrollo del programa no está estructurada según el número de sesiones que lo componen, sino siguiendo 3 fases distintas de ejecución:

1. Presentación del programa, entrega del material e inicio de la lectura del cuento "Érase una vez un volcán". La fase finaliza con la actividad de la varita mágica incluida en la historia para contribuir a calmar el estrés, el dolor y el miedo creado por la erupción volcánica y sus consecuencias.
2. Presentación de la libreta de actividades y realización de sus actividades para trabajar de forma explícita los diferentes «dominios» en los que se estructura el programa.
3. Realización de la actividad «La cajita de cenizas» para potenciar la creatividad de los menores, pilar fundamental para el desarrollo de la resiliencia infantil. Habrá que mantener la continuidad de este ejercicio el tiempo que se considere necesario.

### d) Los dominios. Estructura, objetivos y descripción

Se ha escogido estructurar metodológicamente el programa de intervención para niños y niñas afectados por la erupción del volcán a través de «dominios», cada uno de los cuales representa una habilidad concreta que resulta necesario promover para que los menores afectados por una catástrofe natural desarrollen una salida resiliente a la crisis que viven.

A continuación, elaboramos una descripción detallada de su justificación metodológica, así como de los factores que deben tenerse en cuenta a la hora de trabajar explícitamente con el material proporcionado en el kit de herramientas.



## DOMINIO 1. LO QUE HA CAMBIADO

### Reconocer los cambios causados por la erupción volcánica y los aspectos positivos que mantenemos a pesar de ello

Ha habido una catástrofe y todo ha cambiado, desde el paisaje hasta las rutinas, los lugares conocidos y las personas cercanas. Ante una situación de cambio drástico, aparecen emociones como el miedo, la tristeza o la rabia, y es necesario explorarlas y expresarlas para empezar a recorrer el proceso que llevará a los niños a encontrar su fuerza resiliente. Esta reside en la capacidad de orientar su perspectiva hacia aquello que sí conservan, tanto lo material como lo relativo a los vínculos y las pequeñas rutinas.

Las personas encargadas de animar pueden empezar a ayudar a los niños transmitiéndoles el mensaje de que incluso en las situaciones más difíciles y estresantes se pueden encontrar y reconocer aspectos positivos que permiten mantener cierto optimismo, y también pueden ayudarlos a recuperar su confianza en el mundo adulto, en sus recursos y en el apoyo y acompañamiento de sus personas significativas.

El primer dominio ofrece un espacio para asimilar esta realidad y reflexionar sobre lo que ha cambiado, pero también y sobre todo, lo que todavía conservamos. A este dominio lo llamamos «Lo que ha cambiado».

Lo encontramos en la primera parte del cuento "Érase una vez un volcán" (páginas 4 a 7). A través de esta parte del libro, se pretende conectar primero con la realidad de cambios de cada uno de los participantes, acercarnos después al miedo o dolor que esos cambios puedan haberles generado y, a continuación, vincular los cambios en sus estados de ánimo con los cambios que estén viviendo a su alrededor, fruto de la erupción volcánica.

En la libreta de actividades proponemos trabajar la conexión con los cambios interiores de cada uno de los participantes mediante la actividad «Las cosas que cambian y las que se mantienen» (páginas 4 y 5). Está pensada para menores de todo el segmento de edades.

#### ACTIVIDAD: «LAS COSAS QUE CAMBIAN Y LAS QUE SE MANTIENEN»

Con el objetivo de implicar a los menores en la participación, la persona que dinamiza la sesión propondrá que expongan cuáles son las cosas que han cambiado a su alrededor. Para ello, deberá asegurarse de que se trata de un espacio seguro para la expresión de las respectivas realidades. Podrán formularse directamente las preguntas de la actividad para incitar el intercambio de sus experiencias y, para ello, se pueden proponer ejemplos como los siguientes: respecto a las cosas que han



cambiado, se puede mencionar que las calles están cortadas, que hay mucho humo y ceniza, que las carreteras están cubiertas de lava, etc.; sobre las cosas que hayan dejado de hacer y teniendo cuidado de no alarmarlos, se puede hablar de su escuela o de otros lugares a los que ya no pueden ir, como un parque en concreto, o de la imposibilidad temporal de visitar a un familiar o a un amigo, por ejemplo.

