Trabajo social en conflicto (Setting)

Kit de Herramientas Integral para el Empoderamiento y la Rehabilitación Juvenil



Kit de Herramientas implementado en el marco del proyecto Trabajo Juvenil para la Rehabilitación de Jóvenes Afectados por la Guerra

2024

CC BY 4.0 DEED

Atribución 4.0 Internacional

Eres libre de:

Con fines comerciales. Adaptar: remezclar, transformar y construir sobre el material para cualquier propósito, incluso con fines comerciales. El otorgante de la licencia no puede revocar estas libertades mientras siga los términos de la licencia.

Bajo los siguientes términos: Atribución. Debes otorgar el crédito correspondiente, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se realizaron cambios. Puedes hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de una forma que sugiera que el otorgante de la licencia te respalda a ti o a tu uso. No hay restricciones adicionales. No puedes aplicar términos legales ni medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros de hacer cualquier cosa que la licencia permita.

Avisos: No tienes que cumplir con la licencia para los elementos del material que están en el dominio público o donde tu uso esté permitido por una excepción o limitación aplicable. No se otorgan garantías. La licencia puede no otorgarle todos los permisos necesarios para su uso previsto. Por ejemplo, otros derechos como publicidad, privacidad o derechos morales pueden limitar cómo utiliza el material.

Diseñado y editado por Arturo Ongil Rodríguez.

Co-funded by the European Union

Proyecto cofundado por la Unión Europea

Con contribuciones de:

ÍNDICE

Introducción 6-9

Organizaciones participantes 10-15

El viaje del proyecto 16-17

Investigación 16-209

Introducción: 18-33

Marco jurídico relativo al trabajo juvenil para la rehabilitación de jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados 34-43

Apoyo psicológico y bienestar emocional para los trabajadores juveniles 44-63

Enfoque de sensibilidad intercultural 64-89

Diálogos multiactores 114-117

Del espacio seguro al espacio valiente 118-122

Aprendizaje socioemocional (SEL) para jóvenes trabajadores 123-124

Habilidades de comunicación 124-130

Comunicación NO VIOLENTA y escucha activa 131-148

El papel del arte en el trabajo juvenil para la rehabilitación de jóvenes afectados por la guerra 149-152

Alfabetización mediática 153-159

El proceso de evaluación y la matriz de riesgos 160-183

Acciones locales en el contexto del proyecto 184-191

192-33

INTRODUCCIÓN

Bienvenidos a "Trabajo Juvenil en Conflictos: ¡Kit de Herramientas Integral para el Empoderamiento y la Rehabilitación Juvenil", el resultado del proyecto "Trabajo Juvenil para la Rehabilitación de Jóvenes Afectados por la Guerra"!

El proyecto Trabajo Juvenil para la Rehabilitación de Jóvenes Afectados por la Guerra nació de una necesidad apremiante. Fue escrito entre febrero y marzo de 2022 a partir de la propuesta e iniciativa del socio ucraniano CEI. En medio de la escalada de la guerra, en una situación de precariedad y desplazamiento, se enfrentaban a la insuficiencia del modelo de trabajo juvenil llevado a cabo hasta ese momento ante la creciente emergencia. ¿Cómo hacer trabajo juvenil con jóvenes afectados por la guerra? ¿Cómo entrelazar el trabajo juvenil con el trabajo de emergencia? ¿Cómo mantener viva la educación para la paz en tiempos de guerra? ¿Cómo lidiar con la condición de estrés y agotamiento que los propios educadores experimentaban al compartir el trauma y el impacto de la guerra con los jóvenes con los que trabajaban? ¿Cómo puede el trabajo juvenil seguir siendo una herramienta para la construcción de comunidades y el apoyo a la resiliencia de las comunidades locales? Estas son sólo algunas de las preguntas de las que surgió este proyecto, preguntas que se desarrollaron en un contexto de casi total ausencia de literatura sobre la relación entre el trabajo juvenil y la guerra.

Consideramos una prioridad trabajar en el desarrollo de herramientas y enfoques de trabajo juvenil con jóvenes de contextos de conflicto armado, principalmente por razones demográficas. Se estima que 408 millones de jóvenes (o el 23% de la población mundial de entre 15 y 29 años) viven en un contexto afectado por conflictos armados o violencia organizada, lo que significa que 1 de cada 4 jóvenes se ve influenciado diariamente por guerras o conflictos armados de alguna manera. 11 millones de estos jóvenes están desplazados, la mayoría en países vecinos donde siguen siendo vulnerables. Y se han firmado más de 900 acuerdos de paz a nivel mundial en las últimas dos décadas, a través de negociaciones en las que las voces de las generaciones jóvenes han estado en gran medida ausentes.

El proyecto está cofinanciado por la Unión Europea bajo el programa Erasmus+ y es una asociación de cooperación en acción juvenil destinada a promover el desarrollo de la cooperación entre organizaciones activas en el campo del trabajo juvenil. Nueve organizaciones formaron el consorcio del proyecto con el objetivo de construir una asociación con elementos complementarios.

4o

Algunos números del proyecto:

Aproximadamente 90 trabajadores juveniles implicados
180 jóvenes beneficiarios de actividades locales experimentales
1 seminario, una capacitación, un taller y un kit de herramientas
1 conferencia internacional, en línea y presencial, con aproximadamente 75 participantes
9 actividades de difusión locales que involucraron a un total de 180 operadores

Nuestro proyecto ha sido un camino de investigación del cual probablemente sólo hemos arañado la superficie; un trabajo de investigación, experimentación y modelado que comenzó tratando de comparar experiencias, contextos, enfoques y distintas historias y tradiciones del trabajo juvenil, no en busca de una receta definitiva y herramientas, sino de algunas pistas de trabajo. El resultado es una narrativa coral, más de 20 educadores y formadores han contribuido al resultado del kit de herramientas, y un mosaico compuesto por la revisión de modelos y enfoques clásicos del trabajo juvenil a la luz del contexto y del objetivo específico con el que trabajamos, reflexiones y consejos sobre la implementación de actividades educativas con jóvenes afectados por la guerra, propuestas de actividades y narrativas de experiencias personales.

Los jóvenes afectados por la guerra no son un grupo homogéneo, ante todo respecto a la experiencia y la escala de violencia. Tenemos contextos, como el de Ucrania, donde vemos violencia organizada a gran escala que impacta en todo el sistema educativo, formal, no formal e informal, donde el trauma por la violencia es palpable. Tenemos contextos como el de Polonia, donde la recepción de emergencia a gran escala ha llevado en primer lugar a una respuesta estandarizada a las necesidades esenciales, descuidando la dimensión educativa y de desarrollo personal del individuo, donde las personas, aunque fuera de peligro, experimentan emociones contradictorias hacia el país que han dejado y fuertes dificultades con sus decisiones de vida (si invertir en la integración en el país de acogida o aspirar a regresar). En Francia, Italia, Alemania y España, el grupo objetivo de jóvenes afectados por la guerra está compuesto principalmente por adultos jóvenes y menores no acompañados que tienen detrás un complejo camino migratorio en condiciones altamente vulnerables. Estos jóvenes tienen que construir un camino de integración, a menudo con bajos niveles de educación y sin el apoyo de ninguna red social, jóvenes cuyo riesgo de replicar un trauma es continuo. Luego tenemos contextos como el de Armenia y Azerbaiyán, que experimentan la guerra entre los dos países; en este caso, la prioridad para el trabajo juvenil es la deconstrucción del lenguaje de odio y la prevención de la radicalización; estos son contextos donde el trabajo juvenil se convierte en un puente de conocimiento mutuo y diálogo. Y finalmente, contextos como el de Kosovo, en sociedades denominadas postconflicto, donde la sociedad está fuertemente dividida y polarizada a lo largo de líneas étnicas y el trabajo juvenil se centra en construir espacios de encuentro y conocimiento mutuo. Cada uno de estos contextos ofrece una visión diferente de los jóvenes afectados por conflictos violentos de la cual se ha podido aprender mutuamente y cuya riqueza esperamos dar a conocer en el marco de esta conferencia.

[1] **Fortalecimiento del papel de los jóvenes en la prevención y resolución de conflictos**, Informe del Comité de Cultura, Ciencia, Educación y Medios de Comunicación de la Asamblea Parlamentaria del Consejo de Europa, Ponente: Sra. Inka HOPSU, Finlandia, Grupo de Socialistas, Demócratas y Verdes

IINTRODUCCIÓN

El proceso de investigación y aprendizaje desarrollado por los socios durante el proyecto comenzó con un análisis de las necesidades de los trabajadores juveniles que trabajan con estos grupos objetivo de jóvenes en los 9 países socios. A partir de esta primera fase de investigación, desarrollamos módulos de capacitación, actividades locales experimentales, y todo esto se consolidó en el kit de herramientas.

El aprendizaje más significativo del proyecto radica en la visión de los jóvenes que buscamos promover. El trabajo juvenil implica inherentemente una visión de los jóvenes:

- Ver a los jóvenes como vulnerables puede llevar a un enfoque protector, centrado en sus deficiencias.
- Ver a los jóvenes como desviados o potencialmente peligrosos puede resultar en un enfoque securitario, destinado a prevenir comportamientos antisociales.
- Considerar a los jóvenes como consumidores puede priorizar iniciativas centradas en la imagen sobre el desarrollo a largo plazo.
- En última instancia, abrazar a los jóvenes como individuos capaces y creer en su resiliencia y contribuciones a la sociedad es fundamental.

El aprendizaje clave del proyecto es navegar entre estas diferentes visiones de los jóvenes:

- Reconocer el trauma y la complejidad de las experiencias de los jóvenes con los que trabajamos sin reducirlos únicamente a víctimas.
- Reconocer el papel que los jóvenes pueden desempeñar en la polarización social, mientras se aboga por su potencial como pacificadores.
- Equilibrar proyectos de impacto a corto plazo con procesos educativos sostenidos y construir relaciones de confianza con los jóvenes.

El trabajo juvenil debe acercarse a los jóvenes con una mentalidad positiva y con propósito, reconociendo su humanidad y potencial. Dos conceptos, **Ubuntu** y **vulnerabilidad**, son particularmente relevantes:

Ubuntu es un concepto encontrado en lenguas habladas principalmente en el área del continente africano, y se refiere al ritual de saludo cuyo intercambio funciona así: YO TE VEO, a lo que la otra persona responde YO ESTOY AQUÍ. Hasta que el Otro no me vea, no estoy aquí, o, 'soy lo que soy por virtud de lo que todos somos'. Este concepto habla de derechos pero también de responsabilidades, del individuo pero también de la comunidad, de la interrelación entre todos los seres vivos. Este concepto nos parece importante y generativo en la perspectiva del trabajo juvenil en contextos afectados por la violencia de la guerra, primero para VER a los jóvenes, reconocerlos, sin instrumentalizarlos, y ser reconocidos por ellos como adultos de referencia incluso cuando todas las figuras de cuidado a su alrededor están en crisis o fallan; para hacer que toda la comunidad reconozca a los jóvenes como un grupo social prioritario en el que invertir incluso en tiempos de guerra, y para hacer que el trabajo juvenil sea reconocido como esencial en contextos de violencia.

El segundo concepto se toma del trabajo de la investigadora Brené Brown y es el concepto de **Vulnerabilidad**. Lo que nos hace vulnerables es lo que nos hace humanos y, por lo tanto, valientes, empáticos, capaces de cometer errores, planificar, actuar y desarrollarnos. No podemos, al mirar a los jóvenes afectados por la guerra, simplemente observarlos en sus vulnerabilidades, sino que debemos ayudarles y acompañarles a reconocer en sus vulnerabilidades sus habilidades y su potencial.

A lo largo de esta publicación se abordan varios temas fundamentales para el trabajo juvenil con jóvenes afectados por la guerra:

- Autocuidado y prevención del agotamiento para los trabajadores juveniles.
- Asegurar un enfoque salutogénico en el trabajo con jóvenes.
- Abordar la radicalización y el atractivo de la guerra.
- Promover la paz y la no violencia, y empoderar a los jóvenes frente a la violencia.
- Utilizar herramientas artísticas en el trabajo juvenil.
- Desarrollar competencias interculturales para cerrar brechas entre los jóvenes recién llegados y la comunidad local.
- Construir redes sociales constructivas alrededor de los jóvenes.

Juntos, estos temas proporcionan un marco integral para involucrarse con y apoyar a los jóvenes afectados por la guerra.

Te deseamos una buena lectura y te pedimos que nos envíes tus comentarios, reflexiones y experiencias para que la investigación pueda avanzar y la comunidad de práctica del trabajo juvenil en contextos afectados por la guerra pueda crecer y desarrollarse.

ORGANIZACIONES PARTICIPANTES

CENTRO DE ESTUDIOS SERENO REGIS

serenoregis.org

Asociación fundada en 1982. Nuestra misión es promover una cultura de paz y no violencia. Nuestro objetivo es abordar todas las formas de violencia: directa, estructural y cultural, y organizamos nuestros esfuerzos en torno a tres pilares: investigación, educación y, finalmente, acción no violenta. La no violencia significa comprender y reconocer que todos estamos interconectados y que nuestras acciones deben ser siempre reversibles.
Estamos comprometidos en 6 áreas de acción:

Alternativas a la guerra: Exploramos la historia de las luchas no violentas y apoyamos los procesos de reconciliación después de la violencia; estudiamos los efectos de la guerra y la posible conversión de la industria militar; apoyamos intervenciones civiles en zonas de guerra.

Educación para la paz: Apoyamos las capacidades innatas de los jóvenes para enfrentar la violencia de manera no violenta, promovemos metodologías educativas inclusivas, participativas y no formales, así como un enfoque no violento tanto en la enseñanza como en el aprendizaje.

Biblioteca: Mantenemos la biblioteca más grande de Italia sobre temas de paz y no violencia, y preservamos los archivos históricos de los movimientos no violentos.

"Poder del Pueblo": Apoyamos procesos de democracia participativa en comunidades locales y dentro de las asociaciones de la sociedad civil; promovemos la conciencia sobre la importancia de la no violencia. Fomentamos la conciencia sobre el papel de los medios de comunicación en el apoyo a la violencia, promovemos el activismo mediático y difundimos la idea del periodismo de paz.

Medio ambiente: Apoyamos la difusión del "Paradigma Gaia" y nos enfocamos en la sostenibilidad y el control social sobre las formas de producción, además de resaltar los efectos de la guerra en el medio ambiente.

Arte y no violencia: Profundizamos en el enfoque artístico como herramienta para la capacitación y reconciliación, así como una herramienta de concienciación y reconciliación.

CENTRO DE EUROINICIATIVAS

www.eu.sumy.ua

Centro para Euroiniciativas es una organización pública sin fines de lucro que tiene como objetivo asistir en la reforma de Ucrania de acuerdo con los estándares europeos, introducir valores democráticos y desarrollar la sociedad civil en Ucrania utilizando metodologías educativas e informativas. Fundada en 2008, y anteriormente conocida como Centro para Iniciativas Europeas, nuestra organización es un equipo de expertos en trabajo juvenil con experiencia internacional, líderes juveniles, entusiastas y voluntarios.
Ponemos mucho empeño en conseguir estos objetivos:

- **Desarrollar programas educativos e informativos dirigidos a la cuestión de la integración europea para los ciudadanos de Ucrania.**
- **Desarrollar programas educativos para jóvenes enfocados en liderazgo, tolerancia, respeto de los derechos humanos y concienciación sobre los valores democráticos.**
- **Desarrollar programas de intercambio juvenil entre jóvenes de Ucrania y jóvenes de otros países con el propósito directo de eliminar estereotipos y fomentar el diálogo y la colaboración multicultural.**
- **Desarrollar programas de intercambio internacional para representantes de profesiones.**

- **Desarrollar programas dirigidos al intercambio de ideas y desarrollo de colaboración entre grupos profesionales.**
- **Desarrollar un programa enfocado en el desarrollo de Euroclubs juveniles, tanto a nivel local como nacional.**
- **Desarrollar programas orientados a la promoción del movimiento de voluntariado a nivel local, regional, nacional e internacional.**
- **Desarrollar programas dirigidos a la formación de una posición social activa en los jóvenes.**
- **Ayudar a formar una cultura de paz a través de la implementación de educación informal y educación en derechos humanos.**
- **Promover las ideas de paz, unidad nacional, derechos humanos, igualdad de género y valores democráticos en la sociedad ucraniana.**
- **Desarrollar programas dirigidos a fomentar la conciencia ecológica y una actitud responsable hacia el medio ambiente.**

Estos objetivos se alcanzan a través de nuestro trabajo continuo con la comunidad local en nuestra ciudad y región, y mediante la implementación de iniciativas internacionales con la ayuda de nuestros socios en toda Europa.

Desde 2017, la organización ha gestionado un Centro Oficial de Información para Juventud Erasmus+ en Ucrania. El Centro proporciona información sobre oportunidades para jóvenes y organizaciones juveniles dentro del programa Erasmus+ y apoya a las partes interesadas en la implementación de sus proyectos.

Red de Jóvenes Embajadores de la Paz Francia

https://ypa.network/

La **Red de Embajadores de Paz Juveniles** fue creada como resultado del programa de 3,5 años del Consejo de Europa, que comenzó en 2011. Su misión es desarrollar una cultura de paz mediante el empoderamiento de los jóvenes, promoviendo los derechos humanos, la dignidad, la igualdad y el respeto por la diversidad a través de la educación, la defensa y otras acciones. Uno de los enfoques principales de la organización es la participación activa en acciones orientadas a los derechos humanos. Las actividades de la organización se centran en 3 áreas principales: derechos humanos en general, igualdad de género y educación en derechos humanos. El objetivo de nuestras actividades es aumentar la conciencia sobre los derechos humanos, la tolerancia, la igualdad, el racismo, la discriminación, la cultura de paz, el nacionalismo y el diálogo intercultural, junto con el trabajo por la paz y la transformación de conflictos.

YPAN Francia es una nueva organización en el ámbito de Erasmus+, sin embargo, reúne a miembros y colaboradores con experiencia en el diseño e implementación de proyectos dentro del ecosistema Erasmus+.

¡Peace up!

Verein für Friedenspädagogik und gewaltfreier Konflikttransformation

Peace Up! es una ONG creada en 2020.
Peace Up! es una organización juvenil que reúne a jóvenes de entre 18 y 35 años. La organización está dirigida por jóvenes y todas las actividades se llevan a cabo y organizan para y por jóvenes. Colaboramos con jóvenes, trabajadores juveniles, artistas y, en general, con jóvenes interesados en los temas de la consolidación de la paz, la transformación de conflictos, la curación de traumas, la superación del pasado y los derechos humanos.

ORGANIZACIONES QUE PARTICIPAN:

Los objetivos de la organización son:

Promover la teoría y práctica de la educación para la paz, la transformación no violenta de conflictos y el trabajo de reconciliación a nivel local, nacional e internacional.

Aumentar la conciencia pública sobre las ideas del trabajo por la paz y la no violencia.

El propósito de los estatutos se realiza particularmente a través de:

- **Organización y realización de seminarios, talleres, cursos de capacitación y formación continua en la teoría y práctica de la educación para la paz, la transformación no violenta de conflictos y el trabajo de reconciliación.**
- **Producción y difusión de materiales, trabajos científicos y productos culturales sobre los temas de educación para la paz, transformación no violenta de conflictos y trabajo de reconciliación.**
- **Organización de eventos y trabajo de relaciones públicas en los campos de paz, derechos humanos, construcción de paz, medio ambiente, reconciliación en sociedades divididas, derechos de las minorías, intercambio intercultural y justicia de género, que sirvan para promover la educación general.**
- **Trabajo juvenil y participación en la educación de la juventud en las áreas mencionadas anteriormente. Organización de eventos culturales, conferencias, viajes de estudio, encuentros internacionales y asesoramiento para instituciones educativas (extracurriculares), y formación.**

Asociación de libre-pensadores de la sierra (LPS)

La **Asociación de Libre-pensadores de la Sierra de Madrid (LPS)** es una organización cultural gestionada por jóvenes de la región de Madrid. Se inició en 2013 a partir de un grupo informal de amigos motivados por la necesidad de colaborar con instituciones relevantes en el campo de la transformación social a través de las artes, la educación y el deporte.

La organización tiene como objetivo promover procesos participativos inclusivos con jóvenes y la difusión de una cultura de respeto, defensa de los derechos humanos y valores democráticos.

Las actividades de la organización comenzaron en 2013, participando en más de 30 eventos, talleres y acciones en España y otros países europeos (Países Bajos, Bélgica, Francia, Portugal y el Reino Unido).

LPS es miembro de la Red de Embajadores de Paz Juveniles y ha participado en acciones de construcción de paz y comunicación no violenta. La organización ha establecido una colaboración sostenible con los gobiernos locales en la región noroeste de Madrid, facilitando la participación de los jóvenes en diferentes procesos de toma de decisiones, organización de talleres, formación y eventos culturales.

Local Peace

Local Peace es una organización no gubernamental con sede en Leposavic, Kosovo. Su objetivo principal es trabajar en el proceso de construcción de paz en Kosovo, centrándose en un enfoque de abajo hacia arriba. Esto significa que **Local Peace** se enfoca en trabajar con los ciudadanos de Kosovo y su papel en el proceso de construcción de paz y reconciliación.

La ONG **Local Peace** trabaja principalmente con jóvenes y su objetivo es dotarlos de habilidades y competencias en derechos humanos y educación para la paz.

SAGLAM DUSUNCE GENCLER TESKILATI ICTIMAI BIRLIYI

www.csyo-az.org

"COMMON SENSE" Youth Organization fue fundada por un grupo de jóvenes como una organización no política, sin fines de lucro y no gubernamental en la ciudad de Sumgait en 2006. La **"Common Sense" Youth Organization (CSYO)** tiene 15 años de experiencia trabajando a través de la educación no formal, concentrándose en el trabajo juvenil, el voluntariado, la construcción de paz, la economía social, la ciudadanía activa y la participación. Contamos con más de 90 miembros que nos apoyan y ayudan en nuestras actividades.

Los principales objetivos de nuestra organización son:

- **Destacar la importancia de la educación no formal en el proceso de aprendizaje a lo largo de la vida.**
- **Concienciar a los jóvenes sobre su responsabilidad cívica y aumentar la ciudadanía activa.**
- **Promover un estilo de vida saludable y mostrar las consecuencias de los malos hábitos.**
- **Incrementar la conciencia ambiental y la importancia de la protección del medio ambiente entre los jóvenes.**
- **Defender los derechos humanos y la igualdad.**
- **Apoyar la construcción de la paz y la prevención de conflictos.**
- **Promover el concepto de emprendimiento social.**
- **Apoyar a los escolares y estudiantes locales en su proceso de autodesarrollo.**

CSYO trabaja en diferentes campos sociales, educativos y culturales con diferentes grupos objetivo: jóvenes, estudiantes, refugiados, desplazados internos, etc. La organización coopera con diferentes ONG en Europa y participa activamente en el programa Erasmus+ (anteriormente Youth in Action) como promotora/socia y organiza proyectos en Azerbaiyán. La organización es miembro de pleno derecho de dos grandes redes en Europa: "Youth Express Network" y "Youth and Environment Europe".

Generalmente, CSYO ha organizado y acogido con éxito formaciones internacionales e intercambios juveniles sobre derechos humanos, migración, diversidad cultural, tolerancia, medio ambiente y temas relacionados, en el marco del programa Juventud en Acción/Erasmus+. Hemos implementado numerosos proyectos locales en dirección a nuestras prioridades y, en el marco de nuestros proyectos, hemos trabajado con muchas organizaciones internacionales y organismos gubernamentales.