Una vez que se ha dialogado sobre las cosas que han cambiado, ofrecemos espacio para hablar de lo que sigue estando o sigue funcionando a pesar de la catástrofe. Se puede poner de ejemplo un paseo con un abuelo, un plato de comida favorito, un juguete que se conserve, etc.

Es importante que en esta última parte pongamos especial atención en la capacidad que tienen los niños de reconocer esos elementos de su vida que siguen estando presentes, pues parte del objetivo de esta actividad es precisamente reconocer y apreciar esos aspectos positivos que, al no haber cambiado, permitirán mantener el optimismo y los pensamientos positivos.

Tras cada reflexión, se les pedirá que hagan un dibujo o escriban en su libreta una pequeña descripción sobre lo que ha cambiado y lo que ya no pueden hacer y, por otro lado, lo que aún conservan y lo que siguen haciendo.

## **DOMINIO 2. LO QUE HE APRENDIDO**

### **Explicar de una manera clara y didáctica qué es una catástrofe natural y por qué ocurre**

Debido a la dependencia objetiva de los menores a los cuidados y la educación proporcionados por las personas adultas, existe el riesgo de que los niños lleguen a creer o se les induzca a creer que los eventos estresantes y negativos en sus vidas se producen bien por su culpa, por ejemplo, porque se portan mal, o bien porque se trata de fenómenos sobrenaturales. Como el desarrollo de la resiliencia infantil también tiene que ver con la posibilidad que tengan los niños de obtener de las personas adultas explicaciones veraces y realistas de los fenómenos que los asustan, resulta fundamental en los casos de catástrofes naturales evitar que lleguen a la conclusión de que la erupción volcánica y sus consecuencias están relacionadas con sus conductas o con ciertos fenómenos irracionales, por ejemplo, que sean castigos divinos o que constituyan la concreción de profecías anunciadas.

Por ello, en la historia, este dominio está destinado a explicar el sentido científico de una erupción volcánica, sus causas y sus consecuencias. Y se propone hacerlo de una forma didáctica, creativa y participativa.



Este dominio promueve la creación de un espacio en el que las personas participantes puedan expresar lo que conocen de los volcanes, aclarar dudas sobre su significado y adquirir un conocimiento científico que permita aliviar cualquier sentimiento de culpa o responsabilidad.

El contenido de este dominio, «Lo que he aprendido», se encuentra de forma explícita en el cuento "Érase una vez un volcán" (páginas 8 a 13) y en la libreta de actividades, en la actividad «Las partes del volcán» (páginas 6 y 7).

#### ACTIVIDAD: «LAS PARTES DEL VOLCÁN»

La actividad se inicia preguntando por los conocimientos que tienen los participantes sobre las erupciones volcánicas y permitiendo errores o malas interpretaciones en sus explicaciones. Se puede ayudar a los niños a recordar la parte de la historia en la que se habla de los volcanes. A continuación, se les anima a leer su libreta y a realizar la actividad.

Deberán recortar los dibujos de las distintas partes del volcán y engancharlos en el lugar correspondiente de la silueta del volcán. Se propone que los niños de mayor edad (de 10 a 12 años) escriban su definición en una actividad extra.

La función de los tutores de resiliencia en esta actividad es dirigir el ejercicio de modo que los menores puedan acabar de despejar sus dudas o temores acerca de por qué ha entrado en erupción el volcán y guiar las conversaciones hacia explicaciones que aporten tranquilidad y serenidad.

### **DOMINIO 3. LO QUE HE SENTIDO**

#### **Reconocer y verbalizar las principales emociones que hayan sentido y legitimar sus reacciones ante una situación de miedo y estrés**

Los tutores de resiliencia pueden jugar un papel importante en terminar de ayudar a los menores a aliviar sus sufrimientos y el estrés por lo vivido.

Para lograrlo es importante normalizar los miedos y otras emociones, y reconocerlas como adecuadas. Es necesario acompañar, coger y contener estas manifestaciones, y no descalificarlas nunca como si fueran el resultado de exageraciones, manipulaciones o expresión de problemas injustificados. Es fundamental transmitir que todas las reacciones son normales, todas son respuestas a lo vivido tras enfrentarse a esa situación de estrés. Sus reacciones son respuestas naturales y normales a una situación excepcional o anormal.