Desde enero de 2019, CSYO ha sido seleccionada como Centro de Información de Erasmus+ Juventud y Cuerpo Europeo de Solidaridad para Azerbaiyán por SALTO EECA. Como Centro de Información, CSYO ofrece consultas a jóvenes y organizaciones interesadas en las oportunidades de Erasmus+ Juventud y Cuerpo Europeo de Solidaridad (ESC), organiza actividades promocionales/informativas sobre las oportunidades de Erasmus+ Juventud y Cuerpo Europeo de Solidaridad, crea y gestiona una comunidad de trabajadores juveniles y responsables de políticas interesados en Erasmus+ Juventud y Cuerpo Europeo de Solidaridad, y coopera con SALTO EECA en sus propias actividades promocionales/informativas.

La organización **"Common Sense"** Youth tiene más de 90 miembros activos permanentes que en su mayoría son estudiantes de diferentes universidades. Están altamente capacitados en las diferentes fases de la gestión de proyectos y cada uno sabe al menos 2 idiomas. En la fase inicial, contactarás con el equipo de Asuntos Internacionales, que consta de 8 miembros. Regularmente participando en intercambios juveniles o formaciones, estos miembros del equipo tienen experiencia en proyectos de voluntariado de Erasmus+ y Cuerpo Europeo de Solidaridad, y también son profesionales en la redacción e implementación de proyectos locales e internacionales.

ORGANIZACIONES PARTICIPANTES

GYUMRI YOUTH INITIATIVE CENTRE ONG

www.yic.am

.

Introducción: El Centro de Iniciativas Juveniles (YIC) es una organización no gubernamental establecida por un grupo de jóvenes activos reconocidos y con experiencia en el trabajo juvenil.

Misión: La misión de YIC es contribuir a la calidad de vida de los jóvenes a través de un enfoque centrado en la juventud.

Metas y Objetivos Estratégicos de YIC:

META 1: Contribuir a la mejora de las condiciones socioeconómicas de los jóvenes a través de los siguientes objetivos:

- Involucrar a los jóvenes en procesos de aprendizaje continuos y no formales.
- Desarrollar una cultura de estilo de vida saludable entre los jóvenes.
- Aumentar la participación de los jóvenes en la vida cultural.
- Incrementar la competitividad de los jóvenes en el mercado laboral.

META 2: Promover la iniciativa juvenil a través de los siguientes objetivos:

- Aumentar el papel de los jóvenes en la resolución de problemas sociales.
- Apoyar la implementación de ideas innovadoras por parte de los jóvenes.
- Apoyar el emprendimiento juvenil.
- Desarrollar una cultura de voluntariado entre los jóvenes.

META 3: Contribuir al aumento del papel de los jóvenes en la sociedad a través de los siguientes objetivos:

- Aumentar el nivel de conocimiento legal de los jóvenes.
- Fortalecer el diálogo entre los jóvenes y los tomadores de decisiones.
- Aumentar la conciencia sobre los problemas juveniles en la sociedad.
- Proteger los derechos e intereses de los jóvenes.

Fundacja Help. ONG Polska

Help.NGO es una organización no gubernamental internacional especializada en respuesta a emergencias, preparación, mitigación de riesgos y prevención. Help.NGO aprovecha soluciones tecnológicas de vanguardia y conocimientos especializados para integrarse en los mecanismos de respuesta a desastres nacionales e internacionales antes, durante y después de emergencias en operaciones a lo largo de todo el mundo. Con un enfoque en la implementación de soluciones complejas a gran escala, Help.NGO trabaja para fomentar la democratización del uso y la localización de la capacidad a través de la investigación y el desarrollo, la capacitación y la preposición de soluciones. Help.NGO es actualmente uno de los 29 socios de reserva de ONG de las Naciones Unidas, con un trabajo que abarca aspectos operativos, estratégicos y administrativos del trabajo humanitario y de desarrollo. Help.NGO ha proporcionado con éxito su asistencia en coordinación con la ONU, Clusters y Gobiernos en docenas de misiones. Estas incluyen el terremoto en Haití (2010, 2021); el terremoto y la emergencia nuclear en Japón (2011), el huracán Sandy en la ciudad de Nueva York (2012); el rescate de refugiados en el Mediterráneo (2016), los huracanes en Puerto Rico y USVI (2017-18), en Mozambique después de los huracanes Idai & Kenneth (2019), en las Bahamas después del huracán Dorian (2019-20), en Luisiana después del huracán Ida (2021), entre otros.

- Registrada en Polonia en noviembre de 2020, la Fundación Help.NGO Polska es la rama de la organización en la UE.
- Como una subsidiaria de la fundación estadounidense, Help.NGO Polska opera y apoya la administración global de ONG y los programas educativos. Help.NGO Polska difunde conocimiento sobre la asistencia humanitaria mediante: (i) la capacitación de voluntarios y equipos de respuesta a desastres, (ii) la realización de trabajos de investigación y obtención de información sobre las necesidades de ayuda, estados, conflictos, infraestructura, (iii) la difusión del conocimiento en el campo de la ayuda humanitaria y el desarrollo, las relaciones internacionales y la educación global (incluyendo capacitaciones y cursos para profesionales y académicos). Help.NGO Polska también apoya a la comunidad local organizando eventos educativos que promueven la ayuda humanitaria, apoyando escuelas para niños con discapacidades.
- Nuestras actividades están dirigidas a: Comunidades locales afectadas por desastres humanitarios, Académicos, tanto estudiantes como investigadores sénior, Formuladores de políticas, Miembros de la sociedad interesados en el voluntariado y temas humanitarios, Comunidad local de Gdańsk.

Trabajo Juvenil para la Rehabilitación de Jóvenes Afectados por la Guerra: El viaje del proyecto

El trabajo juvenil proporciona un apoyo crucial para el empoderamiento individual de los jóvenes afectados por la guerra, ofreciendo un espacio seguro para que sean ellos mismos e integrarse en las sociedades de acogida. Fomenta la confianza, la resiliencia y la seguridad, ayudándoles a construir relaciones positivas, incluso con sus compañeros. Este trabajo requiere flexibilidad, tolerancia a la ambigüedad y un enfoque en la integración de los jóvenes en la sociedad. Ofrece a los jóvenes una plataforma para expresarse, participar en actividades sociales y destacar sus valiosas contribuciones. El trabajo juvenil también desempeña un papel crucial en la cooperación intersectorial, complementando otros servicios como la asistencia legal, la educación, la vivienda y el empleo.

El proyecto KA2 Erasmus+ "Youth Work for Rehabilitation of Young People Affected by War and Armed Conflicts" abordó las necesidades de 9 organizaciones y trabajadores juveniles involucrados en el apoyo a jóvenes afectados por la guerra. Esta iniciativa tenía como objetivo mejorar la capacidad, calidad e impacto del trabajo juvenil, fomentando la integración y resiliencia entre estos jóvenes. El proyecto enfatizó la importancia del trabajo juvenil en proporcionar un espacio seguro para el desarrollo personal y la participación social, reconociendo el papel vital que los trabajadores juveniles desempeñan en este proceso.

Los objetivos del proyecto eran multifacéticos, incluyendo la creación de una plataforma para intercambiar prácticas de trabajo juvenil con aquellos afectados por la guerra y los conflictos armados, fomentando cambios y mejoras adaptadas al contexto de cada organización participante, y fortaleciendo la capacidad de nueve organizaciones que trabajan con jóvenes afectados por la guerra y el conflicto. Además, el proyecto tenía como objetivo equipar a 30 representantes de nueve organizaciones asociadas con herramientas y métodos para la rehabilitación juvenil, apoyar la rehabilitación de jóvenes a través del fortalecimiento de capacidades e iniciativas locales en nueve comunidades, y promover el trabajo por la paz a través de actividades juveniles para aquellos afectados por la guerra y los conflictos armados.

A lo largo del proyecto, los participantes mejoraron su comprensión de las prácticas europeas y adaptaron sus actividades en consecuencia. Se realizó una investigación sobre las necesidades de los trabajadores juveniles en nueve comunidades, y 30 representantes de las organizaciones asociadas desarrollaron competencias esenciales para trabajar con jóvenes afectados por la guerra. El proyecto también potenció las capacidades de las nueve organizaciones participantes. Al menos 135 jóvenes recibieron apoyo, desarrollaron resiliencia y participaron en la vida social y comunitaria a través de actividades de trabajo juvenil. Además, se implementaron al menos nueve actividades de trabajo juvenil en diferentes comunidades. Se desarrollaron y probaron herramientas de trabajo juvenil para la rehabilitación, y las actividades de trabajo juvenil se transformaron según los contextos locales. El proyecto produjo un conjunto de herramientas en nueve idiomas, mejorando la calidad del trabajo juvenil para aquellos afectados por la guerra. Además, se promovió el trabajo por la paz a nivel local, europeo e internacional.

El proyecto promovió la inclusión social y tuvo como objetivo mejorar el alcance hacia los jóvenes afectados por la guerra, apoyando su integración en las comunidades receptoras. Fomentó la solidaridad y el compromiso cívico al proporcionar herramientas y prácticas para la rehabilitación juvenil y al aumentar la conciencia sobre el contexto europeo. Al mejorar la calidad y el reconocimiento del trabajo juvenil mediante la construcción de capacidades, el intercambio de buenas prácticas y el desarrollo de un kit de herramientas integral, el proyecto buscó apoyar la inclusión y participación de jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados.

Abordando tanto las necesidades organizativas como las de los trabajadores juveniles, el proyecto se centró en construir capacidades para movilizar recursos, transformar actividades en respuesta a emergencias, desarrollar un plan de acción claro para la respuesta a crisis y capacitar al personal para trabajar con jóvenes afectados por la guerra. Para los trabajadores juveniles, el proyecto tuvo como objetivo proporcionar experiencia, herramientas y metodologías para trabajar con jóvenes afectados por la guerra, así como establecer una comunidad de práctica para el aprendizaje mutuo y el intercambio de estrategias.

En conclusión, el proyecto "Trabajo Juvenil para la Rehabilitación de Jóvenes Afectados por la Guerra" fue una respuesta proactiva a los desafíos enfrentados por los jóvenes impactados por conflictos. Al construir capacidades, compartir buenas prácticas y desarrollar herramientas prácticas, el proyecto buscó crear un entorno de apoyo en el que los jóvenes pudieran superar las dificultades de sus circunstancias, integrarse en sus comunidades y contribuir positivamente a la sociedad. A través de la cooperación internacional y enfoques innovadores, este proyecto aspiró a crear un cambio positivo y duradero para los jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados.

Introducción

En un panorama global en constante evolución, las consecuencias de la guerra y los conflictos armados repercuten profundamente en las sociedades, afectando especialmente la vida de los jóvenes. El proyecto titulado "Trabajo Juvenil para la Rehabilitación de Jóvenes Afectados por la Guerra" se erige como un faro de esperanza y colaboración en medio de estos desafíos. Concebido como una Asociación de Cooperación bajo el Programa Erasmus+ Juventud, esta iniciativa une a una diversa gama de organizaciones de toda Europa, cada una con una aspiración común: empoderar y rehabilitar a los jóvenes cuyas vidas han sido tocadas por las duras realidades de los conflictos armados y la guerra.

Dirigido por el Centro Studi Sereno Regis y reforzado por el apoyo de la agencia nacional Erasmus+ en Italia, este proyecto encarna un esfuerzo colaborativo que se extiende más allá de las fronteras. ¡Esta colaboración se fortalece a través de conexiones con socios estimados, incluidos el Center for Euroinitiatives en Ucrania, la Youth Peace Ambassadors Network en Francia, Peace Up! en Alemania, la Asociación de Librepensadores de la Sierra en España, Local Peace en Kosovo, la Organización Juvenil "Common Sense" en Azerbaiyán, el Centro de Iniciativas Juveniles de Gyumri en Armenia y la Fundacja Help.NGO Polska en Polonia. Cada socio aporta perspectivas y experiencias únicas a este proyecto, enriqueciendo la misión colectiva de fomentar un cambio positivo en las vidas de aquellos afectados por el conflicto.

Los objetivos del proyecto están firmemente arraigados en el deseo de crear espacios seguros para el intercambio de prácticas efectivas de trabajo juvenil. Este proyecto pretende iniciar procesos transformadores que generen enfoques novedosos, adaptados al contexto de cada organización participante. Al mejorar las capacidades de estas organizaciones, el proyecto busca dotar a los jóvenes con las herramientas y metodologías necesarias para la rehabilitación de aquellos que han sido marcados por los traumas de la guerra y la violencia. Además, esta empresa aspira a promover la paz y la rehabilitación a través de iniciativas impulsadas localmente, fomentando así un sentido de empoderamiento y resiliencia entre los jóvenes afectados.

A lo largo de este proyecto, los representantes de las organizaciones asociadas se involucraron en las prácticas de trabajo juvenil europeas, adaptando y enriqueciendo sus estrategias para apoyar a los jóvenes afectados por el conflicto. En última instancia, este proyecto busca impactar las vidas de los jóvenes, ofreciéndoles no solo apoyo, sino también los medios para superar sus experiencias traumáticas e integrarse en la sociedad a través del contexto de trabajo juvenil. El alcance del proyecto va más allá de una mera colección de iniciativas; pretende provocar un cambio tangible y producir recursos que empoderen a las organizaciones a lo largo de la asociación. Con un firme compromiso con la mejora de la calidad, el proyecto pretende contribuir al fortalecimiento del trabajo juvenil en el contexto de la violencia, el conflicto armado y sus secuelas, no solo a nivel local, sino también en una escala más amplia europea e internacional.

1.1. Métodos de investigación, pregunta de investigación y ética

Incorporando un enfoque multifacético, el proyecto "Trabajo Juvenil para la Rehabilitación de Jóvenes Afectados por la Guerra" también abarca una fase de investigación significativa. Este componente fundamental tiene como objetivo profundizar en las necesidades y desafíos enfrentados por los trabajadores juveniles y las organizaciones que apoyan a jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados.

A través de la realización de una investigación en profundidad, en nueve países socios (Italia, Alemania, Armenia, Azerbaiyán, España, Polonia, Francia, Kosovo y Ucrania), el proyecto se esfuerza por identificar las complejas necesidades de los trabajadores juveniles y las organizaciones que operan en el ámbito de la juventud afectada por la guerra y la violencia. Al participar en investigaciones cualitativas, el proyecto busca extraer percepciones matizadas, identificando desafíos, brechas y oportunidades que surgen dentro de los contextos únicos de cada comunidad participante. Este proceso de investigación abarca nueve regiones distintas, generando una comprensión integral de las dimensiones multifacéticas del trabajo juvenil en la secuela de los conflictos.

A lo largo de la fase de investigación, nueve investigadores ubicados en los países socios respectivos han llevado a cabo una investigación local centrada en:

- **Necesidades Identificadas** - A través de esfuerzos de investigación exhaustivos, se identifican meticulosamente las necesidades y desafíos únicos que enfrentan los trabajadores juveniles y las actividades de trabajo juvenil dentro de cada comunidad.
- **Direcciones de Desarrollo** - Los hallazgos de la investigación proporcionan una hoja de ruta para la progresión y refinamiento de las actividades de trabajo juvenil no sólo dentro de la asociación sino también en plataformas europeas e internacionales más amplias.
- **Temas del Programa de Capacitación** - Los resultados de la investigación influyen directamente en la elaboración del programa de capacitación, dictando los temas específicos, módulos y metodologías que se emplearán para abordar las necesidades y desafíos identificados.

Además, esta investigación tiene como objetivo responder a tres áreas principales divididas en diferentes preguntas de investigación:

Comprensión de Necesidades y Respuestas:

- ¿Cuáles son las necesidades distintas de los jóvenes afectados por los conflictos armados, y cómo responden las organizaciones a estas necesidades a través de actividades de trabajo juvenil?
- ¿Cómo abordan los trabajadores juveniles personalmente las necesidades identificadas de los jóvenes afectados por la guerra, y qué desafíos encuentran al proporcionar apoyo?

Mejora de Capacidades y Necesidades de Aprendizaje:

- ¿Qué desafíos afrontan las organizaciones en sus esfuerzos por trabajar con jóvenes afectados por conflictos, y qué tipos de apoyo requieren para mejorar sus capacidades?
- ¿Qué áreas de conocimiento, habilidades, herramientas y métodos específicos buscan adquirir los trabajadores juveniles para comprometerse mejor y rehabilitar a los jóvenes afectados por conflictos armados?

Enfoques Efectivos y Rol del Trabajo Juvenil:

- ¿Qué ejemplos positivos se pueden destacar de las experiencias en el trabajo juvenil que han abordado con éxito las necesidades de los jóvenes afectados por guerras, y cuáles son los factores contribuyentes a estos éxitos?
- ¿Cómo perciben los trabajadores juveniles el papel del trabajo juvenil en la rehabilitación de jóvenes impactados por conflictos armados, y qué actividades, herramientas, métodos o enfoques consideran más efectivos en su compromiso?

La investigación se sustentó en una combinación reflexiva de métodos y consideraciones éticas. El núcleo de este enfoque fueron las entrevistas en profundidad, que sirvieron como un medio para captar las experiencias y perspectivas matizadas de los trabajadores juveniles, las organizaciones locales y los jóvenes afectados por el conflicto. Las entrevistas se realizaron en varios idiomas, incluyendo inglés y los idiomas nativos de las comunidades asociadas, reflejando un compromiso con la comunicación abierta y la comprensión.

Antes de cada entrevista, se proporcionó a los participantes una explicación clara del propósito de la investigación, el papel de los investigadores y los resultados esperados. Al buscar el consentimiento informado, los investigadores comunicaron de manera transparente el uso previsto de los datos de las entrevistas, los pasos tomados para garantizar la confidencialidad y la naturaleza voluntaria de la participación. Para preservar la privacidad y la dignidad de los participantes, las entrevistas se realizaron con un firme compromiso con el anonimato, y no se retuvieron registros bajo los nombres de los participantes. Se empleó la grabación de audio, con el consentimiento de los participantes, para asegurar la precisión y fidelidad en el proceso de recolección de datos, respetando al mismo tiempo las preferencias y niveles de comodidad individuales.

Durante todo el proceso, los investigadores mantuvieron los principios de respeto y empatía, reconociendo las sensibilidades en torno a las experiencias de las personas afectadas por la guerra. Además, los investigadores se mantuvieron atentos a las posibles sutilezas culturales y lingüísticas, ajustando su enfoque para asegurar una participación significativa con individuos de diversos antecedentes. Este enfoque meticuloso hacia los métodos de investigación y la ética no sólo garantizó la fiabilidad y autenticidad de los datos recopilados, sino que también destacó el compromiso del proyecto con el bienestar y el empoderamiento de todos los involucrados.

2. Información de Contexto

La investigación se desarrolla en un contexto de experiencias y experticia variadas, abarcando un amplio espectro de contextos y desafíos. Cada región ofrece una narrativa única, revelando la resiliencia y la inventiva de aquellos que están involucrados en apoyar a los jóvenes afectados por conflictos armados. Este capítulo profundiza en los antecedentes y experiencias de los participantes, mostrando sus contribuciones al campo.

Polonia: Solidaridad en la Frontera en medio de Tensiones Crecientes

En Polonia, el aumento de la migración irregular durante el verano de 2021 marcó un punto de inflexión crucial. Mientras Lukashenka orquestaba intentos de erosionar las fronteras orientales de la UE, los sentimientos anti-refugiados aumentaron dentro del estado polaco. Esto catalizó la aparición de Grupa Granica, un ejemplo de infraestructura de solidaridad en la frontera. Ellos valientemente contrarrestaron la criminalización de la migración, navegando un paisaje intrincado lleno de complejidades legales y presiones políticas. La historia de estos activistas no solo refleja su inquebrantable compromiso, sino que también ilumina los desafíos marcados que enfrentan dentro de un escenario fronterizo cambiante.

Ucrania: Dinámicas en Evolución y Respuesta Sin Precedentes a la Guerra

El paisaje ucraniano cambió drásticamente tras la invasión rusa en 2022, alterando los contornos del compromiso con el conflicto. La aparición de una 'segunda frontera' impulsó un aumento sin precedentes en la atención y los recursos internacionales. Mientras las políticas estatales y el apoyo internacional evolucionaban, los activistas se encontraron equilibrando su compromiso con las poblaciones afectadas mientras se adaptaban a las realidades dinámicas. El estudio de caso ucraniano subraya las sutilezas de navegar conflictos en evolución y oportunidades emergentes, revelando las complejas intersecciones de las respuestas estatales, la ayuda humanitaria y la participación juvenil.

Azerbaiyán: Empoderamiento Juvenil en la Resolución de Conflictos

El escenario de trabajo juvenil en Azerbaiyán encapsula el papel central de la juventud en la transformación de conflictos. La Segunda Guerra de Nagorno-Karabaj subrayó la importancia de empoderar a los jóvenes para la construcción de la paz. Los esfuerzos para fomentar la ciudadanía activa y la participación, junto con la atención a las brechas de participación en las regiones rurales, muestran la naturaleza adaptativa del trabajo juvenil en contextos de conflicto. La experiencia azerbaiyana destaca cómo los trabajadores juveniles actúan como catalizadores para la rehabilitación, reconciliación y empoderamiento en medio de desafíos posconflicto.

Armenia: Navegando la Sanación y la Reintegración

La experiencia de Armenia está marcada por las secuelas de conflictos históricos, incluida la Guerra de Nagorno-Karabaj, especialmente la Segunda Guerra de Karabaj. Los trabajadores juveniles en esta región han desempeñado un papel crucial en el apoyo a los jóvenes directa e indirectamente afectados por conflictos armados. Estos esfuerzos abarcan desde la ayuda a los participantes de la guerra y los discapacitados hasta la atención a las necesidades de los miembros de las familias y las personas desplazadas. El caso armenio subraya el delicado camino de sanación, reconstrucción y reintegración emprendido tanto por los jóvenes como por quienes los apoyan.

SEspaña: Compromiso Global y Resiliencia Local

Los trabajadores juveniles en España destacan las dimensiones globales de su compromiso, atendiendo a refugiados y solicitantes de asilo en múltiples contextos. Desde Palestina, Afganistán, Serbia, hasta México, sus iniciativas abarcan el apoyo psicológico y de salud, la ayuda humanitaria y la concienciación sobre las atrocidades en las fronteras. Estas historias resuenan como un testimonio de la resiliencia y adaptabilidad de las iniciativas locales, mostrando cómo el compromiso local se extiende a través de las fronteras, ofreciendo consuelo a aquellos afectados por conflictos lejos de casa.

Francia: Fomentando una Integración Holística

Los trabajadores juveniles en Francia ejemplifican el enfoque holístico necesario para apoyar a los solicitantes de asilo y refugiados. Proporcionando una amplia gama de servicios, desde asistencia psicológica hasta actividades deportivas y formación educativa, crean caminos para una integración integral. Su uso de evaluaciones de necesidades, métodos cualitativos y recopilación de datos cuantitativos asegura un apoyo personalizado para los jóvenes que navegan por las secuelas del conflicto. Sus iniciativas empoderan a los jóvenes para superar desafíos y fomentar una integración completa en sus comunidades adoptadas.

Italia: Uniendo Necesidades Inmediatas con la Integración a Largo Plazo

En Italia, los trabajadores juveniles son fundamentales para unir las necesidades humanitarias inmediatas con los esfuerzos de integración a largo plazo. Organizaciones como Casa dei Popoli, Fondazione Comunità Solidale y CISV ONG ejemplifican programas estructurados que abordan aspectos multifacéticos de la integración, desde la orientación laboral hasta la sanación psicológica. La Cruz Roja Italiana va más allá, ofreciendo asistencia integral que cubre alojamiento, educación, salud mental y orientación legal. El caso italiano revela cómo el apoyo a los jóvenes refugiados abarca desde el alivio urgente hasta el empoderamiento sostenible.