El objetivo de este dominio es potenciar un espacio en el que los niños y niñas que participan en la sesión puedan compartir sus experiencias y emociones en relación con la erupción del volcán y sus consecuencias, así como reconocer cuál ha sido la emoción que más presente ha estado.

A este dominio lo hemos denominado «Lo que he sentido» y lo encontramos dentro del cuento "Érase una vez un volcán" (pág. 14 y 15) y en la libreta de actividades, en «La caja de las emociones» (pág. 10 y 11).

#### ACTIVIDAD: «LA CAJA DE LAS EMOCIONES»

Esta actividad tiene por objetivo fomentar un espacio sano para la expresión de las emociones. Consiste en pegar los dibujos recortables de las emociones que cada niño o niña reconoce haber sentido dentro de su «caja de las emociones».

De todos modos, el objetivo también puede fomentarse a través de la guía y el acompañamiento de los tutores y tutoras de resiliencia. Se recomienda que, antes de iniciar la actividad, los menores hayan podido observar las emociones y sus dibujos, reconocer sus expresiones faciales (también presentes en la historia "Érase una vez un volcán") y abrir un debate en torno a cada una de ellas, para tener la seguridad de que saben a qué se están refiriendo los tutores cuando les pidan que peguen los dibujos recortables de las emociones que reconocen haber sentido tras la erupción del volcán.

Y, como seguramente pegarán más de una, se les pedirá que vuelvan a mirarlas todas y escojan la que les parezca más significativa para pegar en ella la estrella de la resiliencia (presente entre los dibujos recortables disponibles para esta actividad). Es importante validar o legitimar todas las posibles emociones reconocidas.

### **DOMINIO 4. LO QUE HE PENSADO**

#### **Reconocer, identificar y legitimar las principales preocupaciones que puedan sentir los menores afectados por una catástrofe natural**

Uno de los factores que permiten a los niños desarrollar su resiliencia es precisamente tener la oportunidad de expresar sus vivencias, ideas, deseos y temores en ambientes afectivos y empáticos. Esto hace posible no solo que pongan estos eventos en su debida perspectiva, sino también que organicen su pensamiento y sus ideas sobre lo sucedido para que las confusiones y las angustias disminuyan. Resulta fundamental en este dominio ofrecer espacios de conversación sobre lo sucedido, dejando que pregunten y expresen sus preocupaciones y miedos a su ritmo; puede ser que necesiten hacer esto varias veces y hay que estar abierto a dar o repetir información que los tranquilice.

A este dominio lo hemos llamado «Lo que he pensado». Lo encontramos incluido en el cuento "Érase una vez un volcán" (página 16 y 17) y tiene por objetivo ofrecer una situación en la que compartir las preocupaciones que puedan tener los menores que participan en el programa.

En la libreta de actividades podremos trabajar de forma explícita este objetivo a través de la actividad «El preocupómetro» (página 12 y 13).

#### ACTIVIDAD: «EL PREOCUPÓMETRO»

Es fundamental para el desarrollo de esta actividad promover un espacio sano en el que los participantes puedan compartir sus preocupaciones inmediatas. Se espera que sean ellos mismos los que puedan verbalizar cuáles son y será preciso generar tranquilidad y serenidad a través de la escucha. Cuando ya hayan podido expresar sus preocupaciones inmediatas, se procederá a interpretar los dibujos en las que se representan algunas de las preocupaciones más habituales en niños y niñas víctimas de una catástrofe natural. Deberán pegar los dibujos con los que se identifiquen sobre la cabeza dibujada para representar sus pensamientos más recurrentes.

Antes de finalizar la actividad, se pedirá a los participantes que peguen la estrella de la resiliencia sobre la preocupación que sientan o hayan sentido más presente en sus pensamientos recientes o pasados.