Kosovo: Empoderando a los Jóvenes y Abordando el Trauma

En Kosovo, organizaciones como la Youth Initiative for Human Rights (YiHR) y el Kosova Rehabilitation Center for Torture Victims (KRCT) juegan papeles fundamentales en empoderar y rehabilitar a jóvenes afectados por conflictos pasados. Con un enfoque en proporcionar apoyo psicológico, asistencia legal y oportunidades de crecimiento, estas organizaciones reconocen el impacto duradero de la guerra de 1998/1999 en Kosovo y se esfuerzan por crear plataformas para la sanación y la integración.

Alemania: Abordando el Trauma y la Integración

En Alemania, los trabajadores juveniles entrevistados operan en diversos frentes. Desde la ayuda a refugiados de la guerra en Ucrania hasta el apoyo a menores no acompañados y nuevos adultos, estos trabajadores abordan los desafíos emocionales y prácticos de las personas afectadas por la guerra. Emplean enfoques informados sobre el trauma y proporcionan apoyo lingüístico, psicológico y legal para fomentar la integración y la sanación.

Esta investigación ofrece varios enfoques sobre el tema y representa diversas experiencias reflejadas en la dedicación, la adaptabilidad y la colaboración. A través de sus historias, la investigación ilumina el complejo panorama del trabajo juvenil en zonas de conflicto y en los lugares a los que se han trasladado las personas afectadas por la guerra, desenterrando los desafíos compartidos y las soluciones únicas que se entrelazan en diferentes contextos geográficos. La profundidad y amplitud de estas experiencias enriquecen colectivamente la comprensión de la investigación, capturando la naturaleza multifacética del apoyo a los jóvenes afectados por conflictos armados.

3. Necesidades de los jóvenes afectados por el conflicto

En este capítulo, profundizaremos en las múltiples necesidades de los jóvenes afectados por conflictos armados, abarcando una amplia gama de aspectos como el apoyo psicológico, la sensibilidad cultural, la educación, la comunicación y la integración. Estas necesidades están moldeadas, como se mencionó anteriormente, por los diversos contextos de conflictos en diferentes regiones de Europa, y recopiladas a lo largo del proceso de investigación.

Una de las necesidades más destacadas entre los jóvenes se centró en el apoyo psicológico. Los jóvenes afectados por el conflicto a menudo requieren apoyo emocional y de salud mental. La sanación del trauma, el asesoramiento y la asistencia psicológica se perciben como cruciales para ayudarles a afrontar la carga emocional de sus experiencias. Teniendo en cuenta que los trabajadores juveniles no son psicólogos, se sugirió como herramienta principal para este apoyo el uso de herramientas artísticas para ayudar a los individuos a expresar sus emociones y sanar sus heridas psicológicas. Los entrevistados enfatizaron la importancia de los recursos y el conocimiento en esta área. La arteterapia y la expresión creativa han demostrado ser métodos poderosos para afrontar el trauma y el estrés.

Además, la sensibilidad cultural surgió como una necesidad fundamental enfatizada por los entrevistados. Subrayaron la importancia de adquirir conocimientos sobre cómo intervenir respetando las diferencias culturales. Reconocer y respetar los diversos antecedentes y tradiciones son componentes esenciales para construir confianza y una buena relación con los jóvenes afectados por el conflicto, y se enfatizan fuertemente en las entrevistas con ellos. En este mismo sentido, para apoyar mejor y crear conciencia, es crucial comprender todo el proceso que atraviesan las personas cuando abandonan sus países debido al conflicto. Esto incluye entender los diversos pasos y plazos involucrados. Dicho conocimiento ayuda a los trabajadores juveniles a proporcionar una asistencia más informada y sensible al contexto cultural y al trauma.

Otra necesidad que resultó importante para los jóvenes es el acceso a información sobre la ayuda disponible, programas gubernamentales, fondos y oportunidades de recaudación de fondos, ya que es esencial para adquirir más recursos para asistir eficazmente a quienes lo necesitan. Navegar por las complejas burocracias y sistemas legales puede ser desafiante, especialmente cuando los jóvenes se mudan a otro país o enfrentan barreras idiomáticas, lo que hace que este conocimiento sea inestimable y esencial.

Además, se expresó la necesidad de herramientas que faciliten la comunicación con los individuos, incluso en casos donde no haya un idioma común. Las soluciones sugeridas incluían el dibujo, herramientas de traducción y el arte como medios de comunicación, subrayando la importancia de superar las barreras lingüísticas. Una vez más, el arte apareció como un papel crucial en abordar las necesidades de los jóvenes afectados por la guerra, ya sea psicológicamente o para superar otras barreras, como la del idioma.

Las necesidades de los jóvenes afectados por el conflicto varían significativamente según diversos factores, incluido el contexto de su experiencia. La integración en el nuevo entorno es fundamental, requiriendo apoyo para recuperar un sentido de agencia, perseguir oportunidades educativas o profesionales y reconstruir la confianza en los servicios y sistemas del país anfitrión. Además, se destacó la importancia de tratar la radicalización entre los jóvenes y combatir el racismo y la xenofobia contra los refugiados, temas donde sería beneficioso contar con orientación y conocimientos adicionales.

Adicionalmente, el apoyo especializado para refugiados con exclusión interseccional es una necesidad urgente. Esto incluye abordar los desafíos únicos que enfrentan individuos LGBTQ+, refugiados con discapacidades, refugiados romaníes y otros que pueden encontrar discriminación y acceso limitado a los servicios. Un empleado del centro de recepción para refugiados con discapacidades describe bien esta necesidad, enfatizando que no se pueden hacer diferencias entre los refugiados. "Son invisibles. Un refugiado es un refugiado, lo que significa que debería tener algunas necesidades especiales (...) Niños después de amputaciones vienen a nosotros, en sillas de ruedas. Y descubren que, por ejemplo, el estado polaco les exige pagar por el alojamiento. ¿Cómo? Trabajando, explican las autoridades provinciales. Bueno, porque las estadísticas muestran que es un grupo de 18-30, primer o segundo grado de discapacidad, todo está bien (...) Y en la práctica, nadie empleará a un refugiado o a una persona discapacitada en Polonia, no hay programas de apoyo. Esta invisibilidad no es simbólica, es muy real". (Mayo 2023).

Otra necesidad importante especificada por los jóvenes es la infraestructura para la juventud, como centros juveniles y espacios comunes de reunión, que deben ser inclusivos y amigables para las mujeres. Crear espacios seguros para que los jóvenes socialicen y participen en actividades extracurriculares es visto como vital para su bienestar y desarrollo, pero también para crear un espacio seguro que les sirva para su desarrollo futuro.

THablando del desarrollo, el aspecto financiero también juega un papel importante a la hora de responder a las necesidades de los jóvenes. Los jóvenes afectados por conflictos armados a menudo se enfrentan a desafíos financieros. Los programas de formación profesional se consideran esenciales.

tFinalmente, los jóvenes afectados por conflictos necesitan espacios, personas y procesos que reconozcan y validen sus experiencias pasadas, habilidades y aspiraciones. Este reconocimiento puede ser fundamental en sus procesos de integración y sanación. Además, involucrar a los jóvenes en la vida comunitaria, en la toma de decisiones, en el voluntariado y en programas de intercambio puede ayudarles a ganar independencia, desarrollar habilidades críticas y contribuir positivamente a sus comunidades.

Al final, es importante mencionar que las necesidades de los jóvenes afectados por conflictos armados son diversas y complejas, y están moldeadas por varios factores. Abordar estas necesidades requiere un enfoque integral y holístico que abarque componentes educativos, psicológicos, sociales y culturales. Es crucial ser consciente de este desafío y abordarlo desde diferentes perspectivas, no sólo a través de un componente. Reconocer la naturaleza multifacética de estas necesidades es esencial para crear sistemas de apoyo efectivos y sostenibles que realmente puedan marcar la diferencia en la vida de los jóvenes afectados por conflictos.

4. Necesidades de Aprendizaje de los Trabajadores Juveniles Involucrados con Jóvenes Afectados por Conflictos

En el ámbito del trabajo juvenil relacionado con jóvenes afectados por conflictos, la búsqueda de conocimientos y habilidades no es sólo una opción, sino una necesidad. Las vidas jóvenes en juego y los desafíos únicos de este entorno exigen una constante búsqueda de aprendizaje y crecimiento. En este capítulo, profundizamos en las principales necesidades de aprendizaje de los trabajadores juveniles, abarcando un amplio espectro de temas, desde el bienestar emocional hasta las complejidades legales.

Aunque existe una necesidad de aprender contenidos, los trabajadores juveniles se enfrentan a muchos otros problemas que obstaculizan este intento. La mayoría de estos problemas están relacionados con cuestiones psicológicas y el agotamiento. Además, como se destacó en una de las entrevistas, gestionar el tiempo para centrarse en el aprendizaje también es un desafío vinculado a todos los demás problemas. "Queremos aprender. Pero ¿cuándo? ¿Cuánto es, un año, cuando trabajamos 10, 14 horas al día, en un modo constante de crisis? Ahora es mejor, aprendemos de nuestros errores (...) No se puede aprender mucho cuando una persona está exhausta y deprimida".

A pesar de las dificultades para encontrar tiempo y (espacio) mental para el aprendizaje, muchas de las necesidades relacionadas con la formación de los trabajadores juveniles aún no se han cumplido. En el núcleo de sus necesidades de aprendizaje se encuentra la necesidad esencial de competencia psicológica y emocional. Los trabajadores juveniles, que actúan como pilares de apoyo para los jóvenes traumatizados por el conflicto, expresaron una urgente necesidad de formación en el trabajo con supervivientes de traumas. Esta formación abarca la comprensión de la psicología matizada del trauma, la provisión de apoyo psicológico efectivo y la preparación para gestionar su propio bienestar emocional frente a historias y experiencias desgarradoras. Más específicamente, la investigación muestra que existe una gran necesidad de centrarse en el trabajo informado por el trauma, el apoyo psicológico, las competencias en trabajo social y el autocuidado y el bienestar.

Trabajo Juvenil Informado en Trauma

Los trabajadores juveniles se encuentran a menudo con jóvenes que han experimentado un trauma. Para apoyar efectivamente a estos individuos, los trabajadores juveniles necesitan formación en cuidado informado por trauma. Esto incluye entender el impacto psicológico del trauma, reconocer sus síntomas y emplear estrategias para crear entornos seguros y de sanación. Como mencionó uno de los entrevistados, la academia no prepara a los trabajadores juveniles para escenarios como la invasión rusa, lo que enfatiza la necesidad de formación práctica en temas relacionados con el trauma.

Apoyo Psicológico

Las demandas de trabajar con jóvenes que han experimentado trauma o estrés relacionado con el conflicto pueden afectar al bienestar mental de los trabajadores juveniles. Por lo tanto, ellos mismos requieren acceso a apoyo psicológico. Aprender a gestionar sus propias respuestas emocionales y construir resiliencia son aspectos esenciales de su desarrollo profesional, como señalaron varios entrevistados que expresaron preocupaciones sobre el agotamiento e incluso el trastorno de estrés postraumático (TEPT).

Autocuidado y Bienestar

Siguiendo el aspecto anterior, el autocuidado y las necesidades de bienestar también deben añadirse a la lista. Apoyar a otros puede ser emocionalmente agotador, y los trabajadores juveniles deben priorizar su propio bienestar. Los programas de formación deben centrarse en técnicas de autocuidado, manejo del estrés y mantenimiento de un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida personal. El comentario de un entrevistador sobre no poder cuidar de los demás sin primero cuidar de uno mismo subraya la importancia de estos aspectos. "No nos cuidamos a nosotros mismos. ¿Cómo se supone que vamos a cuidar a los demás?" destaca la necesidad de que los trabajadores juveniles estén bien consigo mismos antes de intentar apoyar a otros.

Competencias en Trabajo Social

Aquellos involucrados en el trabajo juvenil a menudo colaboran con grupos vulnerables, incluidos los marginados y refugiados. La formación especializada en trabajo social es vital para entender los desafíos únicos que enfrentan estos individuos y proporcionarles un apoyo efectivo. Esto incluye habilidades en trabajo de calle, apoyo familiar, sensibilidad cultural, consejería profesional y orientación educativa, todos los cuales son cruciales para ayudar a los jóvenes a adaptarse a sus nuevos entornos y superar dificultades.

Competencias Legales

Además del enfoque psicológico, navegar por el laberinto legal, particularmente en el contexto de migración y derechos humanos, surgió como otra necesidad de aprendizaje urgente. El paisaje intrincado y en constante evolución de las regulaciones legales relacionadas con refugiados, vivienda y educación a menudo deja a los trabajadores juveniles lidiando con la incertidumbre. Buscan educación en derecho migratorio, derechos humanos y una variedad de disciplinas legales, reconociendo que su competencia en estas áreas es fundamental para abogar por los derechos de los jóvenes afectados por la guerra.

Trabajo con minorías

Además, los trabajadores juveniles a menudo se encuentran en situaciones que requieren conocimientos y habilidades altamente especializadas. Estos pueden incluir trabajar con grupos marginados, entender matices culturales y ofrecer asistencia en la prevención de la violencia doméstica. En algunos casos, los trabajadores juveniles operan con poblaciones particularmente vulnerables, como jóvenes LGBTQ+, la minoría roma o víctimas de tortura. Estos desafíos únicos requieren una formación especializada adaptada a las necesidades específicas de estos grupos.

Desarrollo profesional

Además de esto, el panorama del trabajo juvenil se extiende mucho más allá de las competencias emocionales y legales. Existe una palpable sed de desarrollo profesional que abarca la gestión de proyectos y equipos, la comunicación efectiva, la verificación de hechos y la lucha contra la desinformación. En un mundo en rápida evolución, estas habilidades son indispensables para navegar por las complejidades del trabajo juvenil, especialmente en el contexto de conflictos.

Competencias en Construcción de Paz

Finalmente, las necesidades de aprendizaje deben extenderse al ámbito de las competencias interpersonales, culturales y de construcción de paz. Las habilidades efectivas en construcción de paz, transformación de conflictos, diálogo y mediación son esenciales para construir confianza y rapport con los jóvenes, sus familias, escuelas e instituciones públicas. Estas habilidades son vitales para que los trabajadores juveniles adapten su apoyo a las necesidades únicas de cada individuo, asegurando que los jóvenes afectados por la guerra encuentren su lugar en diversas esferas sociales. Además, los trabajadores juveniles enfatizaron la importancia de aprender unos de otros. El aprendizaje entre pares, los intercambios de experiencias y las iniciativas colaborativas son medios valiosos para adquirir conocimientos y habilidades. En un campo donde los desafíos están en constante evolución, los trabajadores juveniles buscan oportunidades para compartir estrategias e ideas, fomentando respuestas colectivas a las necesidades de los jóvenes.

Aprendizaje Continuo

Al final, es importante mencionar la cultura del aprendizaje continuo como un pilar fundamental del trabajo juvenil. Los trabajadores juveniles reconocen que el viaje de aprendizaje no tiene un punto final. En cambio, es un proceso perpetuo de crecimiento y adaptación. Esta cultura no sólo beneficia a los jóvenes a los que sirven, sino que también ayuda a mantener su propia motivación y resiliencia, cruciales para el éxito a largo plazo en este campo exigente. Es importante destacar que las necesidades de aprendizaje de los trabajadores juveniles que trabajan con jóvenes afectados por conflictos son diversas y amplias. Desde el apoyo psicológico hasta la competencia legal, la formación especializada hasta las competencias interpersonales y de construcción de paz, la búsqueda de conocimiento y desarrollo de habilidades es un pilar central de su misión. En un mundo marcado por el cambio y la adversidad, los trabajadores juveniles están comprometidos con el aprendizaje continuo, a pesar de que puede ser desafiante y, muchas veces, difícilmente gestionable y accesible.

Enfrentando Desafíos, o ¿otro nombre para el trabajo juvenil?

Lamentablemente, el trabajo juvenil, aunque crucial en muchos aspectos, se enfrenta a numerosos problemas y desafíos. Estos desafíos están estrechamente relacionados con las necesidades de aprendizaje de los trabajadores juveniles, aunque pueden diferenciarse. Además, estos desafíos moldean su capacidad para brindar apoyo esencial a los jóvenes cuyas vidas han sido profundamente afectadas por conflictos armados prolongados. Este capítulo explora estos desafíos, iluminando las complejidades y obstáculos que los trabajadores juveniles encuentran en su importante misión.

El apoyo psicológico es un aspecto que atraviesa toda la investigación y también aparece como un desafío. Los trabajadores juveniles que se dedican a apoyar a jóvenes afectados por conflictos enfrentan una carga emocional significativa. Presenciar el sufrimiento, el miedo y las experiencias traumáticas de quienes ayudan afecta a su bienestar mental. Desafortunadamente, muchos trabajadores juveniles carecen de sistemas de apoyo emocional adecuados para afrontar los desafíos psicológicos de su trabajo, lo que a menudo lleva al agotamiento y la ansiedad. Uno de los desafíos mencionados es la falta de terapeutas locales familiarizados con las poblaciones afectadas por la guerra y la insuficiencia de métodos adaptados internacionalmente que no se ajustan al contexto local. Este desafío subraya la necesidad de asistencia psicológica adaptada para los trabajadores juveniles.

Además del apoyo psicológico, uno de los principales desafíos que enfrentan los trabajadores juveniles es la escasez de recursos y los bloqueos gubernamentales. La capacidad para proporcionar ayuda de manera efectiva a menudo se ve obstaculizada por la falta de fondos y las barreras burocráticas. En las regiones afectadas por conflictos armados, este desafío se agrava por la ausencia de instituciones estatales. El apoyo gubernamental, especialmente en áreas como educación y vivienda, no puede ser reemplazado efectivamente por el sector no gubernamental. Los trabajadores juveniles enfatizan la importancia de las subvenciones, la empatía y una mayor visibilidad como soluciones potenciales para abordar estos desafíos.

Además, los obstáculos burocráticos representan desafíos significativos para el trabajo juvenil en regiones de conflicto. Estos obstáculos a menudo resultan en retrasos y complicaciones en la implementación de programas. Un financiamiento estable y consistente facilitaría significativamente el trabajo de los trabajadores juveniles al mitigar el impacto de estos desafíos burocráticos. La defensa de mecanismos de financiación más flexibles es esencial. Otro desafío identificado en la investigación es la resistencia hacia el trabajo juvenil y la falta de constructores comunitarios que desincentivan a los jóvenes de crear ONGs en áreas afectadas por conflictos. La falta de organizaciones institucionalizadas complica los esfuerzos para movilizar recursos y apoyar iniciativas de trabajo juvenil.

Además de la falta de ONGs, la evaluación de las necesidades de los jóvenes en regiones afectadas por conflictos también se ve obstaculizada por la ausencia de datos fiables y de investigadores cualificados. La falta de recolección de datos cuantitativos y cualitativos, así como la ausencia de un enfoque profesional en la recopilación de datos, conduce a ineficiencias y retrasos en la respuesta a las necesidades de los jóvenes. Un problema que enfrentan muchos países y trabajadores juveniles es la falta de compromiso de los jóvenes en estos procesos.

Además de la falta de ONGs, la evaluación de las necesidades de los jóvenes en regiones afectadas por conflictos también se ve obstaculizada por la ausencia de datos fiables y de investigadores cualificados. La falta de recolección de datos cuantitativos y cualitativos, así como la ausencia de un enfoque profesional en la recopilación de datos, conduce a ineficiencias y retrasos en la respuesta a las necesidades de los jóvenes. Un problema que enfrentan muchos países y trabajadores juveniles es la falta de compromiso de los jóvenes en estos procesos. Esto lleva a una débil participación cívica y a esfuerzos limitados de construcción comunitaria, resultando finalmente en una participación reducida de los jóvenes en actividades de rehabilitación. Esta falta de compromiso dificulta abordar eficazmente las necesidades emocionales y sociales de los jóvenes afectados por conflictos. En este sentido, algunos trabajadores juveniles identificaron otro desafío en su campo: la falta de capacitación adecuada. Esta brecha en el conocimiento, particularmente en áreas como cambios legales, violencia de género y apoyo a individuos LGBTQ+, obstaculiza su capacidad para abordar las diversas y cambiantes necesidades de los jóvenes a los que sirven.

Finalmente, el trabajo juvenil depende en gran medida de la financiación gubernamental e internacional. Sin embargo, la falta de organizaciones institucionalizadas y la mala asignación de recursos ponen en peligro la sostenibilidad de los fondos. Este desafío dificulta asegurar apoyo a largo plazo para las iniciativas de trabajo juvenil. Aunque muchas instituciones brindan apoyo a los jóvenes y a las organizaciones, no siempre es amigable para los jóvenes ni accesible para quienes tienen menos experiencia.

A pesar de los numerosos desafíos y obstáculos, los trabajadores juveniles siguen firmes en su compromiso de abordar las necesidades multifacéticas de los jóvenes afectados por conflictos armados. Es esencial reconocer y afrontar estos desafíos de manera integral, ya que configuran el panorama del trabajo juvenil con jóvenes afectados por conflictos. Basado en los desafíos que enfrentan, las estrategias para superar estos obstáculos incluyen una mayor flexibilidad en la financiación, programas de capacitación mejorados, sistemas de apoyo emocional robustos y un compromiso colectivo para abordar las necesidades cambiantes de los jóvenes afectados por la guerra.

6. Ejemplos positivos en el trabajo juvenil

A pesar de las numerosas necesidades de aprendizaje y desafíos, el trabajo juvenil con jóvenes afectados por conflictos armados ofrece diversos ejemplos positivos. En este capítulo, exploraremos las prácticas efectivas empleadas por trabajadores juveniles dedicados a apoyar y empoderar a los jóvenes afectados por conflictos armados. Estas prácticas destacan la colaboración, la evaluación de necesidades, el apoyo dirigido, la asistencia a largo plazo y la defensa. A través de sus esfuerzos incansables, los trabajadores juveniles han facilitado con éxito la integración, la rehabilitación y el bienestar de estos jóvenes resilientes. También reconocen el poder de la colaboración y el pensamiento holístico. Unen los sectores formal e informal, así como las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, creando un frente unido para abordar los desafíos multifacéticos de los jóvenes afectados por conflictos.

Ejemplo 1: "Dudek," el Asistente Intercultural

"Dudek", un asistente intercultural, ejemplifica este enfoque al afirmar: "Primero, verificamos lo que el estado no está haciendo. Segundo, lo que el estado no hace bien. Y, en tercer lugar, lo que no hace a largo plazo". Esta estrategia ayuda a identificar brechas en los sistemas de apoyo y a construir soluciones sistémicas y sostenibles a largo plazo.

Además, los trabajadores juveniles han reclutado de manera innovadora a jóvenes con experiencias de refugio, aprovechando sus habilidades y perspectivas únicas. Este enfoque no solo facilita la integración, sino que también empodera a estos individuos para que contribuyan positivamente a sus países de acogida. Además, priorizan la realización de evaluaciones de necesidades para adaptar su apoyo a los requisitos específicos de los jóvenes afectados por conflictos. Se centran en identificar actividades no cubiertas, grupos con necesidades especiales y apoyo psicológico, mientras monitorean de cerca las violaciones y necesidades.

Ejemplo 2: Apoyo Dirigido en Centros de Recepción

Los trabajadores juveniles han sido proactivos en la búsqueda de jóvenes aislados en centros de acogida, especialmente en zonas remotas. Crean sistemas alternativos de apoyo psicológico, educativo y legal, interviniendo en problemas como la separación familiar, la violencia doméstica y la violencia de género.

Para asegurar resultados positivos sostenidos, los trabajadores juveniles enfatizan la importancia de actividades de apoyo a largo plazo. Esto incluye abordar problemas como el discurso de odio y la marginación que los jóvenes pueden afrontar después de salir de los centros de recepción y detención. Además, las actividades de abogacía juegan un papel vital en asegurar la integración y el bienestar continuos.

Ejemplo 3: Apoyo Psicológico y Prevención del Agotamiento

Reconociendo la enorme presión mental y emocional experimentada tanto por los jóvenes afectados por conflictos como por los trabajadores juveniles, las organizaciones han implementado prácticas para combatir el agotamiento. Ofrecer evaluaciones y apoyo psicológico gratuitos se ha convertido en una práctica altamente valorada por los trabajadores juveniles. Lo que ha llevado a historias de éxito es el enfoque humano, como enfatizó uno de los entrevistados: "la capacidad de escuchar, cautela, empatía, confianza mutua y cooperación con los jóvenes".

Los esfuerzos de los trabajadores juveniles han producido resultados positivos, mostrando la eficacia de sus enfoques. Estas historias de éxito subrayan la importancia de mantener la coherencia en las actividades y fomentar un sentido de comunidad entre los participantes.

Ejemplo 4: Recepción e Integración de un Jugador de Béisbol Venezolano

En un caso, una organización facilitó la acogida e integración de un joven jugador de béisbol venezolano. Al mediar con una sociedad deportiva local, no solo le permitió unirse al equipo, sino que también fomentó su participación en diversas actividades sociales. Este enfoque aceleró su adquisición del idioma, la integración escolar y el compromiso con la comunidad.

Ejemplo 5: Éxito Educativo de una Niña Afgana

Otra historia de éxito involucra a una determinada niña afgana de 16 años que aspiraba a estudiar en una escuela científica. A pesar de la resistencia inicial por parte de la escuela, la mediación de la organización aseguró su inscripción. A través de apoyo continuo y asistencia con el idioma, la niña sobresalió académicamente, demostrando el impacto positivo del apoyo educativo personalizado. "Este fue un caso muy satisfactorio para nosotros, fue un objetivo particularmente exitoso, pero la parte más difícil fue llegar a un acuerdo con la escuela, entrar en un proceso de mediación con los profesores para insistir en que fueran más comprensivos y hacerles entender que con el tiempo juntos podemos lograr resultados."

Ejemplo 6: La Música como Expresión e Integración

Los trabajadores juveniles también han utilizado la música como un medio de expresión y narración de historias. Proyectos que implican crear música con jóvenes de diferentes países han fomentado el intercambio cultural y la expresión emocional, contribuyendo en última instancia a su integración.

"La música es algo fantástico; todos se sienten involucrados con el ritmo adecuado. La música hace que conectes emociones con la diversidad de culturas y ritmos".

Ejemplo 7: Trabajo Impactante de la Cruz Roja Italiana

La Cruz Roja Italiana ha informado sobre varias historias de éxito, incluida la integración exitosa de jóvenes en alojamiento, escuela y trabajo. Además, la organización se enorgullece de reunir a las familias y de ver el progreso de los jóvenes a medida que hacen la transición hacia la autosuficiencia.

7. Conclusión

La extensa investigación realizada, basada en las experiencias y perspectivas de los trabajadores juveniles dedicados a jóvenes afectados por conflictos, presenta un panorama vívido y convincente de los desafíos y triunfos en el apoyo a jóvenes cuyas vidas han sido profundamente afectadas por conflictos armados prolongados.

Con el tiempo, las necesidades de los jóvenes de áreas conflictivas han experimentado transformaciones significativas. La persistente presencia de conflictos armados ha generado un interés creciente en diversas áreas, más allá de la educación tradicional. Hay una creciente demanda de educación no formal, mayor compromiso político, acceso a oportunidades económicas y la creación de estructuras comunitarias. Destaca la demanda emergente de educación sobre género y sexo, habilidades de resolución de conflictos y orientación profesional.

En el contexto de interacción física y canales de comunicación limitados, los centros juveniles y las actividades organizadas por ONG juveniles han asumido papeles clave como espacios seguros para satisfacer estas necesidades cambiantes. Sin embargo, estos centros presentan una preocupación constante: la seguridad física de los participantes. En estos refugios, los jóvenes acceden a actividades intelectuales, adquieren habilidades de liderazgo esenciales y fomentan la tolerancia, fundamental para su rehabilitación.

Además, los trabajadores juveniles, los héroes de esta narrativa, navegan por un laberinto complejo de desafíos. La falta de fondos, el suministro intermitente de electricidad (como mostró el caso en Ucrania) y la burocracia ensombrecen sus esfuerzos. El coste emocional, agravado por el estrés constante asociado con conflictos prolongados, añade una capa adicional de complejidad a su misión. Sin embargo, a pesar de muchos obstáculos, el espíritu indomable de los trabajadores juveniles brilla: permanecen firmes en su compromiso con las diversas necesidades de los jóvenes a los que sirven.

Además de centrarse en las necesidades de los jóvenes, esta investigación ofrece algunas recomendaciones para futuras acciones. Estas acciones se centran en

-

Formación y capacitación: Las iniciativas deben dar prioridad a la formación y el empoderamiento de los trabajadores juveniles. Esto incluye dotarles de resiliencia emocional, capacidades de primeros auxilios psicológicos y concienciación sobre los traumas.

Salud mental y apoyo psicosocial: Deben reforzarse los sistemas sólidos de salud mental y apoyo psicosocial adaptados a las necesidades únicas de los jóvenes afectados por la guerra.

Desarrollo de capacidades: Las iniciativas y las ONG deben mejorar sus capacidades de evaluación de programas, formar mentores de resiliencia para los jóvenes y esta- blecer programas de desarrollo a largo plazo.

Colaboración y redes: No se puede subestimar el poder de la colaboración. Fomentando la cooperación, las redes y las asociaciones, las organizaciones pueden amplificar el impacto de las iniciativas centradas en los jóvenes.

Abogacía por Flexibilidad: La abogacía es esencial para impulsar mecanismos de financiación y políticas que exhiban la flexibilidad necesaria para adaptarse a las necesidades cambiantes de los jóvenes afectados por la guerra.

Conciencia y Abogacía: Crear conciencia a múltiples niveles - entre responsables de políticas, comunidades locales y el público - sobre el papel crucial del trabajo juvenil en estos contextos es una necesidad constante.

Finalmente, es importante destacar que esta investigación subraya el papel irremplazable del trabajo juvenil en la rehabilitación e integración de los jóvenes afectados por conflictos armados. Sirve como un recordatorio conmovedor de que la dedicación, el aprendizaje constante y la colaboración internacional son las piedras angulares para asegurar un futuro más brillante para estos jóvenes resilientes. Cada avance hacia la mejora de sus circunstancias es un paso hacia un mundo más equitativo, justo y prometedor para todos los jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados.

Marco Legal sobre el Trabajo Juvenil para la Rehabilitación de Jóvenes Afectados por Conflictos Armados

Por Manish Dutta, Judith Geschwinder y Luise Gisa Domina

Las complejidades de las normas migratorias representan obstáculos sustanciales en los numerosos contextos donde trabajan los trabajadores juveniles, que abarcan múltiples naciones y difieren significativamente dentro de los sistemas federales. Aunque no es práctico entrar en detalles debido a la complejidad del panorama legal, aconsejamos encarecidamente a los trabajadores juveniles y sus organizaciones que se familiaricen con los mecanismos migratorios de sus regiones. Nuestros hallazgos destacan una necesidad clave de navegar el laberinto legal, especialmente en las áreas de migración y derechos humanos como una prioridad de aprendizaje urgente para los trabajadores juveniles. Los marcos legales en constante cambio que regulan a los refugiados, la vivienda y la educación frecuentemente confunden a los trabajadores juveniles, dejándolos inseguros. Reconociendo la necesidad crítica de su conocimiento en estas áreas, buscan activamente educación en derecho migratorio, derechos humanos y otros campos legales. Su motivación proviene de un profundo reconocimiento de que abogar por los derechos de los jóvenes afectados por la guerra requiere una conciencia experta del panorama legal.

Por lo tanto, aunque no es posible profundizar en exceso, seguimos animando a los trabajadores juveniles y sus organizaciones a informarse sobre el proceso migratorio por las siguientes razones:

- Manejo de las expectativas de los jóvenes/mitigación de la decepción futura.
- Algunos países se centran mucho en documentos (p. ej., certificados de nacimiento, títulos...) que en casos de conflicto armado pueden ser difíciles de obtener; conocer qué documentos se requerirán y obtenerlos lo antes posible puede influir en los resultados de los procesos legales.
- Los jóvenes, especialmente los menores, disfrutan de protecciones legales especiales.

Es crucial enfatizar que, aunque los trabajadores juveniles juegan un papel vital, no son abogados ni asesores legales. Su enfoque debe estar en educarse sobre los marcos legales que rodean a las personas con las que trabajan, comprender los procesos que les afectan y discernir los tipos de apoyo necesarios. Al mismo tiempo, nuestra investigación ha identificado otra necesidad urgente en el contexto del trabajo juvenil para la rehabilitación de jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados: la imperiosa necesidad de establecer y mantener sistemas de referencia entre los diversos sectores, organizaciones e individuos involucrados, para proporcionar a los jóvenes el apoyo adecuado a sus necesidades.

En este capítulo exploraremos los fundamentos del derecho internacional en relación con la migración y el reconocimiento del trabajo juvenil, que son útiles en el contexto del trabajo juvenil para la rehabilitación de jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados. ¿Qué estatutos internacionales y de la UE son relevantes?

Es imposible ofrecer una visión completa de la legislación aplicable para los jóvenes que huyen de la guerra dentro de sus fronteras nacionales o más allá. Existen diferencias en el trato y la ley según el país de origen (UE/no UE), la naturaleza del conflicto del que huyen y las directrices gubernamentales sobre cómo interpretar las leyes y regulaciones existentes en la práctica (esto puede variar ampliamente). Aún así, para equipar a los trabajadores juveniles con información muy general sobre los principales marcos legales, hemos

IInfobox: La Convención de Ginebra

Refugiados cubiertos: Las Convenciones de Ginebra, en particular la Cuarta Convención, ofrecen protección a los refugiados que se encuentran en situaciones de conflicto armado. Estas disposiciones se aplican a los refugiados independientemente de su nacionalidad. El Artículo 1 de la Convención de 1951 define a un refugiado como alguien que, "debido a un temor fundado de ser perseguido por razones de raza, religión, nacionalidad, pertenencia a un grupo social particular u opinión política, se encuentra fuera del país de su nacionalidad y no puede o, debido a dicho temor, no quiere acogerse a la protección de ese país; o que, al no tener nacionalidad y estar fuera del país de su residencia habitual anterior, no puede o, debido a tal temor, no quiere regresar a él."

Principio de no devolución: El principio de no devolución, consagrado en las Convenciones de Ginebra y el Protocolo de 1967, prohíbe la expulsión o devolución de refugiados a zonas donde sus vidas o libertad puedan estar seriamente amenazadas debido a conflictos armados.

Estado civil: Los refugiados que no participan en hostilidades y que no son miembros de fuerzas armadas son considerados civiles bajo las Convenciones de Ginebra y tienen derecho a protección como tales.

Tratamiento de los refugiados: Los refugiados tienen derecho a un trato humano, que incluye acceso a refugio, alimentos, atención médica y protección contra la violencia o daño durante los conflictos armados.

Acceso a asistencia humanitaria: Las organizaciones humanitarias y agencias, incluyendo el Comité Internacional de la Cruz Roja (CICR), tienen permiso para proporcionar asistencia humanitaria a los refugiados en zonas de conflicto, asegurando acceso a recursos esenciales.

Protección contra la violencia: Los refugiados deben ser protegidos contra la violencia, incluyendo actos de violencia cometidos contra ellos debido a su estatus de refugiado. Esto incluye protección contra detención arbitraria, tortura u otras formas de maltrato.

Emblema de la Cruz Roja/Media Luna **Roja:** Los refugiados y los trabajadores humanitarios tienen derecho a la protección proporcionada por emblemas distintivos, como la Cruz Roja o la Media Luna Roja, como símbolos reconocidos de asistencia y protección.

Paso seguro: Las Convenciones de Ginebra y el Protocolo de 1967 enfatizan la necesidad de un paso seguro para los refugiados y la provisión de corredores humanitarios para asegurar su movimiento seguro fuera de las zonas de conflicto.

Acceso al asilo: Los refugiados tienen el derecho de solicitar asilo y protección en otros países al huir de conflictos armados. Se alienta a los estados a proporcionar asilo y proteger los derechos de los refugiados en sus territorios.

1Prohibición de expulsión colectiva: Las Convenciones de Ginebra y el Protocolo de 1967 prohíben la expulsión colectiva de refugiados durante conflictos armados.

Responsabilidad Internacional: Los estados que son partes de las Convenciones de Ginebra y del Protocolo de 1967 tienen obligaciones internacionales para garantizar la protección y el bienestar de los refugiados durante los conflictos armados.

Estos puntos destacan las protecciones y derechos específicos otorgados a los refugiados bajo las Convenciones de Ginebra y el Protocolo de 1967 en el contexto de conflictos armados. Estas disposiciones son cruciales para salvaguardar el bienestar de los refugiados y asegurar que sus derechos sean respetados durante las crisis.

Contenidos principales de la Convención de 1951 y del Protocolo de 1967

- Definición de quién es refugiado y quién no.
- Disposiciones que definen el estatus legal de los refugiados.
- Determinación de cómo los estados contratantes colaboran con la ACNUR.

El significado de un temor bien fundado de pers**ecución** El término "temor bien fundado de persecución" es clave en la definición de refugiado, determinando su estatus bajo este derecho internacional.

El término bien fundado combina el temor subjetivo con la objetividad necesaria para la evaluación. Se realiza una evaluación personal del solicitante para determinar su pertenencia a una comunidad social específica y su historia familiar o política.

Poseer un pasaporte nacional no prueba que una persona no necesite protección. Sin embargo, si la persona muestra disposición a mantener su pasaporte de origen, puede indicar suficiente duda para determinar el criterio de "temor bien fundado". Aun así, pueden haber situaciones excepcionales que deben ser determinadas individualmente.

¿Qué constituye persecución? Del Artículo 33 de la Convención de 1951 se infiere que una amenaza a la vida o libertad por motivos de raza, religión, nacionalidad, opinión política o pertenencia a un grupo social específico siempre constituye persecución. Otras violaciones graves de derechos humanos por las mismas razones también serían persecución.

Además, a veces los solicitantes se enfrentan a situaciones que no pueden ser directamente etiquetadas como persecución, pero estas situaciones combinadas pueden constituir una sensación de persecución y, por lo tanto, la necesidad de evaluación.

El papel de la discriminación en la persecución

No todo comportamiento discriminatorio equivale a persecución. Solo en ciertos casos se puede etiquetar como persecución, como:

- Como resultado de la discriminación, hay una restricción en el derecho de la persona a ganarse la vida.
- Debido a la discriminación, hay una restricción en su derecho a practicar su religión o acceder a instalaciones educativas normalmente disponibles.

Diferenciación entre persecución y castigo

Para distinguir entre castigo por crímenes reales y persecución, se debe evaluar si se han violado los derechos humanos fundamentales de la persona o si el castigo se basa en motivos políticos, religiosos o raciales.

Estar fuera del país de nacionalidad

La persona que busca el estatus de refugiado debe estar fuera del territorio del país del cual tiene la nacionalidad. No hay una regla general, ya que en la mayoría de los casos la persona que solicita el estatuto de refugiado posee su pasaporte nacional.

Una persona que no era refugiada cuando dejó su país, pero que se convierte en refugiada posteriormente, se llama refugiado "sur place".

Definición de refugiados apátridas

Los refugiados apátridas son individuos que no son considerados ciudadanos o nacionales de ningún país. Pueden haber sido desplazados forzosamente de sus países de origen debido a conflictos armados, persecución o abusos a los derechos humanos.

ICaja de Información: El Reglamento de Dublín

El Reglamento de Dublín, también llamado Dublín III, es un acuerdo entre los estados miembros de la UE, Islandia, Suiza, Liechtenstein y Noruega. Determina qué país es responsable de considerar una solicitud de asilo. Normalmente, es el estado donde el solicitante de asilo ingresó por primera vez en la UE.

Si el solicitante solicita protección en otro país de Dublín, será enviado de vuelta al país que ya ha considerado su solicitud o que es responsable de considerarla. La Oficina de Protección Internacional (IPO) puede transferir al solicitante al país donde primero solicitó o decidir que otro país debe ser responsable por otras razones.

Razones por las cuales otro país podría ser responsable:

- Su esposo(a) o hijos dependientes tienen protección internacional o son solicitantes de asilo en otro país de Dublín.
- Usted tiene (o tuvo anteriormente) un visado o permiso de residencia en otro país de Dublín.
- Sus huellas dactilares fueron tomadas en otro país de Dublín.
- Hay pruebas de que estuvo en otro país de Dublín, aunque no se hayan tomado sus huellas dactilares.

Es posible apelar una decisión de traslado al Tribunal de Apelaciones de Protección Internacional (IPAT). Su apelación debe ser recibida dentro de los 10 días posteriores a la decisión de traslado. Como la legislación de la UE sobre migración y asilo es muy compleja y puede cambiar constantemente, recomendamos informarse regularmente.

Información importante se puede encontrar en:

- Manual sobre la legislación europea
- Agencia de la UE para el asilo - herramientas y guías prácticas
- Sistema Europeo Común de Asilo

Fuentes:

https://www.unhcr.org/media/dublin-regulation
https://www.udi.no/en/word-definitions/cooperation-under-the-dublin-regulation/
https://www.citizensinformation.ie/en/moving-country/asylum-seekers-and-refugees/
el-proceso-de-asilo-en-irlanda/convenio-de-dublín

Protección Especial para Menores:
En cuanto a los menores, la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN) y las normas de la UE sobre menores no acompañados forman parte del marco legal.

La Convención sobre los Derechos del Niño (ratificada por todos los estados miembros de la ONU, excepto Estados Unidos) es extensa, pero algunos de sus puntos son:

- Los estados deben proteger a los niños de cualquier discriminación basada en sus identidades o las de sus padres/tutores.
- Consagra el derecho inherente a la vida de cada niño.
- Los niños tienen derecho a una identidad completa (nombre, nacionalidad, derecho a conocer a sus padres y a ser cuidados por ellos).
- Los estados deben informar a los niños y a sus tutores sobre el paradero de los padres si es necesario.
- Cuando los padres de un niño viven en diferentes estados, el niño tiene derecho a mantener contacto regularmente.
- Los estados deben combatir la transferencia ilícita y no retorno de niños al extranjero.
- Los niños tienen libertad de expresión, pensamiento, conciencia, religión y privacidad.
  ... y muchos más. El texto completo de la convención se puede encontrar aquí:
  https://www.ohchr.org/en/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child

Cuando una persona menor de 18 años entra en la UE sin acompañante, generalmente se aplican reglas diferentes:

- Los estados tienen la responsabilidad de cuidar a los niños no acompañados y no deben abandonarlos cuando sean liberados de la detención fronteriza.
- Cualquier decisión sobre un niño debe basarse en la CDN, independientemente del estatus migratorio.
- El principio fundamental del "mejor interés del niño" es esencial.
- A los niños se les debe proporcionar un representante (ya sea un familiar en el estado responsable o alguien designado por el estado).
- Los representantes deben tener conocimiento de las necesidades especiales de este grupo y recibir formación especial.
- Los niños nunca deben ser detenidos en instalaciones penitenciarias.
- Los cambios de residencia deben mantenerse al mínimo.
- "Bajo el CEDH, el TEDH ha sostenido que en casos que afectan a niños extranjeros, ya sea acompañados o no acompañados, la situación de extrema vulnerabilidad del niño es el factor decisivo. Este factor prevalece sobre consideraciones relacionadas con su estatus de migrante irregular". (Manual del CEDH, p. 287)
- La ley de la UE permite a los estados miembros utilizar exámenes médicos para determinar la edad de un niño no acompañado. Estos generalmente incluyen entrevistas en profundidad con psicólogos o trabajadores sociales y radiografías analizadas por un pediatra especializado. También se enfoca en el consentimiento y en mantener estos exámenes lo menos invasivos posible. Si los resultados son inconclusos, el individuo generalmente será considerado un niño (beneficio de la duda).

Reconocimiento del trabajo con jóvenes
El estatus de los trabajadores juveniles en Europa es muy diverso, al igual que las prácticas de trabajo juvenil. El trabajo juvenil puede ser organizado por una variedad de instituciones y organizaciones, de manera individual y en equipos. La historia y las tradiciones del trabajo juvenil difieren en cada país europeo, desde disposiciones profesionales establecidas hasta estructuras de trabajo juvenil y organizaciones principalmente voluntarias.

En el documento "Portfolio de Trabajo Juvenil del Consejo de Europa", el Consejo de Europa define a los trabajadores juveniles como "todos aquellos involucrados activamente en la realización del trabajo juvenil, ya sea como personal cualificado o líderes juveniles voluntarios en organizaciones, como individuos o equipos".

El Portfolio de Trabajo Juvenil del Consejo de Europa está dirigido a cualquier persona u organización que realice trabajo juvenil, independientemente de su estatus - voluntario o profesional - y en cualquier constelación - individual, en equipo o en asociación organizacional. Se ha desarrollado para considerar la amplia variedad de realidades del trabajo juvenil en Europa. Puede encontrarlo aquí:
https://rm.coe.int/council-of-europe-youth-work-portfolio/16809eaa04

El Consejo de Europa también proporciona información sobre el reconocimiento del trabajo juvenil en su sitio web, por ejemplo, sobre los cuatro tipos de reconocimiento, las situaciones nacionales y los documentos de políticas europeas existentes:
https://pjp-eu.coe.int/en/web/youth-partnership/visible-value-recognition-of-youth-work

Los Cuatro Tipos de Reconocimiento
Los cuatro tipos de reconocimiento se definieron por primera vez en el documento de trabajo "Pathways 2.0 towards recognition of non-formal learning/education and of youth work in Europe" del Consejo de Europa, y luego se expandieron y adaptaron en otras publicaciones.

- **Reconocimiento Personal:** El reconocimiento comienza con nosotros. Se trata de reconocer quiénes somos, qué hacemos y el valor de nuestro trabajo. También es sobre reconocer quién más es parte de la comunidad de práctica y qué hacen. El reconocimiento personal incluye la capacidad de reunir pruebas de lo que hacemos. Implica ver los desarrollos necesarios para mejorar la calidad del trabajo juvenil.
- **Reconocimiento Social:** Es cuando otros comprenden mejor lo que estamos haciendo. Se trata de que los actores sociales reconozcan y valoren el impacto positivo del trabajo juvenil y del aprendizaje/educación no formal en los jóvenes y, por lo tanto, en sus comunidades en su totalidad. En la práctica, significa que tanto la comunidad (el público) como otros sectores (ONG, privados, municipales, medios de comunicación, instituciones, educación...) no sólo conocen lo que es el trabajo juvenil, sino que tienen una actitud positiva hacia él. En esencia, se trata de ganar visibilidad para los jóvenes, el trabajo juvenil y las organizaciones que brindan este trabajo.

-**Reconocimiento Político:** Es cuando los jóvenes y/o el trabajo juvenil están incluidos en las políticas y se convierten en el foco de éstas, a nivel local, regional, nacional e internacional. Esto implica que el trabajo juvenil entre en la agenda política, en la legislación y en las estrategias políticas, apoyando la inclusión de los jóvenes en esas estrategias.

Reconocimiento formal: Se enfoca en dos áreas:

1. **Validación y Certificación:** Validación de resultados de aprendizaje y certificación de procesos de aprendizaje en el trabajo juvenil a través de certificaciones reconocidas.
2. **Educación y Capacitación:** Reconocimiento de competencias adquiridas en la educación formal y acreditación oficial de programas de educación no formal, licenciamiento de trabajadores juveniles y formación de trabajadores juveniles.