### **DOMINIO 5. LO QUE VOY A HACER**

**Identificarse con otros territorios que han sufrido catástrofes naturales y con sus habitantes, así como promover que los menores se sientan incluidos en su comunidad y reconozcan el papel que pueden desempeñar en su reconstrucción**

La capacidad de resistencia de los menores afectados por una catástrofe natural se puede transformar en resiliencia. Promover una actitud proactiva y conseguir que centren sus pensamientos en las cosas que pueden hacer para resolver la situación de estrés en la que viven es parte del objetivo de este dominio.

Llegados a este punto del programa, ya se habrán puesto de manifiesto cuáles son las sensaciones y emociones que han sentido los niños y las niñas tras la erupción del volcán, y será posible legitimar sus respuestas y ofrecerles un espacio en el que reconocerlas e indagar en ellas. También se habrán trabajado los pensamientos recurrentes después de una catástrofe. Este es el recorrido de nuestras respuestas a una situación de estrés. Y en tercer lugar, después de lo sentido y lo pensado, resulta fundamental promover el sentimiento de inclusión en la comunidad para reforzar una salida resiliente de la crisis, así como el reconocimiento de que no están solos y de



que hay gente que está haciendo todo lo posible para ayudarlos a superar estos momentos, personas que están trabajando mucho para que la gente esté bien y se sienta segura.

A este dominio lo hemos llamado «Lo que voy a hacer» y una parte de sus objetivos es reforzar el sentimiento de futuro, perspectiva hacia la que es necesario orientar la visión de los niños y niñas sobrevivientes de una catástrofe natural. A este apartado se le da una importancia significativa y se le brinda más espacio en el cuento "Érase una vez un volcán", en las páginas 18 y 19.

También resulta importante poder identificar la experiencia vivida dentro de la normalidad de la naturaleza. Reconocer otros lugares del mundo en los que han sucedido catástrofes similares permite normalizar la situación y, además, saber que otros niños y niñas ya han vivido experiencias muy parecidas y han podido salir más fuertes de esas situaciones ofrece un buen ejemplo frente a algo desconocido e incierto y conecta con su implicación en la comunidad.

En la libreta de actividades trabajaremos explícitamente estas habilidades a través de la actividad «Nuestra cajita de cenizas y buenas ideas».

#### ACTIVIDAD: «NUESTRA CAJITA DE CENIZAS Y BUENAS IDEAS»

Llegaremos a esta actividad después de trabajar el hecho de diferenciar, reconocer y legitimar las emociones y las preocupaciones de los menores que participan en el programa, en tanto que reacciones normales a una situación de estrés, miedo o dolor. Ahora es el momento de generar un espacio en el que puedan expresar de qué modo creen que los miembros de la comunidad están colaborando para que todos salgan de esta situación y ayudarlos a que verbalicen sus ideas sobre el modo en que creen que también podrían ayudar, pues sentirse parte de una comunidad es una de las habilidades que debemos promover para reforzar en ellos una salida resiliente. Esta actividad tiene dos partes:

1. Se recordarán los personajes de Giuseppe, Kim y María del cuento "Érase una vez un volcán" (páginas 14 y 15) y se discutirá sobre sus maneras de ayudar, si les parecen útiles y adecuadas... Sobre todo, es necesario dar la oportunidad de que expresen cuáles son las actividades en las que tienen interés en participar.

Resulta fundamental el acompañamiento y la guía de los tutores y tutoras de resiliencia para generar un espacio seguro y amable que permita la expresión de sus deseos.

Se recomienda seguir los siguientes pasos para la óptima realización de la actividad,

con independencia del tiempo que haya que dedicarle a cada uno de ellos:

- Tras haber conectado con las experiencias de los personajes de la historia, hay que promover un espacio de expresión libre sobre lo que creen que pueden hacer para ayudar. Todas las actividades o ideas que propongan para estar mejor y pasárselo bien sanamente deben ser bienvenidas e, incluso, promovidas, al igual que todas las acciones o ideas propuestas para ayudar a los demás o para organizar actividades de grupo con fines sociales que persigan el bien común y el apoyo a la comunidad.
- Después, deberán escribir o dibujar esa situación en el espacio reservado para ello en la libreta de actividades.
- Se recomienda terminar la sesión del día explicando a los participantes que, para la siguiente sesión, que intenten traer una bolsita con un poco de ceniza del volcán o tierra que tengan en casa.

2. Al día siguiente, al retomar la actividad, se pide a los participantes que vuelquen sus cenizas en una caja que la persona que anima la actividad habrá llevado con ese propósito (debe ser una caja de cartón lo bastante grande para que quepan todos los restos de ceniza de todos los participantes). Puede resultar un momento ritualizado muy especial en el que, uno por uno, vayan vertiendo sus cenizas en la caja compartida.

- Una vez que todos hayan vertido sus cenizas, se les pedirá que abran sus libretas y recorten su dibujo, idea o propuesta. Se les invitará a doblar los papeles con sus «buenas ideas» varias veces, hasta que queden muy pequeñitos.
- A continuación, uno por uno deberán acercarse a la caja de cenizas y enterrar en ella sus «buenas ideas» de modo que no queden a la vista. Así, todas las ideas del grupo quedarán dentro de las cenizas. Metafóricamente podemos decir que, dentro de lo difícil que ha sido esta catástrofe, representada por las cenizas, tenemos mucha esperanza, optimismo y resiliencia. Esto nos permite ver lo bueno en uno mismo y en los demás.
- A partir de ese momento, las personas que dinamizan la actividad deciden el ritmo y la continuidad que más le convenga al grupo para que todas estas ideas o propuestas del grupo lleguen a ser compartidas. Se sugiere que los niños, por parejas, vayan desenterrando las ideas una a una y las vayan compartiendo, enseñando o leyendo al grupo acompañados por el animador. Esto puede hacerse en un día o, de forma gradual, durante la semana.
- La idea es que, por cada dibujo o escrito que se saque de la «caja de cenizas y buenas ideas», pueda abrirse un espacio de expresión sobre la ayuda que podemos brindar en ese campo de trabajo propuesto.



## DOMINIO 6. LO QUE DESEO

### **Conectar con la capacidad creativa de los menores afectados por una catástrofe natural permite visualizar una salida positiva ante una situación de crisis**

Los objetivos principales de esta actividad son elaborar estrategias para que los niños y niñas superen un estado pesimista y, al mismo tiempo, promover la expresión sobre cómo les gustaría estar mediante el desarrollo de la creatividad infantil (por ejemplo, a través de una varita mágica), con el objetivo de superar la impotencia ante una situación nueva y dolorosa.

Este dominio, «Lo que deseo», pretende ofrecer un espacio abierto a la imaginación. Expresar deseos en una situación que parece irreversible permite estimular la capacidad creativa de los participantes e imaginar situaciones positivas y constructivas. Además, ayuda a observar cómo se sitúa cada niño frente a la situación vivida y reconocer así recursos o dificultades que pueden orientar la intervención para apoyarlo o estimularlo.

Este dominio se encuentra al final de la historia y es la única actividad participativa que contiene el cuento "Érase una vez un volcán". De hecho, pretende ser la actividad que concentre todas las reflexiones que se ha ido guiando y acompañando durante toda su lectura. Su realización marca el final de la primera fase.

#### ACTIVIDAD: «LA VARITA MÁGICA»

Cuando se llegue al final de la lectura compartida, el libro pide a los niños y niñas que piensen en cómo les gustaría estar si tuvieran una varita mágica. Es importante que el tutor o tutora de resiliencia pueda potenciar este sentido de la fantasía. Mediante la imaginación, los menores pueden desarrollar sus facetas creativas, que tras las distintas reflexiones que se han ido sucediendo durante la lectura compartida deberían permitir la idea de un momento o un espacio en el que «yo estaré mejor».

Se estimulará que las reflexiones compartidas sobre cómo les gustaría estar si tuvieran una varita mágica se plasmen mediante el dibujo o la escritura en el espacio que el libro habilita para la expresión de los participantes.

## 6 Conclusión

Siempre hay que tener en cuenta que, después de una catástrofe natural, habrá niños y niñas que tendrán más facilidad para recuperarse, volver a ser felices y retomar su desarrollo, pero esto depende de la combinación entre cómo eran y cómo los trataban antes de la catástrofe, el contenido de la catástrofe y lo que la comunidad sea capaz de ofrecerles.