Pasos Prácticos para Organizaciones Juveniles:

1. **Crear un "Navegador de Leyes de Migración":** Designe a un miembro del personal para que se familiarice con las leyes aplicables en el contexto de la organización. Este miembro puede ser el contacto para asuntos legales, manteniéndose informado sobre cambios en las leyes y aclarando confusiones iniciales.
2. **Buscar Expertos y Fuentes de Conocimiento:**
    - Universidades con departamentos de derecho o clínicas jurídicas estudiantiles.
    - Consejeros en organizaciones internacionales como Caritas, Malteser, Cruz Roja.
    - Abogados activos en derecho migratorio dispuestos a responder preguntas ocasionales.
3. **Compartir Recursos y Bases de Datos entre Organizaciones:**
    - Crear una base de datos con enlaces útiles, números de abogados especializados en derecho migratorio y consejeros a quienes consultar.
    - Compartir información recopilada para facilitar el trabajo y evitar duplicar esfuerzos.
    - Actualizar la información regularmente

¿Cuáles son las prácticas y pequeñas tareas que se pueden hacer?

Organización de Documentos:

1. **Ayuda con la Organización:** Especialmente en países que dependen de documentos en papel, ayudar a los clientes a mantener sus documentos organizados puede simplificar mucho el proceso. Sugerirles que compren una carpeta y clasifiquen los documentos cronológicamente puede ser muy útil. Ejemplo práctico: Una participante de un taller en Alemania compartió cómo su organización, tras recibir una donación de carpetas, ayudó a los refugiados a organizar sus documentos, facilitando el trabajo de consejeros y funcionarios.
2. **Servicios de Traducción y Notarización:** Investigar qué empresas privadas y oficinas gubernamentales ofrecen servicios de traducción y pueden notarizar documentos en el área, así como los costes asociados. Esto es una inversión única para facilitar los procesos burocráticos que a menudo requieren documentos traducidos y/o notarizados.
3. **Recursos Gubernamentales y Traducciones:** Muchos gobiernos tienen guías sobre los procesos básicos en diferentes idiomas disponibles en sus sitios web. Encontrar y guardar estos recursos, e incluso tener copias físicas, puede ahorrar tiempo y dinero, y ayudar a los clientes a familiarizarse con el sistema y reducir su ansiedad.
4. **Creación de Materiales Informativos:** Si notas temas recurrentes que deberían compartirse y tienes tiempo, considera crear folletos o páginas informativas para llenar vacíos. Los ejemplos incluyen:
    - Derechos durante las entrevistas.
    - Servicios de bienestar disponibles para ciertos grupos.
    - Organizaciones que ofrecen ayuda a mujeres, personas LGBT*, personas con discapacidades.
    - Guías locales: oficinas gubernamentales, centros juveniles, supermercados, hospitales.
5. **Involucrar a los jóvenes:** Si tiene un grupo de jóvenes motivados, crear estos materiales informativos puede ser una actividad educativa y les ayudará a familiarizarse con su entorno.

Impacto en Derechos Humanos y Migración: Existe una compleja intersección entre derechos humanos y migración que afecta significativamente a los jóvenes afectados por conflictos armados. A pesar del apoyo universal a los acuerdos internacionales sobre derechos humanos, su implementación es inconsistente. Los solicitantes de asilo a menudo enfrentan violencia, oposición y restricción de necesidades y libertades básicas, exacerbando el trauma causado por la guerra y el conflicto, haciendo a los jóvenes aún más vulnerables al daño físico y psicológico.

Marco Internacional de Derechos Humanos:

Además, el marco internacional actual de derechos humanos, aunque admirable en intención, muestra signos de tensión y obsolescencia. La definición de refugiado, demasiado estrecha, ignora las numerosas circunstancias que obligan a las personas a huir de sus hogares, incluyendo desastres naturales y efectos negativos del cambio climático, como sequías prolongadas y conflictos derivados de ellas. Esta inadecuación es especialmente evidente en situaciones donde países (como Grecia) evalúan unilateralmente la "seguridad" de los lugares de origen de los solicitantes, ignorando las protestas de los defensores de los derechos humanos y negando asilo a muchos individuos que lo merecen.

Enfrentar estas dificultades requiere reconocer la urgente necesidad de reformar y revitalizar los marcos legales que rigen los derechos humanos y la migración. Solo colaborando para cerrar la brecha entre la retórica y la realidad podremos asegurar un futuro en el que los derechos y la dignidad de todas las personas, especialmente las más vulnerables, sean verdaderamente preservados y protegidos.

Hasta que se materialicen estas reformas, el imperativo del trabajo con jóvenes es doble: primero, reconocer y abordar las duras realidades que enfrentan los jóvenes con los que trabajamos; y segundo, establecer un sistema de derivación sólido que facilite el acceso a apoyo profesional durante su trayecto. Central a esta misión es la creación de un "espacio valiente" donde estos jóvenes puedan aprender, compartir y expresarse libremente, sin las cargas de su pasado traumático o las incertidumbres de su estatus de solicitante de asilo.

A pesar de los profundos desafíos que enfrentan, es esencial que estos jóvenes sean empoderados para trazar su propio camino y visualizar un futuro más brillante. Al fomentar un entorno que impulse el crecimiento, la resiliencia y la autoexpresión, los trabajadores juveniles desempeñan un papel crucial en el desarrollo del potencial de aquellos afectados por guerras y conflictos armados. A través de la educación, el mentorazgo y el apoyo integral, podemos proporcionarles las herramientas y la confianza necesarias para superar la adversidad y perseguir sus sueños con optimismo y determinación.

En esencia, la esencia del trabajo con jóvenes en el contexto de la rehabilitación para jóvenes afectados por guerras y conflictos armados no es meramente mitigar los impactos inmediatos del trauma y el desplazamiento, sino infundirles un sentido de agencia, propósito y esperanza para el futuro. Solo fomentando tal resiliencia y empoderamiento podremos desbloquear verdaderamente el potencial transformador de estos jóvenes notables y allanar el camino hacia una sociedad más justa y compasiva.

Apoyo Psicológico y Bienestar Emocional para Trabajadores Juveniles

Por Astghik Hovhannisyan

El trabajo juvenil está en constante evolución y se le asignan nuevos roles y funciones, como la construcción de la sociedad civil, la mejora de la inclusión social, la prevención de riesgos para la salud, etc. Con esta evolución continua, el enfoque y objetivo del trabajo juvenil es garantizar sistemas y marcos de calidad que aseguren su mejora y muestren su impacto y valor.

El concepto de trabajo juvenil de calidad no puede centrarse únicamente en el desarrollo de estándares, indicadores, métodos y manuales. Los trabajadores juveniles enfrentan múltiples desafíos, como el agotamiento profesional, el burnout en empleados municipales y la falta de apoyo por parte de los empleadores. Además, han soportado el peso de una crisis sanitaria global.

Las guerras y los conflictos armados tienen un impacto profundo y diverso en los jóvenes. Entre los numerosos desafíos que enfrentan, nuestra investigación ha identificado una de las necesidades más urgentes: el apoyo psicológico. Nuestro proyecto investigó las experiencias de los jóvenes afectados por conflictos, mostrando que una de las necesidades más destacadas entre los jóvenes se centra en el apoyo psicológico: requieren frecuentemente un extenso apoyo emocional y de salud mental para sanar las cicatrices dejadas por sus experiencias traumáticas.

Es esencial reconocer la distinción entre los trabajadores juveniles y los psicólogos en el contexto de la rehabilitación post-conflicto. Mientras que los trabajadores juveniles pueden no tener formación formal en psicología, desempeñan un papel fundamental en el proceso de sanación de los jóvenes afectados por guerras y conflictos armados. Los trabajadores juveniles a menudo actúan como mentores de confianza, defensores y aliados, brindando apoyo y orientación inestimables a los jóvenes que navegan por las complejidades del trauma y el malestar emocional.

Nuestra investigación ha subrayado la necesidad crucial de recursos y conocimientos en apoyo psicológico dentro del marco del trabajo juvenil. A diferencia de los psicólogos, que tienen una formación especializada en evaluación de salud mental y técnicas terapéuticas, los trabajadores juveniles aportan un conjunto único de habilidades y perspectivas. Se destacan en la construcción de relaciones, el fomento de la confianza y la creación de espacios seguros para el diálogo abierto y la autoexpresión. A través de la escucha activa, la empatía y la validación, los trabajadores juveniles pueden ayudar a los jóvenes a procesar sus experiencias, desarrollar estrategias de afrontamiento y reconstruir su sentido de agencia y resiliencia.

Sin embargo, es importante reconocer las limitaciones de los trabajadores juveniles en el tratamiento de problemas complejos de salud mental. Aunque pueden brindar apoyo emocional y orientación inestimables, no están equipados para ofrecer diagnósticos formales o intervenciones terapéuticas. Nuestra investigación ha resaltado la necesidad urgente de un sistema de derivación que facilite la colaboración entre trabajadores juveniles y profesionales de la salud mental. Establecer rutas claras para derivaciones asegura que los jóvenes reciban la ayuda profesional y el apoyo adaptados a sus necesidades y circunstancias únicas.

- Además de fomentar la colaboración entre trabajadores juveniles y psicólogos, nuestra investigación ha subrayado la importancia de construir una red de derivación robusta que incluya a diversos individuos y organizaciones que trabajan con jóvenes afectados por guerras y conflictos armados. Esta red abarca trabajadores sociales, consejeros, líderes comunitarios y organizaciones humanitarias, entre otros. Al establecer conexiones sólidas y canales de comunicación, podemos asegurar que los jóvenes tengan acceso a un continuo de atención y servicios de apoyo, desde intervenciones informales de trabajo juvenil hasta tratamientos especializados en salud mental.
- En este capítulo, examinaremos las estrategias que los trabajadores juveniles pueden utilizar para proporcionar asistencia psicoemocional a los jóvenes afectados por guerras y conflictos armados dentro de sus áreas de especialización. Nuestros hallazgos destacan la necesidad crítica de dicha asistencia, reconociendo que los trabajadores juveniles a menudo sirven como pilares importantes de resiliencia para estas poblaciones vulnerables.
- Recientemente, las consecuencias destructivas de COVID-19 y de las guerras cercanas han puesto de manifiesto la necesidad urgente de abordar todos los problemas relacionados con el bienestar emocional y mental de los trabajadores juveniles y proporcionarles el conocimiento de Primeros Auxilios Psicológicos.
- ¿Qué es el Primeros Auxilios Psicológicos? El Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) es un enfoque basado en la evidencia que se fundamenta en el concepto de resiliencia humana. El PAP tiene como objetivo reducir los síntomas de estrés y ayudar en una recuperación saludable tras un evento traumático, desastre natural, emergencia de salud pública o incluso una crisis personal.
- Mientras que los Primeros Auxilios Físicos se utilizan para reducir el malestar físico debido a una lesión corporal, el Primeros Auxilios Psicológicos es una estrategia para reducir el doloroso rango de emociones y respuestas experimentadas por las personas expuestas a un alto estrés.
- ¿Por qué utilizar el PAP? El malestar emocional no siempre es tan visible como una lesión física, pero es igual de doloroso y debilitante. Después de pasar por una experiencia que cambia la vida, es común verse afectado emocionalmente. Todos los que experimentan un desastre se ven afectados por él. Las reacciones se manifiestan de manera diferente en distintos periodos durante y después del incidente.

-

Las reacciones comunes al estrés incluyen:

- Confusión
- Miedo
- Sentimientos de desesperanza e impotencia
- Problemas para dormir
- Dolor físico
- Ansiedad
- Ira
- Duelo
- Choque
- Agresividad
- Retiro
- Culpa
- Fe religiosa perturbada
- Pérdida de confianza en uno mismo o en los demás.

El objetivo de los Primeros Auxilios Psicológicos es crear y mantener un entorno de:

- Seguridad
- Calma y confort
- Conexión
- Autoempoderamiento
- Esperanza

¿Dónde puedo encontrar más información sobre los PAP? La Universidad de Minnesota ha desarrollado una aplicación móvil y un sitio web para los PAP.

- **Tutorial de Primeros Auxilios Psicológicos** para iPhone y Android
- **Tutorial de Primeros Auxilios Psicológicos** por Regentes de la Universidad de Minnesota

Recursos adicionales sobre PAP están disponibles en línea en **MDH Behavioral Health and Emergency Preparedness**. Los Primeros Auxilios Psicológicos son una herramienta que cada uno de nosotros puede utilizar para lidiar con nuestras emociones y reducir nuestros niveles de estrés. Al entender tus reacciones al estrés y utilizar los principios de los PAP, puedes mejorar la resiliencia en ti mismo, tu familia, tu lugar de trabajo y tu comunidad.

Píldoras de formación para mejorar una visión afinada "El dolor emocional no es algo que deba ocultarse y nunca hablarse. Hay verdad en tu dolor, hay crecimiento en tu dolor, pero solo si se saca primero a la luz". - Steven Aitchison (@StevenAitchinson, Twitter, 6.06.2018)

Proveniendo del trabajo juvenil durante muchos años, y trabajando ahora como psicólogo mayormente con adolescentes y en colaboración con trabajadores juveniles en programas de prevención, considero a continuación algunas útiles "píldoras de información" para mejorar y afinar nuestras intervenciones.

¿Qué es el continuo (des)estrés-ansiedad-depresión?

El estrés es lo que nuestros cuerpos y mentes experimentan al adaptarse a un entorno en constante cambio, a la vida. "Estoy tan estresado..." ¿Cuántas veces ha oído, pensado o dicho esto? Lo que experimentas es que te sientes incapaz de manejar todo lo que se supone que debes hacer: demasiado trabajo, poco tiempo y menos recursos de los necesarios... eso es DES-estrés. Cuando percibes que una situación, evento o problema supera tus recursos o habilidades, tu cuerpo reacciona automáticamente con la respuesta de "lucha o huida". Cuando el (des)estrés se acumula con el tiempo, puede experimentar irritabilidad, dolores, problemas de sueño o una disminución en el rendimiento. Si el estrés no se controla, los síntomas empeorarán, causando olvidos, quejas físicas severas, enfermedad, ansiedad, pánico y/o depresión. El estrés, la ansiedad y la depresión se sitúan en un continuo, así que cuanto antes empecemos a hacer algo al respecto, mejor.

¿Cómo funcionan las emociones?

Emoción, del latín emovere, de e- "fuera" y movere "mover". Las emociones son energía interna que nos guía para hacer y actuar. Las emociones se pueden dividir en agradables y desagradables, pero son adaptativas y proporcionan información sobre nuestras necesidades. Por ejemplo, la náusea nos impide ingerir alimentos en mal estado o venenosos, o el miedo activa la respuesta de lucha o huida, y el amor necesitamos para crear nuestros lazos afectivos desde el nacimiento, necesarios para un crecimiento saludable.

Sentimos y ubicamos las emociones en nuestro cuerpo: en el estómago, la garganta o la espalda. Estos sentimientos son la forma en que nuestras emociones deben expresarse. Estos sentimientos necesitan ser escuchados, para averiguar qué necesitamos realmente. Necesitamos dar espacio a los sentimientos para que se expresen, sean agradables o desagradables. La inteligencia emocional adecuada se logra cuando reconocemos nuestras emociones y las de los demás, y somos capaces de gestionarlas, de sostenerlas. Para hacer esto, es interesante saber que la forma en que pensamos afecta a lo que sentimos. Por ejemplo, si piensas y crees que hay una alta posibilidad de que tus seres queridos mueran de COVID-19 o no regresen de la guerra, puedes sentir ansiedad, y como resultado, es posible que no salgas de casa o no dejes que nadie se acerque a tus seres queridos, no podrás apoyar a los jóvenes, etc. Si puedes cambiar tu forma de pensar sobre la situación específica a la que te enfrentas y mantenerte positivo, tu ansiedad disminuirá, y es más probable que no te autoaisles. Cada vez más, el trabajo juvenil está incluyendo programas específicos y acciones genéricas para desarrollar la inteligencia emocional.

¿Qué son los mecanismos de defensa?

Los mecanismos de defensa son estrategias psicológicas que las personas utilizan para separarse de acontecimientos, acciones o pensamientos desagradables. Estos pueden ayudar a las personas a distanciarse de sentimientos no deseados (o ingobernables). Algunos mecanismos de defensa son la negación, la represión, la proyección, la racionalización, etc. Estos mecanismos tienen la función de proteger el bienestar de las personas. Si alguien no está preparado para afrontar un acontecimiento traumático, se ponen en marcha estos mecanismos. Un mecanismo de defensa puede volverse patológico cuando su uso persistente lleva a un comportamiento desadaptativo, resultando en un efecto adverso en la funcionalidad social del individuo y en su salud física o mental.

Trabajadores juveniles y autocuidado

"El autocuidado es cómo recuperas tu poder".
Lalah Delia (@LalahDelia, 31.03.2021)

Da Silva y Neto (2021) mencionan que los profesionales de la salud y cuidado están experimentando niveles más altos de ansiedad (13% frente al 8,5%) y depresión (12,2% frente al 9,5%) en comparación con profesionales de otras áreas. Blanco-Donoso et al. (2020) detallan los riesgos psicosociales que enfrentan los profesionales de la salud durante el COVID-19, como el estrés laboral, el estrés traumático secundario, el agotamiento, el conflicto trabajo-familia o la violencia en el trabajo. Necesitamos estar conscientes y actuar en consecuencia. Necesitamos prevenir el agotamiento.

Los trabajadores juveniles enfrentan desafíos únicos en sus esfuerzos por apoyar a jóvenes que han experimentado trauma o estrés relacionado con conflictos. Nuestra investigación revela que las demandas de este trabajo pueden afectar a su propio bienestar mental. Se expresaron preocupaciones sobre el agotamiento e incluso el trastorno de estrés postraumático (TEPT), lo que resalta la importancia de estrategias de autocuidado y bienestar para los trabajadores juveniles.

El autocuidado y el bienestar son aspectos cruciales del trabajo juvenil en áreas afectadas por conflictos. Los trabajadores juveniles deben priorizar su propia salud mental para apoyar efectivamente a los demás. Los programas de formación deberían incorporar técnicas de autocuidado, estrategias de manejo del estrés y orientación sobre el mantenimiento de un equilibrio saludable entre el trabajo y la vida personal. Como dijo acertadamente un entrevistador: "No nos cuidamos a nosotros mismos. ¿Cómo se supone que debemos cuidar a los demás?" Este sentimiento subraya la verdad fundamental de que los trabajadores juveniles deben estar bien apoyados para proporcionar un apoyo efectivo a los demás.

En las siguientes secciones, exploraremos estrategias prácticas para que los trabajadores juveniles mejoren su propio bienestar mientras apoyan efectivamente a los jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados. Al priorizar el autocuidado y construir resiliencia, los trabajadores juveniles pueden cumplir mejor sus roles como agentes de cambio positivo en la vida de los jóvenes vulnerables.

¿Cómo puedo hacerlo siendo un trabajador juvenil?

Amplíe sus recursos: la formación en aspectos específicos como la intervención en crisis, la inteligencia emocional, etc., puede ayudarle a sentirse más competente. Implemente la supervisión: este es el proceso mediante el cual un equipo discute regularmente su trabajo con alguien experimentado. Por lo tanto, se recomienda crear equipos interdisciplinarios, compartir tus preocupaciones y problemas con colegas, supervisores y gerentes, y encontrar soluciones dentro de tu equipo. Por tu cuenta, puedes:

- Haga ejercicio, manténgase activo;
- Comer saludablemente;
- Reserve tiempo para dormir;
- Crear y conectarte a una red de apoyo;
- Aprender y practicar técnicas de meditación como la atención plena.

Salud mental y trabajo juvenil van de la mano

¿Qué son la salud mental y el bienestar emocional? En este capítulo responderemos a esas preguntas, además de cómo cuidarnos, protegernos y prevenir el agotamiento.

La salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta a cómo pensamos, sentimos y actuamos. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones saludables.

El primer paso es el autocuidado, que significa cualquier actividad que hagamos deliberadamente para cuidar nuestra salud mental, emocional y física. Aprender a comer bien, reducir el estrés, hacer ejercicio regularmente y tomarse un tiempo cuando lo necesite son pilares del autocuidado y pueden ayudar a mantenerse saludable, feliz y resiliente.

A su vez, mantenerse saludable, feliz y resiliente significa que eres tú:

- Más confiado
- Más enérgico
- Más productivo
- Más creativo
- Más útil
- Más perdonador
- Más popular
- Más amable con los demás.

"Necesitamos sentido común y el toque humano, no a una persona clínica".
- Joven, aquí Sheffield

La New Economics Foundation (NEF) destaca cinco acciones que la investigación nos dice que pueden mejorar nuestro bienestar mental: conectar, seguir aprendiendo, dar, notar y estar activo.

A continuación, algunas formas en que las organizaciones juveniles pueden incorporar estos enfoques en su trabajo.

Cinco maneras de bienestar

Conectar:
Las organizaciones juveniles a menudo ofrecen oportunidades para que los jóvenes se reúnan, construyan conexiones y amistades, y proporcionen apoyo entre ellos. Esto puede ayudar a construir tolerancia y empatía entre los jóvenes y ser particularmente poderoso para grupos en mayor riesgo de desarrollar problemas de salud mental. Los ejemplos incluyen:

- Un grupo de jóvenes madres que promueve su independencia y fortalezas (Fermanagh)
- Grupos de jóvenes hombres (Newham y Fermanagh)
- Grupos de jóvenes voluntarios que han diseñado y llevado a cabo actividades para mejorar el bienestar de sus compañeros (todos los sitios)

"He aprendido a dar respeto a las personas. Nos han dado actividades para ayudarnos - qué hacer si estás en un grupo y quieres conocerlos. Habilidades y actividades de trabajo en equipo. Cuando me uní por primera vez, fue realmente útil; había personas locales que podía conocer. La gente a mi alrededor dice que ahora empiezo a hablar y hablar".
- Joven, Right Here

Seguir aprendiendo:
Las oportunidades de aprendizaje pueden ocurrir a través de cursos educativos estructurados y capacitaciones, pero también mediante el desarrollo de conocimientos prácticos y habilidades para la vida. Todo esto ofrece la oportunidad de que los jóvenes construyan su confianza y autoestima. Los ejemplos incluyen:

- Campeones del Bienestar - un programa de capacitación acreditado de diez semanas que fomenta a los jóvenes a abogar por actividades de mejora del bienestar (Newham)
- ¿Te atreves a compartir? - un juego de mesa diseñado por jóvenes para aumentar la comprensión sobre problemas de salud mental y el estigma asociado (Sheffield)

GIVENEF dice que "verte a ti mismo y tu felicidad vinculados a la comunidad más amplia puede ser increíblemente gratificante y crea conexiones con las personas a tu alrededor". Desarrollar oportunidades para que los jóvenes marquen la diferencia en sus comunidades puede tener un valor considerable en la mejora del bienestar mental y la conexión social. Ejemplos del enfoque Right Here en actividades comunitarias incluyen:

- Youth Bank, un programa de concesión de subvenciones comunitarias dirigido por jóvenes (Fermanagh)
- Embajadores de Salud Mental (Sheffield)
- Paneles de jóvenes y grupos de voluntarios, trabajando con el personal para dar forma y llevar a cabo programas (todos los sitios)

-

"Comenzar con el Banco Juvenil y ayudar a la gente a ayudarse a sí mismos y a su propia comunidad... eso fue algo grandioso... Fue fantástico participar en ayudar a otras personas a conocer la salud mental."
- Joven, Right Here Fermanagh

Tomar nota
Tomar nota puede significar observar el mundo que te rodea, pero también puede incluir reflexionar sobre lo que estás sintiendo y apreciar lo que te importa. Varios cursos de Right Here se han centrado en reconocer y tratar emociones negativas, como la ira:

- Cage the Rage (Sheffield)
- Keep Calm and Carry On (Brighton y Hove)

"Me ha enseñado a manejar mis problemas de ira. A veces se me olvida, pero cuando me doy el tiempo para pensar en las cosas, simplemente no me enfado. Es increíble. Nunca habría sabido esto por mí mismo si no hubiera venido aquí".
- Joven, Right Here Brighton and Hove

Manténgase activo
El ejercicio y la actividad física pueden promoverse a través de grupos específicos, clubes y actividades organizadas por grupos juveniles o en asociación con centros de recreación. Además de los beneficios para la salud física, estas actividades pueden promover una variedad de beneficios para el bienestar mental, como mejorar el estado de ánimo y fomentar la interacción social y la amistad. También puede ayudar a los jóvenes a comprender las conexiones entre la salud mental y la salud física. Ejemplos de grupos de actividad física desarrollados en Right Here son:

- Escalada en roca en interiores (Brighton y Hove)
- Clases de boxeo sin contacto (Newham)
- Pesca (Fermanagh)
- Caminata y charla (Sheffield y Brighton y Hove)

El campo del bienestar subjetivo (SWB) se ocupa principalmente de la evaluación de las personas sobre sus vidas; sin embargo, incluye una amplia gama de conceptos, desde estados de ánimo momentáneos hasta juicios globales sobre la satisfacción con la vida.

Elementos del bienestar subjetivo
- Felicidad: un estado emocional de cómo se siente consigo mismo y con el mundo.

- **Satisfacción con la Vida:** juicio más global sobre tu aceptación de la vida, más una evaluación cognitiva.

El Trabajo Juvenil puede ayudar a los jóvenes a convertirse en:

- Mejor capaces de entender y manejar sus emociones, más esperanzados y optimistas
- Más fuertes y resistentes
- Más felices
- Menos impulsivos (Frude, 2).
•

Cinco caminos hacia el bienestar:
- Regale
- Sea activo
- Seguir aprendiendo
- Tome nota
- Conecte

Visión construccionista de la resiliencia el enfoque y el objetivo del trabajo juvenil es asegurar sistemas y marcos de calidad que garanticen su mejora y demuestren su impacto y valor.

La resiliencia es la capacidad de recuperarse de los contratiempos y adaptarse a las circunstancias difíciles, necesaria para prosperar y prosperar. Es una herramienta psicológica fundamental que nos capacita para sentirnos eficaces y capaces de manejar la incertidumbre.

Visión construccionista de la resiliencia el enfoque y el objetivo del trabajo juvenil es asegurar sistemas y marcos de calidad que garanticen su mejora y demuestren su impacto y valor.

La resiliencia es la capacidad de recuperarse de los contratiempos y adaptarse a las circunstancias difíciles, necesaria para prosperar y prosperar. Es una herramienta psicológica fundamental que nos capacita para sentirnos eficaces y capaces de manejar la incertidumbre.

La resiliencia es crucial en los contextos afectados por la guerra debido a los extraordinarios retos y adversidades a los que se enfrentan los individuos y las comunidades que viven en esos entornos. He aquí por qué la resiliencia es importante en estos contextos:

Afrontar el trauma: La guerra y los conflictos armados exponen a los individuos a una violencia extrema, pérdidas, desplazamientos y otras experiencias traumáticas. La resiliencia permite a los individuos hacer frente a estos traumas, adaptarse a circunstancias adversas y navegar por las secuelas emocionales del conflicto.

Reconstruir vidas: La resiliencia capacita a las personas para reconstruir sus vidas tras la destrucción y los trastornos causados por la guerra. Fomenta un sentido de esperanza, agencia y determinación para superar los obstáculos y perseguir objetivos significativos a pesar de los inmensos desafíos.

Proteger la salud mental: La resiliencia desempeña un papel protector en la preservación de la salud mental en medio del caos y la inestabilidad de los entornos afectados por la guerra. Ayuda a los individuos a mantener el equilibrio emocional, a resistir el desarrollo de trastornos mentales como la depresión y la ansiedad, y a recuperarse de los contratiempos.

Fomentar la fuerza comunitaria: La resiliencia no es sólo un atributo individual sino también un fenómeno colectivo. En las comunidades afectadas por la guerra, la resiliencia refuerza los vínculos sociales, fomenta las redes de apoyo mutuo y promueve la solidaridad frente a la adversidad. Permite a las comunidades unirse, movilizar recursos y colaborar en los esfuerzos de reconstrucción.

Promover la recuperación y la reconstrucción: La resiliencia es esencial para los esfuerzos de recuperación y reconstrucción a largo plazo en las zonas afectadas por la guerra. Impulsa la in- novación, el ingenio y la adaptabilidad, facilitando el desarrollo de soluciones sostenibles a retos complejos como la reconstrucción de las infraestructuras, la revitalización de las economías y la promoción de la reconciliación.

En general, la resiliencia sirve como recurso vital para que los individuos y las comunidades puedan soportar las profundas perturbaciones y dificultades causadas por la guerra y los conflictos armados. Es una piedra angular de la supervivencia, la recuperación y la renovación en medio de la adversidad, ofreciendo un faro de esperanza y fortaleza en los tiempos más oscuros.

Realice su Inventario de Resiliencia

El difunto doctor Al Siebert fundó el Centro de Resiliencia en Portland, Oregón. Desarrolló un rápido test de resiliencia. Realice este test, adaptado de The Resi- lience Advantage (2015).



Puntúese del 1 al 5 (1 = totalmente en desacuerdo; 5 = totalmente de acuerdo):

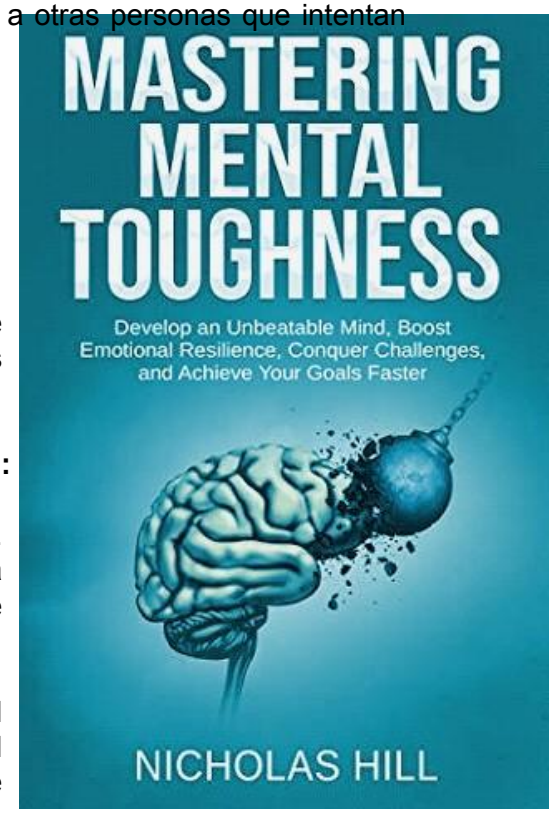
-Suelo ser optimista. Veo las dificultades como algo temporal y espero superarlas.
- -Los sentimientos de rabia, pérdida y desánimo no duran mucho.
- -Puedo tolerar altos niveles de ambigüedad e incertidumbre sobre las situaciones.
- -Me adapto rápidamente a las novedades. Soy curioso. Hago preguntas.
- -Soy juguetona. Encuentro el humor en las situaciones difíciles y puedo reírme de mí mismo.
- -Aprendo valiosas lecciones de mis experiencias y de las experiencias de los demás.
- -Soy bueno resolviendo problemas. Soy bueno haciendo que las cosas funcionen bien.
- -Soy fuerte y duradera. Me mantengo bien en los momentos difíciles.
- -He convertido la desgracia en buena suerte y he encontrado beneficios en las malas experiencias.

Convierta sus puntuaciones con la siguiente clave:

Menos de 20: Baja resiliencia - Puede tener problemas para manejar la presión o los contratiempos, y puede sentirse profundamente herido por cualquier crítica. Cuando las cosas no van bien, puede sentirse impotente y sin esperanza. Considere la posibilidad de buscar algún consejo o apoyo profesional para desarrollar sus habilidades de resiliencia. Póngase en contacto con otras personas que compartan sus objetivos de desarrollo.
10-30: Algo de resiliencia - Tiene algunas aptitudes valiosas a favor de la resiliencia, pero también mucho margen de mejora. Esfuércese por reforzar las caracterís- ticas que ya tiene y por cultivar las que le faltan. Puede que también desee buscar algún tipo de asesoramiento o apoyo externo.

30-35: Resiliencia Adecuada - Usted es un aprendiz automotivado que se recupera bien de la mayoría de los retos. Aprender más sobre la resiliencia, y desarrollar conscientemente sus habilidades de resiliencia, le capacitará para encontrar más alegría en la vida, incluso ante la adversidad.

35-45: Muy resistente - Se recupera bien de los reveses de la vida y puede prosperar incluso bajo presión. Podría ser útil a otras personas que intentan afrontar mejor la adversidad.



Mental Toughness 2-Minute Hack Activity Esta actividad es un truco de vida para desarrollar la fortaleza mental en menos de dos minutos. Es tentador, pero ¿es demasiado bueno para ser verdad?

Jason Selk, un entrenador de rendimiento que ha entrenado a una serie de atletas olímpicos y profesionales, utiliza este ejercicio:

Pruebe este truco de centrado de 2 minutos:

Comience con una respiración centrada. Inspire durante seis segundos. Manténgala durante dos segundos. Exhale durante siete segundos.

Recite una declaración de identidad personalizada que enfatice una cualidad positiva y especifique algo en lo que quiere convertirse en cinco segundos, como "Tengo confianza en mí misma y soy pasional" o "Soy constantemente excelente cada día como líder, ejecutiva y madre".

Visualice su carrete de lo más destacado durante 60 segundos-
Piense en tres cosas que haya hecho bien el último día. Ensaye mentalmente tres cosas importantes que tiene que hacer hoy. Repita su declaración de identidad durante cinco segundos. Termine con otro ciclo de respiración centrada: inspire durante seis segundos, mantenga la respiración durante dos y luego espire durante siete.

Alerta temprana, respuesta temprana

La promoción de la salud mental intenta fomentar y aumentar los factores de protección y los comportamientos saludables que pueden ayudar a prevenir la aparición de un trastorno mental diagnosticable y reducir los factores de riesgo que pueden conducir al desarrollo de un trastorno mental.
¿Por qué son importantes la prevención y la salud mental? La salud mental es importante porque puede ayudarle a:
- Hacer frente al estrés de la vida;
- Esté físicamente sano;
- Tenga buenas relaciones;
- Haga contribuciones significativas a su comunidad;
- Trabaje de forma productiva;
- Desarrolle todo su potencial.

Así pues, la salud mental incluye nuestro bienestar emocional, psicológico y social. Afecta a cómo pensamos, sentimos y actuamos. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones saludables.
Las estrategias de cribado y las intervenciones de detección precoz pueden permitir vías de atención sanitaria más eficaces, al actuar mucho antes de que los problemas de salud empeoren o al prevenir su aparición.
La prevención siempre es mejor y más sencilla porque es más fácil evitar que se produzca un problema, una enfermedad, etc., que detenerlo o corregirlo una vez que ha comenzado.
Entonces, ¿cómo reconocer que esa persona, un trabajador juvenil necesita ayuda profesional de la psicología?

Todo el mundo necesita este tiempo de reflexión, sólo para sentarse en un lugar tranquilo y pensar en lo que está ocurriendo en su vida. ¿Cómo se siente? ¿Va todo bien? Podemos sentir un estado de agotamiento y agobio. Aunque esto es cierto en parte, el agotamiento es mucho más complejo.

El agotamiento comienza de una forma aparentemente inofensiva: con menos entusiasmo hacia su trabajo. Si dice "sí" a más encargos y tareas, se da cuenta de que no puede encajarlo todo en las horas normales de oficina. Como resultado, el trabajo empieza a afectar a su vida cotidiana personal y su

salud también. ¿Cuáles son exactamente estos primeros signos? Puede tener problemas para concentrarse o aprender. A veces incluso irritabilidad o ira. A veces incluso preocupación excesiva, miedo o tristeza. ¿Duerme lo suficiente? Cuando no duerme lo suficiente, puede empezar a tener más pensamientos negativos o a volverse más emocional. ¿Se siente desesperanzado la mayoría de los días? Sentirse desesperanzado puede crear una espiral de pensamientos negativos. Puede hacernos ver la luz al final del túnel. Si de repente empieza a comer más o menos de lo que es normal para usted, también podría ser una señal. Si se siente culpable o despreocupado cuando trabaja con jóvenes, le resulta más difícil comprender sus problemas y siente que no puede ayudar a nadie. Es otra señal. Sigue preguntándoselo. ¿Necesito asesoramiento o apoyo psicológico?

El primer paso es averiguar la gravedad de sus síntomas para saber si ha llegado el momento de dar el siguiente paso. Concluyamos: Si tiene:

1Puedo gestionar o controlar mis emociones. cuando trabaja o incluso cuando se reúne con amigos

2Abrumado. Puede sentir que tiene demasiadas cosas que hacer o demasiados problemas a los que hacer frente. - Cansancio.

3Desesperanza: Puede sentirse desmotivado de vez en cuando, pero si siente que no hay motivación en nada de lo que hace, o no espera con impaciencia el día siguiente en el trabajo y ni siquiera se emociona al reunirse con sus amigos o cuando ocurre algo agradable.

4 Cambios en el sueño. Le falta sueño o, por el contrario, siempre quiere irse a la cama.

5Su estado de ánimo está afectando a su trabajo. Es normal sentirse deprimido o ansioso algunas veces, pero si se encuentra constantemente cuestionando su vida y luchando por terminar las tareas diarias en el trabajo o en casa, buscar terapia es una buena idea. **6** Trastornos alimentarios. Quiere comer más o no tiene apetito e incluso sus platos favoritos pueden llamarle la atención.

7 Retraimiento social. Hay muchas personas introvertidas que prefieren pasar tiempo a solas, pero si se siente a disgusto con los demás o teme estar con otras personas, también podría ser una señal temprana.

Así que estas señales indican que es hora de acudir a un psicólogo y mejorar su vida.

Prevención del Burnout

Es un estado de agotamiento emocional, físico y mental causado por un estrés excesivo y prolongado. Se produce cuando usted se siente abrumado, emocionalmente agotado e incapaz de satisfacer las demandas constantes. A medida que el estrés continúa, usted empieza a perder el interés y la motivación que le llevaron a asumir un determinado papel en primer lugar.

El agotamiento reduce la productividad y mina su energía, dejándole cada vez más desamparado, desesperanzado, cínico y resentido. Al final, puede llegar a sentir que ya no tiene nada más que dar.w

Los efectos negativos del agotamiento se extienden a todos los ámbitos de la vida, incluidos el hogar, el trabajo y la vida social. El agotamiento también puede provocar cambios a largo plazo en su cuerpo que le hagan vulnerable a enfermedades como los resfriados y la gripe. Debido a sus muchas consecuencias, es importante tratar el agotamiento de inmediato.

Puede estar en el camino del agotamiento si:

- Cada día es un mal día
- Preocuparse por su vida laboral o doméstica parece una pérdida total de energía;
- Está agotado todo el tiempo;
- La mayor parte de su día la dedica a tareas que le resultan aburridas o abrumadoras;
- Siente que nada de lo que hace marca la diferencia o es apreciado.

Signos y síntomas físicos del agotamiento

- Sentirse cansado y agotado la mayor parte del tiempo;
- Inmunidad disminuida, enfermedades frecuentes;
- Dolores de cabeza o musculares frecuentes;
- Cambio en el apetito o en los hábitos de sueño.

Signos y síntomas emocionales del agotamiento
- Sensación de fracaso y duda de sí mismo.
- Sentirse indefenso, atrapado y derrotado.
- El desapego, el sentirse solo en el mundo.
- Pérdida de motivación. Perspectiva cada vez más cínica y negativa.
- Disminución de la satisfacción y la sensación de logro.

Signos y síntomas conductuales del burnout
- Retirarse de las responsabilidades.
- Aislarse de los demás.
- Procrastinar, tardar más en hacer las cosas.

Recurrir a la comida, las drogas o el alcohol para sobrellevar la situación.
- Desquitarse de las frustraciones con los demás.
- Saltarse el trabajo o llegar tarde e irse temprano.

La diferencia entre estrés y agotamiento
El agotamiento puede ser el resultado de un estrés incesante, pero no es lo mismo que demasiado estrés. El estrés, en general, implica demasiado: demasiadas presiones que le exigen demasiado física y mentalmente. Sin embargo, las personas estresadas pueden seguir imaginando que si consiguen tenerlo todo bajo control, se sentirán mejor.

Estrés vs. Burnout

Estrés	Burnout
Se caracteriza por un exceso de compromiso Las emociones son exageradamente reactivas Produce urgencia e hiperactividad Pérdida de energía Conduce a trastornos de ansiedad El daño primario es físico Puede matarle prematuramente	Se caracteriza por la desvinculación Las emociones están embotadas Produce impotencia y desesperanza Pérdida de motivación, ideales y esperanza Conduce al desapego y a la depresión El principal daño es emocional Puede hacer que la vida parezca que no vale la pena vivirla

Lidiando con el agotamiento:

Recurrir a otras personas
El contacto social es el antídoto natural contra el estrés y hablar cara a cara con un buen oyente es una de las formas más rápidas de calmar su sistema nervioso y aliviar el estrés. La persona con la que hable no tiene por qué ser capaz de "arreglar" sus factores estresantes; sólo tiene que ser un buen oyente, alguien que escuche atentamente sin distraerse ni emitir juicios.

Reevalúe sus prioridades
Tómese tiempo para pensar en sus esperanzas, objetivos y sueños. ¿Está descuidando algo verdaderamente importante para usted? Esta puede ser una oportunidad para redescubrir lo que le hace feliz y para bajar el ritmo y darse tiempo para descansar, reflexionar y curarse.
Establezca límites. No se extralimite. Aprenda a decir "no" a las peticiones sobre su tiempo. Si le resulta difícil, recuérdese que decir "no" le permite decir "sí" a los compromisos que desea contraer.

Tómese un descanso diario de la tecnología.
Fije un momento al día en el que desconecte por completo. Guarde el portátil, apague el teléfono y deje de consultar el correo electrónico o las redes sociales.
Alimente su lado creativo. La creatividad es un poderoso antídoto contra el agotamiento. Pruebe algo nuevo, inicie un proyecto divertido o retome su afición favorita. Elija actividades que no tengan nada que ver con el trabajo o con lo que le esté causando estrés. Reserve tiempo para la relajación. Las técnicas de relajación como el yoga, la meditación y la respiración profunda activan la respuesta de relajación del cuerpo, un estado de reposo que es lo contrario de la respuesta al estrés.

Duerma lo suficiente. Sentirse cansado puede exacerbar el agotamiento haciendo que piense de forma irracional. Mantenga la calma en situaciones estresantes durmiendo bien.

Aumente su capacidad para mantenerse en la tarea
- Aprenda a reducir el estrés en el momento.
- Gestione los pensamientos y sentimientos problemáticos.
- Motívese para dar los pasos que pueden aliviar el estrés y el agotamiento.
- Mejore sus relaciones en el trabajo y en casa.
- Redescubra la alegría y el significado que hacen que el trabajo y la vida merezcan la pena.
- Aumente su salud y felicidad general.

Haga del ejercicio una prioridad
Intente hacer ejercicio durante 30 minutos o más al día o divídalo en breves periodos de actividad de 10 minutos. Un paseo de 10 minutos puede mejorar su estado de ánimo durante dos horas. El ejercicio rítmico, en el que mueve tanto los brazos como las piernas, es una forma enormemente eficaz de levantar el ánimo, aumentar la energía, agudizar la concentración y relajar tanto la mente como el cuerpo. Pruebe a caminar, correr, hacer pesas, nadar, practicar artes marciales o incluso bailar. Para maximizar el alivio del estrés, en lugar de seguir concentrándose en sus pensamientos, concéntrese en su cuerpo y en cómo se siente mientras se mueve: la sensación de sus pies golpeando el suelo, por ejemplo, o el viento sobre su piel.

Apoyo a los trabajadores en el ámbito de la juventud

La ACT es ideal para desarrollar la flexibilidad psicológica en los trabajadores juveniles que trabajan con jóvenes vulnerables porque nos orienta hacia valores y acciones comprometidas a la vez que nos enseña a aceptar lo que no podemos cambiar. Esto permitiría a los trabajadores en el ámbito de la juventud afrontar mejor los sentimientos que surgen en sus funciones, desconectar de su trabajo y evitar el agotamiento. Del mismo modo, si los monitores juveniles no sólo desarrollan la flexibilidad psicológica sino que adquieren las herramientas con las que, a su vez, pueden ayudar a los jóvenes a establecer su flexibilidad psicológica, su duro trabajo se vería respaldado de una forma aún más significativa.

Los seis principios básicos de ACT están interrelacionados. Conocer y seguir estos principios ayudaría a los monitores juveniles a centrarse en los comportamientos de control y evitación inútiles y, al mismo tiempo, potenciaría la flexibilidad psicológica:

-Difusión cognitiva: Aprender métodos para reducir la tendencia a rectificar pensamientos, imágenes, emociones y recuerdos.

-Aceptación: Permitir que las experiencias privadas no deseadas (pensamientos, sentimientos e impulsos) aparezcan y desaparezcan sin luchar contra ellas.

-Contacto con el momento presente: Ser consciente del aquí y ahora, ex- perimentado con apertura, interés y receptividad (como la atención plena)

-El yo observador: Acceder a un sentido trascendente del yo, una continuidad de la conciencia que no cambia

- Los valores: Descubrir qué es lo más importante para la persona

-Acción comprometida: Establecer objetivos de acuerdo con los valores y llevarlos a cabo de forma responsable, al servicio de una vida con sentido.

La psicoterapia presencial tradicional como la ACT puede no estar disponible o no ser accesible para muchos trabajadores juveniles que apoyan a jóvenes en circunstancias difíciles, especialmente los que viven en zonas rurales o con pocos recursos. Sin embargo, los tratamientos CBT informatizados muestran resultados prometedores en el tratamiento de los trastornos de ansiedad y depresión, así como en la creación de formas saludables de afrontar el estrés. Es de esperar que este tipo de avances formen parte de un futuro en el que los monitores juveniles puedan protegerse mejor contra el estrés y el agotamiento, sentirse más realizados en su trabajo y transferir sus conocimientos y habilidades sobre salud mental positiva a los jóvenes con los que trabajan.

Identificación de sus propios límites personales

En primer lugar, trata de por qué establecer límites saludables en el trabajo con jóvenes es importante, no sólo para el monitor juvenil sino también para los jóvenes y la organización. Después, el capítulo presenta dos métodos que pueden utilizarse para reflexionar e identificar los límites personales.
El éxito del trabajo con jóvenes se basa en una relación de confianza que apoye la comunicación abierta y el intercambio de información. Los límites pretenden apoyar esta relación eficaz y profesional, al tiempo que identifican los límites en torno a los comportamientos apropiados en la relación. Para practicar con éxito el trabajo con jóvenes es necesario dar prioridad a unos límites sanos. Los límites no sólo protegen a los jóvenes con los que se trabaja, sino también al monitor juvenil y a la organización juvenil.

Los límites saludables con los jóvenes

- Garantice un espacio seguro para todos;
- Fomentar la confianza de los jóvenes, los trabajadores juveniles, las organizaciones y la comunidad en general;
- Promueva el empoderamiento y evite las relaciones malsanas y dependientes.

Además:

- Promover el bienestar y evitar el agotamiento del monitor juvenil;
- Ser un modelo de límites saludables de forma que se fomente la autonomía y la independencia, evitando la dependencia de los jóvenes;
- Promover un entorno profesional para prestar servicios impactantes y mi- tigar los riesgos indebidos fomentando la seguridad física y emocional de todos en la organización.

Para promover la identificación y el establecimiento de límites como trabajador juvenil, este capítulo quiere presentar diferentes métodos y estrategias que los trabajadores juveniles pueden utilizar. Además, para que los monitores juveniles practiquen la identificación de sus límites, pero al mismo tiempo las estrategias también pueden ser útiles en su trabajo con los jóvenes.