Los menores bien tratados, es decir, cuidados y educados antes de la catástrofe (en otras palabras, con un apego seguro, una buena autoestima y confianza en sí mismos y en el entorno adulto que los rodea), podrán generar con mayor facilidad un proceso de resiliencia. En cambio, aquellos que vivían en contextos familiares o sociales desfavorables, en los que sufrían carencias afectivas o malos tratos, necesitarán más apoyo para recuperar un desarrollo resiliente, pues los contenidos dolorosos de la catástrofe reactivarán o potenciarán los traumas ya existentes.

En estas situaciones es mayor la posibilidad de que los factores de estrés o estresores de las catástrofes agraven los trastornos traumáticos de los menores; entre esos estresores, los más graves son los conocidos como *traumas complejos*<sup>2</sup>. Los contenidos traumáticos de las catástrofes naturales se instalan en niños y niñas que ya tenían diferentes niveles de daños y sus sufrimientos se manifestarán como trastornos conductuales severos, depresión, apego desorganizado y trastornos de la personalidad.

Para promover los recursos resilientes hemos diseñado este manual, que pretende ser una contribución para todas aquellas personas adultas, hombres y mujeres, profesionales y no profesionales, que quieran apoyar y promover las capacidades resilientes de los menores después de esta catástrofe. Este manual es una forma concreta de transformar la teoría de la resiliencia en solidaridad, para que todos los menores y, sobre todo, los más afectados por la catástrofe, es decir, los que ya vivían en contextos desfavorables, tengan la oportunidad de conocer el valor terapéutico del amor, tomar conciencia de lo sucedido para cambiar sus creencias y explicaciones dañinas sobre lo que ha ocurrido, y beneficiarse de los aportes terapéuticos del apoyo social, la creatividad y el humor de los tutores de resiliencia pertenecientes al mundo adulto de sus comunidades.

---

<sup>2</sup> Los traumas complejos son la consecuencia de experiencias traumáticas severas que afectan a los niños y niñas desde edades muy tempranas, incluso durante el embarazo (consumo de alcohol o drogas de la madre embarazada, violencia de género o precariedad social). Si son continuas, múltiples y acumulativas, y a los menores afectados no se les aporta protección ni recursos terapéuticos, la exposición prolongada al trauma alterará el desarrollo de su personalidad.





## 7 Bibliografía

Barudy, J., Marquebreucq, A. P. Hijos e hijas de madres resilientes. Barcelona, Editorial Gedisa, 2006.

Barudy, J., Dantagnan, M. La fiesta mágica y realista de la resiliencia infantil. Barcelona, Editorial Gedisa, 2010.

Barudy, J., Dantagnan, M. Los buenos tratos a la infancia: parentalidad, apego y resiliencia. Barcelona, Editorial Gedisa, 2005.

Barudy, J., Dantagnan, M. Los desafíos invisibles de ser madre o padre. Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental. Barcelona, Editorial Gedisa, 2009.

Cyrułnik, B. Bajo el signo del vínculo. Barcelona, Editorial Gedisa, 1989.

Cyrułnik, B. Los alimentos afectivos. Buenos Aires, Editorial Nueva Visión, 1994.

Cyrułnik, B. Los patitos feos. La resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida. Barcelona, Editorial Gedisa, 2001.

Cyrułnik, B. El murmullo de los fantasmas. Volver a la vida después de un trauma. Barcelona, Editorial Gedisa, 2003.

Guédeney, A. «Les déterminants précoces de la résilience». En: Ces enfants qui tiennent le coup. Revigny-sur-Ornain, Hommes et Perspectives, 1998.

ManCiaux, M., Vanistendael, S., Lecomte, J., Cyrułnik, B. «La resiliencia: estado de la cuestión». En: La resiliencia: resistir y rehacerse. Barcelona, Editorial Gedisa, 2003.

Van Der Kolk y col. «Exploring the Nature of Traumatic Memory: Combining Clinical Knowledge with Laboratory Methods». Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma. Londres, 4, n.º 2 (2001), págs. 9-13.

Walker, L. The battered woman. Nueva York, Harper Perennial, 1980.



Fundación "la Caixa"

Con la colaboración de



**Gobierno  
de Canarias**

Consejería de Educación,  
Universidades, Cultura  
y Deportes