Estrategias para identificar los límites personales

Límites: Los límites son una representación externa de sus valores. Tendrá diferentes límites en diferentes situaciones en función de sus valores y de las normas de la sociedad.

Si se encuentra repetidamente en situaciones con personas que le hacen sentir incómodo, estresado, ansioso, deprimido, enfadado o frustrado, necesita establecer límites más estrictos. Cuando la gente hace o dice cosas que desencadenan una reacción emocional tensa en nuestro interior, es una señal de que han traspasado un límite.

Encuentre más información sobre límites personales en esta hoja informativa: https://www.therapistaid.com/therapy-worksheet/boundaries-psychoeducation-printout

Ejercicio de preguntas

Para hacerse una idea de sus límites, empiece por responder a las siguientes preguntas:

-¿Hay algún individuo que le haga sentirse inseguro, herido, frustrado, triste o enfadado después de pasar tiempo con él?
- ¿Cómo son sus interacciones típicas con estas personas?
- ¿Qué ha hecho en el pasado para controlar la situación?
- ¿Qué ha funcionado y qué no?
- ¿Qué comportamientos o acciones le gustaría que la gente dejara de dirigirle?
- ¿Qué afirmaciones desearía que la gente dejara de decirle?

-¿Qué cosas le dice la gente que minan su confianza o su autoestima?
- ¿La gente asume que se siente cómoda con ciertos temas que no es así?
- Cuando ciertas personas le piden favores, ¿se siente abrumada?
- ¿Qué cosas dice la gente sobre los demás que le hacen sentirse incómodo?
- ¿Hay cosas que le incomoda compartir con los demás?
- ¿Siente la necesidad de comportarse de forma diferente con los distintos grupos sociales?
- ¿Se siente presionado para realizar actividades que no desea?
- ¿Qué situaciones le hacen sentirse atacado o a la defensiva?
- ¿Con quién se siente seguro para hacer valer una necesidad?
- ¿Quién cree que le faltaría el respeto a su espacio personal y a sus valores?
- ¿Con qué situaciones puede ser más flexible?

-¿Qué ha sucedido en el pasado que hace que estas personas, comportamientos o situaciones le resulten incómodos?
- ¿Qué quiere evitar que ocurra en el futuro?

Utilizando estas preguntas como guía, podrá identificar momentos de su vida en los que alguien le ha hecho sentirse incómodo. A medida que identifique la incomodidad, estará marcando un límite. Su límite es el punto de la situación justo antes de sentirse incómodo. Una vez que haya respondido a las preguntas y haya tomado conciencia de los momentos del pasado en los que se han traspasado sus límites uni- dentificados, podrá formular frases que expresen sus límites en el futuro.

Puede completar estas frases como ejercicio:

La gente puede no
Tengo derecho a pedir
Para protegerme está bien que
Para prevenir la ansiedad o la depresión necesito

Tome las respuestas de sus preguntas y los ejemplos anteriores como directrices para desarrollar sus propios límites. Utilice las respuestas sobre situaciones pasadas en su trabajo para comprender qué palabras, acciones, temas, personas, lugares, acontecimientos y situaciones no quiere repetir por el impacto ne- gativo que tuvieron en su bienestar.

Hoja de trabajo de exploración de límites

Piense en una persona, o un grupo de personas, con las que le cueste establecer límites saludables. Esto podría significar que sus límites son demasiado rígidos (mantiene a esta persona a distancia), demasiado porosos (se abre demasiado), o que existe algún otro problema que no es fácil de etiquetar.

¿Con quién tiene dificultades para establecer límites sanos?
En su relación con la persona que ha enumerado anteriormente, ¿cuáles son sus límites en cada una de las categorías siguientes? Marque con una cruz la columna correspondiente a cada categoría de límites.

Boundary Category	Porous	Rigid	Healthy	Other
Physical Boundaries				
Intellectual Boundaries				
Emotional Boundaries				
Sexual Boundaries				
Material Boundaries				
Time Boundaries				

Tómese un momento para imaginar cómo será cuando empiece a establecer límites saludables con esta persona. Si sus límites son demasiado rígidos, eso puede significar abrirse. Si son porosos, significa establecer límites y decir "no".

Después de rellenar la tabla, puede responder a las siguientes preguntas como ejercicio:

-¿Cuáles son algunas acciones específicas que puede llevar a cabo para mejorar sus límites?
-¿Cómo cree que responderá la otra persona a estos cambios?
- ¿Cómo cree que su vida será diferente una vez que haya establecido ¿límites saludables?

Conclusiones

Apoyar el desarrollo de la calidad para crear un impacto duradero en las lives de los jóvenes incluye la calidad del bienestar y el bienestar de los propios trabajadores juveniles.

El bienestar mental y emocional de los trabajadores juveniles afecta directamente a la productividad y la motivación en el trabajo. Tener una buena salud mental y emocional para los trabajadores juveniles es fundamental para fomentar la resiliencia, la autoconciencia y la satisfacción general. Y va unido a la capacidad de ser más productivos en sus horas de trabajo, mantenerse motivados, aumentar su capacidad de resolución de problemas y ayudar a estar más orientados a la búsqueda de soluciones.

"Los problemas de salud mental no definen quién eres. Son algo que experimentas. Caminas bajo la lluvia y sientes la lluvia, pero, lo más importante, TÚ NO ERES LA LLUVIA". **Matt Haig** *(El libro del consuelo, 2021)*

La salud mental afecta a todos, desde nuestros jóvenes hasta los responsables políticos, pasando por los trabajadores juveniles. Nuestra intervención como trabajadores juveniles se sitúa a menudo en las fronteras del trabajo ra- péutico, y es una buena práctica atender a las necesidades de nuestros jóvenes. Para desarrollar un trabajo de calidad con los problemas relacionados con la salud mental, que es probable que aparezcan cada vez más en el futuro debido al COVID-19 y a la guerra cercana, los monitores juveniles deben adquirir competencias y habilidades específicas. Trabajar en equipos interdisciplinares y mejorar la cooperación entre los distintos profesionales y recursos puede ayudar a los jóvenes con dificultades o evitar que desarrollen problemas de salud mental. Ah, ¡y también cuídese!

Los trabajadores en el ámbito de la juventud están en primera línea, ¡y nuestro trabajo puede marcar la diferencia para muchos jóvenes!

Recursos:

https://pjp-eu.coe.int/en/web/coyote-magazine/psychological-first-aid-in-youth-work
https://www.nya.org.uk/wp-content/uploads/guidance-on-personal-professional-and-en- vironmental-boudnaries.pdf
https://www.phf.org.uk/reader/right-promote-mental-wellbeing-youth-work-practice/
trabajo-juventud-bienestar-mental-va-mano/
www.forbes.com/sites/melodywilding/2023/02/21/am-i-burned-out-how-to-recognize-las-12-etapas-del-apagón/
https://www.talkspace.com/blog/do-i-need-therapy/10 Señales de que necesita un psicólogo- Cuándo acudir a un psicólogo (drnehamehta.com)
https://www.health.state.mn.us/communities/ep/behavioral/pfa.html#:~:text=What%20es%20Psicología%20Primeros%20Auxilios,o%20incluso%20una%20crisis%20personal.
Prevención e intervención precoz en salud mental juvenil: ¿ha llegado la hora de un modelo de atención multidisciplinar y transdiagnóstico? | Revista Internacional de Sistemas de Salud Mental | Completo
Texto (biomedcentral.com)
https://inside.ewu.edu/calelearning/psychological-skills/preventing-burnout/
https://www.helpguide.org/articles/stress/burnout-prevention-and-recovery.htm
https://www.thecenterforgrowth.com/tips/identifying-your-boundaries
https://www.therapistaid.com/therapy-worksheet/boundaries-exploration-activity
https://www.therapistaid.com/therapy-worksheet/boundaries-psychoeducation-printout
https://www.nya.org.uk/wp-content/uploads/guidance-on-personal-professional-and-en- vironmental-boudnaries.pdf
https://www.thecenterforgrowth.com/tips/identifying-your-boundaries
https://www.therapistaid.com/therapy-worksheet/boundaries-exploration-activity
https://www.therapistaid.com/therapy-worksheet/boundaries-psychoeducation-printout
https://www.stpatricks.ie/media-centre/blogs-articles/2021/october/youth-worker-mental-health

Enfoque de sensibilidad intercultural diálogos multiactores.

Carlos Eduardo Cubillos Pérez *(Libre Pensadores de la Sierra y Centro Studi Sereno Regis)*
Antonios Hazim, Amer Katbeh (Hiwarat e.V.)
Erion Krasniqi (Jóvenes Embajadores de la Paz Kosovo)

Este capítulo presenta el enfoque de la sensibilidad intercultural y el diálogo multiac- tor como dos herramientas para el trabajo con jóvenes en contextos de guerra o con jóvenes afectados por conflictos armados. En primer lugar, el capítulo presenta un enfoque teórico de la interculturalidad y el diálogo multiactor. Posteriormente, se presentan métodos prácticos para activar la interculturalidad y el diálogo entre di- ferentes actores en el trabajo con jóvenes. Por último, se muestran dos actividades locales realizadas en el proyecto con estos dos enfoques que ponen de relieve la propuesta del enfoque de la sensibilidad intercultural y el diálogo como instrumentos útiles para la rehabilitación de jóvenes afectados por conflictos armados.

El principio de interculturalidad abarca todas las formas y procesos de socialización: económicos, políticos, éticos, jurídicos, laborales, sanitarios, deportivos, entre otros. Como principio, promueve el intercambio y las relaciones interpersonales y colectivas, erradicando todo tipo de desigualdad sin suprimir las diferencias ni las identidades culturales. En este marco, la interculturalidad tiene una orientación sociopolítica de propósito muy claro que se expresa en acciones dirigidas al reconocimiento de las posibilidades y riquezas de nuestra diversidad, al mantenimiento de nuestras identidades y a la lucha contra las desigualdades instaladas en la sociedad para contribuir a la transformación de los conflictos entre culturas y del fra- me estructural que causa la desigualdad política, socioeconómica y cultural.
Los monitores juveniles deben utilizar instrumentos que les permitan trabajar con los im- pactos que los conflictos armados tienen sobre los jóvenes: falta de reconocimiento de sí mismos, dificultades de comunicación, saltos en las fases del ciclo vital, pérdida de los lazos familiares y sociales, dificultades para confiar y establecer relaciones, marginación social, inaccesibilidad al mundo escolar y laboral, entre muchos otros. Además, los monitores de juventud deben crear constantemente un espacio de diálogo entre los múltiples actores que convergen en su trabajo, empezando por los jóvenes beneficiarios, pasando por los servicios de atención primaria, los servicios sociales, las instituciones jurídicas, las escuelas, las familias, los asegurados. de decisiones.

De este análisis surge la necesidad de incorporar un enfoque de interculturalidad y diálogo multiactor que permita a los trabajadores juveniles respetar los diversos orígenes culturales, fomentando la confianza y la compenetración, empatizar con los retos y traumas únicos a los que se enfrentan los jóvenes, adaptar las intervenciones para que sean culturalmente sensibles y eficaces y crear entornos seguros y de apoyo en los que los jóvenes se sientan comprendidos y valorados, con el fin de proporcionar un apoyo integral a los jóvenes afectados por conflictos armados.

Del multiculturalismo a la interculturalidad:

A partir de esta cita es posible hacer una distinción entre multiculturalismo e interculturalismo. No se trata solo de lo estático frente a lo

"La interculturalidad se constituye entonces como una noción propositiva que apunta hacia la articulación de las diferencias y la búsqueda de la complementariedad entre pueblos culturalmente distintos, pero no a la desaparición de las diferencias. (López, 2004)".

dinámica, lo descriptivo frente a lo propositivo, sino más bien las relaciones-hip que se establecen entre las diferentes culturas. Mientras que el multiculturalismo habla de la presencia de diversas culturas con contenidos específicos, la interculturalidad pone el énfasis en los puntos de contacto y, por tanto, en el necesario diálogo entre culturas. La primera postura respeta las particularidades y la segunda propone la posibilidad de establecer vínculos entre ellas. De ahí esta posición de mejora o avance, en el sentido de que no basta con reconocer las diferencias, sino que es necesario ver cómo puede haber enriquecimiento a partir de la interrelación de las culturas.

Las posturas multiculturalistas reconocen la presencia de diferentes culturas, pero no promueven su intercambio o interconexión. Para algunos autores, como Bauman (2001), esto produce un efecto más negativo que positivo. "Aparentemente, el multiculturalismo se guía por el postulado de la tolerancia liberal y por la atención al derecho de las comunidades a la autoafirmación y al reconocimiento público de sus identidades elegidas (o heredadas). Sin embargo, actúa como una fuerza esencialmente conservadora: su efecto es una refundición de las desigualdades, que probablemente no obtengan la aprobación pública, como "diferencias culturales": algo que hay que cultivar y obedecer."

De ello se deduce, por un lado, el peligro del enfoque multicultural que, al respetar la diferencia sin posibilidad de in- tervención, cae en la aceptación de las desigualdades. Por otro lado, la imposibilidad de conexión entre los que son diferentes de alguna manera los iso- liza y les impide crecer a partir del enriquecimiento mutuo.
La interculturalidad, por su parte, reconoce las diferencias entre culturas, pero también busca el diálogo recíproco, evitando asimismo el asimilacionismo unilateral. Implica el reconocimiento explícito del derecho a la diferencia, el re-conocimiento de las diversas culturas, pero desarrollando relaciones e intercambios entre individuos, grupos e instituciones de diferentes culturas. El intercambio es la base de esta postura.

"La multiculturalidad, más allá de expresar la yuxtaposición de culturas sin que tengan ne- cesariamente ningún vínculo o finalidad común, presupone a menudo la exis- tencia de una cultura autónoma y de otra u otras culturas añadidas sobre las que pueden aplicarse políticas integradoras, en el mejor de los casos, o asimilacionistas, en el peor. (...) La interculturalidad, por el contrario, implica una posición igualitaria entre todas las culturas y la adopción de un enfoque conceptual menos unidireccional y más ac- tivo: mientras que lo multicultural evoca la situación, lo intercultural evoca la acción - relación al conllevar la interrelación para el enriquecimiento mutuo"
(Vidal 2003 en Garín Sallán, 2004)

Lo intercultural tiene que ver con las prácticas culturales y los modos de vida específicos de las personas que interactúan, entendiendo que el ámbito de lo intercultural no está fuera de nosotros sino que estamos implicados en él, y éste es el espacio -o la transitabilidad- que se crea a través del diálogo y la comunicación entre culturas. El mecanismo que pone en marcha la interculturalidad, que se considera la forma más desarrollada de diálogo entre culturas y civilizaciones, es el diálogo intercultural.

La competencia comunicativa intercultural consiste en una habilidad comunicativa genérica que nos permite a todos ser flexibles, no dogmáticos y abiertos a la hora de adaptarnos al reto de las interacciones interculturales; es decir, no reducir las nuevas experiencias a categorías preconcebidas y rechazar el etnocentrismo. Esta comunicación debe promover una reflexión crítica sobre nuestros valores y cultura y actitudes sin prejuicios hacia la diferencia, para lo que es esencial adquirir información sobre la historia, los valores, las instituciones y los sistemas de comportamiento de la otra sociedad o sociedades. Con la adquisición de competencia cultural sobre el "Otro" se posibilita la interculturalidad y se destruyen los estereotipos y prejuicios ne- gativos que suelen ser producto de la ausencia o mala calidad de la información sobre los estilos de vida de los otros con los que se interactúa (Barabas, 2014).

Diálogo intercultural

El Diálogo Intercultural es un proceso de comunicación e intercambio que puede traducirse en la interacción entre dos o más individuos y/o grupos que provienen de orígenes o culturas diferentes, donde cada uno de ellos expresa sus ideas, opiniones, aporta información y/o búsquedas. Establece acuerdos o aceptación de divergencias en un ambiente de respeto y reconocimiento de las diferencias culturales, a través de relaciones simétricas y recíprocas. Es un proceso que abarca el ex- cambio abierto y respetuoso de opiniones entre personas y grupos con diferentes tradiciones y orígenes étnicos, cul- turales, religiosos y lingüísticos, en un espíritu de comprensión y respeto mutuos (anesh & Holmes, 2011).

El Instituto Europeo de Investigación Cultural Comparada, formuló una definición de trabajo para el término:
El diálogo intercultural es un proceso que comprende un intercambio o una interacción abierta y respetuosa entre individuos, grupos y organizaciones con diferentes orígenes culturales o visiones del mundo. Entre sus objetivos se encuentran: desarrollar una comprensión más profunda de las diversas perspectivas y prácticas; aumentar la participación y la libertad y capacidad de elección; fomentar la igualdad; y potenciar los procesos creativos. (Consejo de Europa, p. 10)

La comprensión de los procesos interculturales como constitutivos del diálogo resulta especialmente evidente en los estudios que sitúan la diferencia como puntos clave o momentos de negociación en los procesos de diálogo. Es probable que este tipo de estudios consideren que todos los encuentros dialógicos son intrínsecamente interculturales y están integrados en intereses e identidades y contextos nacionales, políticos, económicos, religiosos e históricos; reconocen que la cultura está continuamente en (re)construcción y (re)negociación; y reconocen las complejas y diversas redes de relaciones que establecemos tanto dentro de los grupos como entre ellos (Warren, 2008).

Consejos para llevar a cabo diálogos interculturales (Ministerio de Cultura de Perú, 2015):
- Conocer a los actores inmersos en el diálogo intercultural: identificar a los diferentes grupos de población, conocer su cultura y contexto sociocultural, las experiencias previas de la población y sus expectativas.

-Conocer el contexto sociocultural de las poblaciones inmersas en el diálogo intercultural: historia de la población y ámbito geográfico, dinámicas y estructuras socioculturales locales, sus formas de expresión y lengua predominante, sus formas de comunicación cotidiana y sus medios de información.
-Desarrollar capacidades y competencias en el equipo facilitador: todo el personal debe estar sensibilizado en temas de diversidad cultural y no discriminación; formado en el enfoque intercultural; obtener información de grupos de población inmersos en diálogos interculturales; incorporar la figura de intérpretes, traductores y mediadores interculturales; conocer los marcos normativos existentes.
-Diseñe estrategias de comunicación que acompañen al en- contrado intercultural: adapte los recursos de comunicación: vídeos, carteles, cuñas de radio, folletos u otros a la vida cotidiana, al lenguaje coloquial y, cuando sea pertinente, a la lengua del grupo étnico-cultural; asegúrese de que los recursos de comunicación estén libres de estereotipos y prejuicios; establezca redes de comunicación, recurriendo a formas alternativas de interconexión, que hagan sostenible en el tiempo el proceso iniciado y fortalezcan la institucionalización del diálogo; desarrolle una agenda consensuada, con todos los actores o grupos implicados en el proceso de diálogo.
-Asumir la responsabilidad de los resultados del diálogo: el proceso de diálogo no debe terminar con el encuentro entre grupos de población, el proceso debe terminar con la retroalimentación, la validación y la legitimidad de las poblaciones.
-Reconozca la importancia de los espacios: asegúrese de que los espacios permiten una comunicación fluida, cara a cara, sin interrupciones y en los que los interlocutores están en igualdad de condiciones para dialogar.

Diálogos multiactores

Los diálogos entre múltiples actores pueden ser una herramienta útil para apoyar el trabajo social con los jóvenes afectados por la guerra. Dichos diálogos reúnen a diferentes actores, como jóvenes, líderes comunitarios y trabajadores juveniles, para entablar una comunicación abierta y res- pectiva. Se ha demostrado que son una forma eficaz de ayudar a los jóvenes afectados por la guerra a procesar su trauma, empezar a curarse y capacitarles para tomar las riendas de su vida de forma activa.

Para profundizar en estos aspectos, he aquí algunas formas en las que los diálogos entre múltiples actores pueden apoyar a los jóvenes afectados por la guerra:
-Fomentar la curación: Los diálogos multiactores pueden proporcionar un espacio seguro para que los jóvenes compartan sus experiencias y sentimientos, lo que puede ayudarles a procesar su trauma y empezar a curarse.
-Construir relaciones: Al reunir a diferentes actores, los diálogos multiactores pueden ayudar a crear relaciones y confianza entre los jóvenes y otros miembros de su comunidad.
-Capacitar a los jóvenes: Los diálogos multiactores pueden dar voz a los jóvenes y ayudarles a sentirse capacitados para realizar cambios positivos en sus vidas y comunidades.
-Promover la paz: Al fomentar la comunicación abierta y el entendimiento entre los diferentes actores, los diálogos entre múltiples actores pueden ayudar a promover la paz y reducir los conflictos.

Este capítulo explica cómo los diálogos entre múltiples actores pueden ser una herramienta valiosa para que los trabajadores juveniles ayuden a los jóvenes afectados por la guerra a procesar su propio trauma, desarrollar estrategias de afrontamiento y promover la curación, la capacitación y la paz. Mientras que la primera parte presentará los principios básicos sobre los que se construyen los diálogos, la

En la segunda parte presentaremos varios métodos de diálogo que abarcan las habilidades de diálogo útiles más importantes. Por último, concluiremos con un breve debate sobre los retos potenciales para los facilitadores del diálogo.

Principios básicos

La prevención de la radicalización es uno de los enfoques habituales en el trabajo con jóvenes afectados por la guerra, como los refugiados, que a menudo se basa en las necesidades e intereses de los gobiernos, los donantes y las organizaciones a través de la securitización de los jóvenes afectados por la guerra sin tener en cuenta sus necesidades e intereses. En lugar de este planteamiento, sugerimos seguir un enfoque que promueva el objetivo más genuino de fortalecer la participación cuando se trabaja con jóvenes afectados por la guerra. Esta visión se basa en varios enfoques y conceptos recientes en el contexto de la educación cívica, en particular:

-**Orientación a las necesidades:** Enfoques psicológicamente sensibles y participativos que se centran en el individuo. Abordar las complejas cuestiones de la identidad, la des- criminación y la diversidad.

-**Contextualización (en lugar de culturalización):** La culturalización implica hacer hincapié en el papel de la cultura como fuente estática y argumento para enfoques específicos en el trabajo con individuos concretos. Puede parecer un enfoque lógico y sensible, pero ha demostrado ser demasiado frágil -ya que las culturas no son estáticas-, lo que da lugar a la "otredad" unida a la reproducción de estereotipos. La contextualización, en cambio, trata de obtener una imagen clara de la realidad del indivi- dual. Esto puede lograrse teniendo en cuenta las identidades múltiples del individuo, el estado/situación actual e implicando a los actores relacionados.

-**Relación (más que instrucción):** Este es un aspecto esencial sobre el que se construye la participación. El medio central para aplicar este enfoque es evitar los tipos jerárquicos de relación y ver a los individuos con los que trabajamos a la altura de los ojos, como personas totalmente independientes.

-**Discurso de valores (en lugar de mediación de valores):** El trabajo social dialógico debe tener como objetivo el debate de valores en lugar de la mediación unilateral de valores. Esto es aún más cierto cuando el grupo destinatario ha vivido experiencias que no podemos comprender del todo, como la guerra. Un enfoque de igual a igual puede ayudar a conseguirlo.

Además, nuestro trabajo se basa en un marco conceptual de criterios para la educación cívica conocido como "Declaración de Fráncfort", introducido en 2015. Con aspectos críticos e interdisciplinarios, se basa en el bien establecido "Consenso de Beutels- bach".

Beutelsbach Consensus 1976	Frankfurt Declaration 2015	
Overwhelming prohibition		It is not permissible to catch the learner unprepared or unawares - by whatever means - in order to impart desired opinions and prevent them from "forming an independent judgment".
	Critique of power	Self-determined thought and action is limited by dependencies and overlapping social inequalities. These relations of power and domination must be perceived and analyzed.
	Reflexivity	Civic education is itself part of the political, learning relationships are not free of domination, civic education reveals this involvement.
Controversy	Controversy	Make conflicts and disagreements visible and discuss alternatives.
	Crises	Consider the upheavals and multiple crises of our time.
Interests-oriented		Learners must be able to analyze a political situation and assess how their personal interests are affected, as well as seek ways and means to influence the political situation they have identified according to their personal interests.
	Encouragement	Civic education creates an empowering learning environment where experiences of power and powerlessness are addressed and challenged.
	Change	The goal is to create opportunities for social change through individual and collective action.

En resumen, en esta introducción hemos destacado las posibles funciones de la integración del diálogo en el trabajo social con jóvenes afectados por la guerra, hemos presentado y aclarado los enfoques básicos para establecer un diálogo saludable y hemos dejado claros los principios fundamentales de dicho enfoque crítico. A continuación, hablaremos de las distintas aplicaciones y de su puesta en práctica metódica.

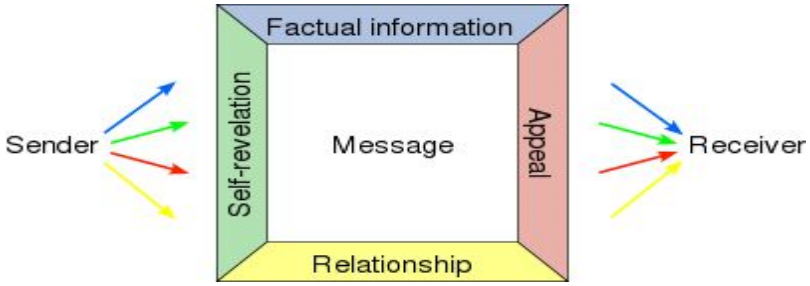
Aspectos Para aplicar con éxito el diálogo como formato de trabajo social, es imprescindible comprender cómo funciona la comunicación y cómo crear un entorno en el que los actores puedan comunicarse libremente.

Como señala Karl Lorenz, científico del comportamiento;

"Dicho" no siempre significa
"dicho", "dicho" no siempre
significa "oído",
oído no siempre significa entendido,
entendido no siempre significa
acordado, acordado no siempre
significa aplicado, aplicado no siempre
significa retenido".

Nos comunicamos constantemente de diferentes maneras: a través del lenguaje corporal, de las expresiones faciales, del habla o de la escritura. Además, existen diferentes tipos de comunicación: verbal, impresa y digital. Para comprender mejor cómo funciona la comunicación, utilizamos el modelo del "cuadrado de la comunicación" de Schulz y Thun, también conocido como el "modelo de las cuatro orejas"), que distingue

- Información factual (Qué): Se refiere al contenido factual del mensaje, como información, datos o declaraciones de hechos.



-Autorrevelación (Quién): Se refiere a la información personal que el remitente revela sobre sí mismo a través del mensaje.
-Relación (Cómo): Se refiere a la relación entre el emisor y el receptor, y a cómo afecta el mensaje a esa relación.
-Llamamiento (Por qué): Se refiere a la acción que el emisor desea que el receptor realice como resultado del mensaje.

Cuando nos comunicamos con jóvenes afectados por la guerra, como trabajadores juveniles debemos tener mucho cuidado con el aspecto relacional de la comunicación. Como ya se ha explicado, deberíamos intentar establecer una relación con los jóvenes en lugar de ins- truirlos (Relationship instead of Instructing), por lo que es muy importante que evitemos dar a entender cualquier tipo de relación jerárquica, sino que nos comuniquemos a la altura de los ojos. Además, en lo que respecta al nivel de apelación, también podríamos intentar ser más sensibles a los posibles malentendidos basados en contextos y experiencias dife- rentes (contextualización en lugar de culturalización).
En contextos delicados, como el trabajo con jóvenes afectados por la guerra, es fácil entrar sin saberlo y sin querer en áreas tabú y temas controvertidos, lo que puede complicar el proceso de curación o dañar cualquier tipo de relación que se haya establecido. Por esta razón, puede ser bastante útil seguir ciertas directrices(6,7,8) para facilitar mejor estos diálogos tan delicados:

- Deje siempre tiempo extra para estos formatos
- Darse tiempo para conocerse
- Defina y deje claro cuál es el objetivo de la sesión de diálogo
- Aporte algunos hechos/investigaciones/definiciones científicas para evitar malentendidos sobre el tema debatido
- Desarrolle preguntas concretas y prepare preguntas y tareas claras (por escrito) para evitar malentendidos.
- Asegúrese de que todos tengan la oportunidad de participar en el debate (por ejemplo, alterne entre la participación individual y la del grupo).
- Discuta y plantee cuestiones sin avergonzar ni excluir a nadie.
- Haga hincapié en el respeto y la privacidad no personalizando el tema y formulando preguntas directas y personales.
- Haga hincapié en escuchar y compartir opiniones y perspectivas.
- Presentar múltiples perspectivas
- Sea flexible y lo más paciente posible
- Deje tiempo para la discusión, pero vuelva a centrar el diálogo cuando sea necesario.

- Controle el tiempo y recuérdeselo a los participantes de vez en cuando.
- Sea firme cuando sea necesario (por ejemplo, tómese un descanso cuando sea necesario)
- Esté preparado para situaciones inesperadas

Y específicamente para los diálogos estructurados:

- Aclare su papel como facilitador y establezca reglas básicas para la comunicación
- Sea consciente del equilibrio de poder
- Hacer hincapié en las normas y crear otras nuevas según sea necesario, posiblemente por los propios partícipes

Para ir un paso más allá en la gestión de los diálogos, es importante comprender la diferencia entre discusiones/debates y diálogos, que a menudo se utilizan indistintamente, pero tienen algunas diferencias fundamentales (6,7,8,9):

	Diálogo	**Debate**
Objetivo	-Buscando una conexión común y una colectivi- vo perspectiva. -El objetivo principal es ampliar las ideas, no disminuirlas. -Se crea un nuevo entendimiento. -No le preocupa ganar o perder.	-Consideración de un tema en un debate abierto y, por lo general, informal. -Se exploran diferentes puntos de vista. -Interés por promover los puntos de vista propios y cuestionar los ajenos. -El ego, el control y el poder sobre los demás suelen estar en primer plano en este estilo de conversación. -La mayoría de las discusiones se basan en decisiones, destinadas a estructurar y decidir el plan. -Impulsando una idea ganadora.
Participantes	-Los participantes escuchan profundamente e intentan comprender la perspectiva de los demás. -Formulan preguntas abiertas y comparten sus propias experiencias y sentimientos. -La atención se centra en explorar cuestiones, opciones e ideas de forma libre y creativa. -Suspenden sus propios puntos de vista en busca de algo nuevo. -Esto crea un flujo de significado para todos los partícipes. -Proporciona acceso a un mayor acervo de conocimientos.	-Los participantes comparten información, experiencias y creencias, y se cuestionan mutuamente sus puntos de vista. -Hacen preguntas cerradas e intentan convencer a los demás de su punto de vista. -La atención se centra en encontrar soluciones o llegar a una decisión. -El flujo de ideas se interrumpe a menudo cuando la gente intenta demostrar la validez de su idea. -En una discusión sana, la gente está abierta a las ideas de los demás.
Emociones	-El diálogo crea una zona de seguridad emocional y cognitiva en la que las ideas pueden fluir para ser examinadas sin ser juzgadas. -La suspensión es una habilidad interna esencial en el dia- logue, y los participantes deben ser conscientes de sus suposiciones personales.	-La discusión se centra en el objetivo de decir lo "correcto" y los participantes pueden sentirse presionados para actuar e impresionar a los demás. -Puede haber desigualdades sociales y relaciones de poder problemáticas que se mantengan activas e ininte- rrumpidas durante el transcurso de la discusión.

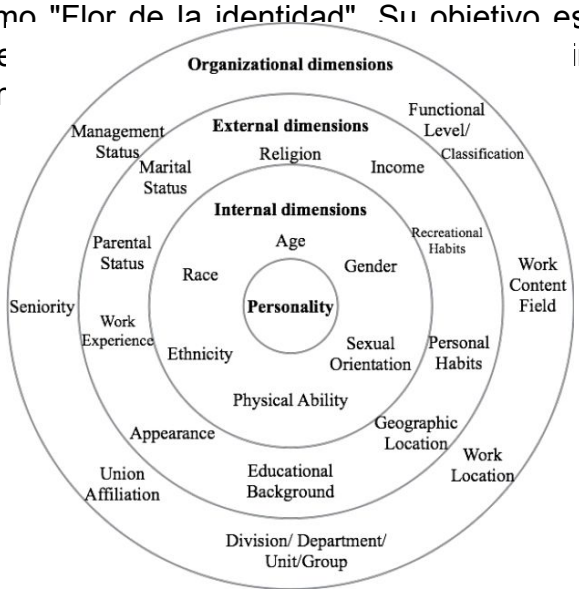
En resumen, es importante que nosotros, como trabajadores juveniles, comprendamos que la comunicación se produce en múltiples niveles y que el mensaje enviado incluye mucho más que el contenido factual. Concretamente, debemos ser conscientes de las relaciones y los llamamientos que se comunican, que pueden tener diferentes implicaciones para nuestro trabajo con los jóvenes afectados por la guerra.

Además, facilitar diálogos con sensibilidad sigue ciertas pautas que nos ayudan a construir una buena base para el diálogo a la vista. En este contexto, debemos tener claro qué distingue el diálogo de las discusiones informales, y que nuestro papel en este contexto debe centrarse en ayudar a los jóvenes afectados por la guerra a compartir sus ideas y sentimientos, a plantear cuestiones y a sentirse libres para hacerlo(10).

Métodos

Herramientas/actividades para los procesos interculturales

Flor de la identidad
Basándonos en el modelo de identidad de Gardenswartz y Rowe (13), existen diferentes capas de identidad, en función de las cuales se pueden identificar diferentes características de diversidad. Esta diferenciación nos permite aplicar diferentes escenarios para las actividades de autoconciencia.
La que nos gustaría presentar es la "Flor de la identidad", también conocida como "Flor de la identidad". Su objetivo es concienciar sobre las dife iminación so-
cial y el poter

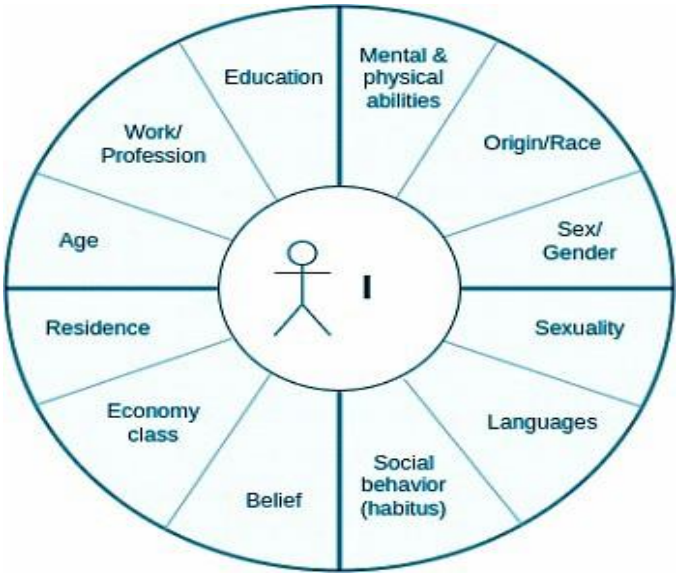


Dado que nuestro grupo objetivo son los jóvenes, es lógico reducir la complejidad del modelo anterior, por lo que hemos reducido la complejidad y el número de dimensiones a 12, que es más descriptivo y comprensible para la mayoría de la gente.

Pasemos ahora a los pasos generales de nuestro ejercicio:

-Presente el propósito y explique el proceso, haciendo hincapié en que se trata de una forma de reflexionar sobre quiénes somos y a qué identidades recurrimos para movernos por la vida. Éstas son en su mayoría flexibles y cambiables con el tiempo.

-Dependiendo de la edad de los participantes, de la profundidad deseada y del enfoque de nuestro trabajo, el modelo presentado puede incluir de 6 a 12 identidades. Pida a cada participante que comente las identidades sólo para sí mismo.



-Ahora pida a cada persona que dibuje varios pétalos grandes, cada uno extendiendo una de estas identidades.

-Una vez que los participantes hayan dibujado sus flores de identidad, pueden rellenar los pétalos de las identidades que se consideran positivas en la comunidad.

Este primer paso debería ayudar a cada participante a explorar las complejidades e in- tersidades de las identidades de las personas.

En un segundo paso, se divide a los participantes en grupos de dos y se les pide que discutan sobre identidades preferidas específicas. Dependiendo del tiempo asignado a la actividad y del número de identidades: de 2 a 5 rondas, de unos 5 a 10 minutos cada una.

Posibles identidades específicas a debatir:

-Su única identidad que se percibe como la más positiva en la sociedad.

-Su identidad es la que se percibe como más negativa en la sociedad.

-Su única identidad con mayor discrepancia entre su propia visión y la de la sociedad (por ejemplo, la sociedad la percibe como negativa, pero usted la percibe como positiva).

-La identidad que más significa para usted.

-La única identidad que le gustaría cambiar.

Este segundo paso pretende ayudar a los participantes a ver cómo sus diferencias y similitudes pueden servir para reforzar las alianzas y cómo deben evitarse ciertas normas o puntos de vista en la sociedad.

Otras variaciones con grupos más grandes y tiempos de discusión más largos son posibles, pero pueden cambiar la función del ejercicio de identificar identidades a una discusión discursiva sobre las interacciones entre los individuos y la sociedad, lo que es ciertamente útil para la construcción de movimientos (14), pero no contribuye mucho a nuestro objetivo principal de potenciar la autoconciencia de los jóvenes.

Juego de simulación

A menudo, los juegos de simulación se utilizan como método para debatir algunos temas de forma inte- ractiva e indirecta, creando un espacio para discutir los temas de forma más objetiva. Además, y lo que es más importante, permite a los participantes cambiar de perspectiva y evitar las opiniones binarias en blanco y negro. Esto aumenta la concienciación sobre los valores demo- cráticos.

Dependiendo de la complejidad del tema a debatir y del número de participantes, los juegos de simulación pueden durar varias horas. Sin embargo, teniendo en cuenta el tiempo limitado del que solemos disponer con los jóvenes, su interés y su resistencia para representar papeles mientras participan en debates más largos, podemos empezar con 45 minutos. Un juego de simulación también puede desarrollarse en varias sesiones consecutivas.

Afortunadamente, a la hora de planificar el juego de simulación, podemos elegir uno de los muchos escenarios que ofrecen gratuitamente diversas organizaciones de educación cívica, como CRISP o planpolitik (15, 16). Uno de los escenarios de juego de simulación más conocidos es el "Simulacro de la isla desierta", en el que los participantes asumen el papel de un grupo varado en una isla desierta, donde deben regular sus vidas y construir juntos una sociedad. Existe un gran número de variantes, cada una con un enfoque y una complejidad determinados (17,18,19,20).

Biblioteca viviente:

Biblioteca en la que los lectores pueden conocer las historias de personas que pertenecen a categorías más o menos marginadas o que sufren algún tipo de discriminación, para superar los prejuicios que puedan tener contra ellas. Esta Biblioteca Viviente es un espacio abierto en el que se invita a cada lector a establecer un diálogo abierto con libros humanos, es decir, con una persona dispuesta, de forma voluntaria, a contar su historia y a responder a las preguntas de quienes la escuchen.

Tomando la experiencia de la organización The Human Library, "la Biblioteca Humana está diseñada para construir un marco positivo de conversaciones que puedan desafiar los estereotipos y los prejuicios a través del diálogo. La Biblioteca Humana es un lugar donde personas reales se prestan a los lectores. Un lugar donde las preguntas difíciles se esperan, se aprecian y se responden" (Human Library Organisation).

La Biblioteca Viviente es una valiosa herramienta para fomentar la empatía y la comprensión entre los jóvenes afectados por la guerra. Les permite entablar conversaciones significativas con personas de orígenes diversos, fomentando el diálogo y rompiendo estereotipos. Sin embargo, existen riesgos de re-traumatización, estereotipos y violación de los límites. Son necesarias salvaguardias como el consentimiento informado, la formación y unas directrices claras para mitigar estos riesgos y garantizar una experiencia positiva para todos los implicados.



La Biblioteca Viviente es un espacio de diversidad, equidad e inclusión que incorpora la comprensión social, así como el crecimiento de la conciencia cultural. La Biblioteca Viviente trabaja para crear un marco seguro para las conversaciones personales que pueden ayudar a desafiar los prejuicios, conseguir el objetivo de ayudar a eliminar la discriminación, prevenir los conflictos y contribuir a una mayor cohesión humana por encima de las divisiones sociales, religiosas y étnicas.

Algunas oportunidades sobre este método en relación con los jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados:

-Empoderamiento: Dejar que los jóvenes afectados por la guerra compartan sus propias historias puede hacer que se sientan más fuertes y seguros de sí mismos.
-Aprendizaje: La celebración de la biblioteca humana en un lugar afectado por la guerra puede ayudar a todos a comprender mejor lo que la guerra hace a los jóvenes.
-Curación: Formar parte de la biblioteca humana puede ayudar a los jóvenes a sentirse mejor y más fuertes al permitirles hablar de sus sentimientos y conectar con los demás.

Por otro lado, algunos de los retos que hay que afrontar con este método:

-Los sentimientos: Es importante tener cuidado con las emociones de los jóvenes afectados por la guerra. Pueden sentirse heridos, por lo que debemos ser amables.
-La seguridad: Si lo hacemos en un lugar afectado por la guerra, puede haber peligro. Tenemos que asegurarnos de que todo el mundo está a salvo y hablar con personas que conozcan la zona.
-Ser respetuoso: Debemos tener cuidado de tratar las historias de los jóvenes con respeto y no causarles problemas compartiendo demasiado.

En términos sencillos, organizar una biblioteca humana con jóvenes afectados por la guerra puede ayudarles a sentirse más fuertes y a enseñar a los demás sus experiencias, pero debemos tener cuidado de no hacerles daño ni poner a nadie en peligro.

Intercambios interculturales

La interacción intercultural significa crear las condiciones para que se produzcan encuentros cotidianos significativos y constructivos por encima de las diferencias culturales y de otro tipo. Los prejuicios y la discriminación pueden prosperar cuando hay segregación o falta de con- tacto y diálogo entre las personas, incluso cuando existen leyes protectoras. En las condiciones adecuadas, cuanto más contacto tengan entre sí personas con orígenes y estilos de vida diferentes, menos probable será que piensen y se comporten de forma prejuiciosa.

Los intercambios interculturales exigen comprender que la diversidad y la interacción positiva entre diferentes culturas pueden ser una ventaja. Va más allá de la simple aceptación de las diferentes culturas y celebra tanto las diferencias como las similitudes entre ellas como algo que puede hacer más fuertes a las comunidades. Por supuesto, esto no significa que sólo se trate de alabar las culturas nuevas o estran- geras, sino también de honrar los aspectos tradicionales y locales de la cultura y valorar la relación entre ellos. Se trata de comprender los múltiples aspectos que conforman una comunidad, como -aunque no exclusivamente- la nacionalidad, el origen étnico, la lengua, la identidad de género y la orientación sexual y las creencias religiosas (Consejo de Europa, Programa Ciudades Interculturales).

Los intercambios interculturales ofrecen oportunidades para aprender y hacer amigos, pero también pueden conllevar malentendidos y la necesidad de respeto. Algunas oportunidades que ofrece la realización de estas actividades:

-Aprender juntos: Interactuar con personas de diferentes culturas puede ayudar a todos a aprender cosas nuevas y a comprenderse mejor.
-Hacer amigos: Los intercambios interculturales nos brindan la oportunidad de conocer gente nueva y hacer amigos de todo el mundo.
-Compartir ideas: Podemos intercambiar ideas y tradiciones, lo que nos ayuda a apreciar y respetar las diferentes culturas.

Por otro lado, algunos retos que pueden surgir en la puesta en práctica de los intercambios interculturales:

-Malentendidos: A veces, es posible que no nos entendamos debido a diferencias lingüísticas o culturales. Debemos ser pacientes y claros en nuestra comunicación.
-Estereotipos: Debemos tener cuidado de no juzgar a las personas basándonos en estereotipos o suposiciones sobre su cultura.
-Respeto: Es importante respetar las costumbres y creencias de los demás, aunque sean diferentes de las nuestras. Debemos evitar hacer o decir algo que pueda ofender a alguien de otra cultura.

En términos sencillos, los intercambios interculturales son una forma estupenda de aprender unos de otros y hacer amigos, pero debemos tener cuidado de no malinterpretarnos ni faltarnos al respeto.

Lista de control intercultural - Consejo de Europa:
El Programa de Ciudades Interculturales del Consejo de Europa ofrece tres listas de comprobación interculturales fáciles de utilizar y una guía completa para comprobar si su proyecto, políticas o acciones previstos o propuestos son interculturales en comparación con los tres principios de la integración intercultural: igualdad real, ventaja de la diversidad e interacción significativa.
https://www.coe.int/en/w eb/interculturalcities/intercultural-chec - klist#{%22123377040%22:[0]}

Narrativas alternativas

El enfoque intercultural pretende transformar la comprensión, la narrativa y las acciones con respecto a la diversidad, tanto dentro de la esfera pública como en las propias insti- tuciones. Por lo tanto, una estrategia intercultural debe buscar un cambio en las relaciones entre autoridades, instituciones, individuos y grupos. Las narrativas alternativas pretenden -de forma directa- desmantelar y deslegitimar la ne-

narrativas alternativas o discurso del odio. Las narrativas alternativas proponen mensajes e ideas alternativas desde un punto de vista constructivo y propositivo. Se trata de intentar que los discursos negativos y basados en prejuicios no se expandan y, en su lugar, crear y comunicar un marco más inclusivo y propositivo que pueda conectar con las preocupaciones y necesidades de una amplia mayoría social. Son narrati- vos positivos, pluralistas o progresistas que se basan en principios interculturales y en el respeto de los derechos humanos. Se definen en contraste con las narrativas (a menudo) dominantes de los medios de comunicación y la política que tienden a convertir a los inmigrantes y refugiados en chivos expiatorios o vilipendiarlos, describiéndolos como una amenaza o una carga (Consejo de Europa, 2021).

Cuando se trabaja con jóvenes afectados por la guerra, especialmente los de orígenes mi- noritarios o sometidos a narrativas deshumanizadoras, resulta crucial utilizar narrativas alternativas. He aquí la diferencia y un ejemplo de actividad:

Diferencia:

-Narrativa deshumanizadora: En una narrativa deshumanizadora, los individuos afectados por la guerra pueden ser retratados únicamente como víctimas o perpetradores, despojándolos de su agencia, dignidad e individualidad. Esta narrativa puede perpetuar los estereotipos, reforzar los desequilibrios de poder y obstaculizar la curación y el empoderamiento de los jóvenes.

-Narrativa alternativa: Una narrativa alternativa trata de contrarrestar la deshumanización destacando las diversas experiencias, fortalezas y resiliencia de los jóvenes afectados por la guerra. Reconoce su agencia, complejidades y contribuciones a sus comunidades, ofreciendo una perspectiva más matizada y em- pujante.

Ejemplo de actividad:

-Proyecto Foto Voz: Esta actividad capacita a los jóvenes para reclamar sus narrativas a través de la fotografía y la narración de historias. Los trabajadores juveniles proporcionan came- ras a los participantes y les animan a capturar imágenes que representen sus experiencias, emociones y aspiraciones relacionadas con la guerra y los conflictos armados.

Por ejemplo, un joven podría fotografiar símbolos de esperanza en medio de la des- trucción, momentos de resiliencia dentro de su comunidad o expresiones de identidad cultural. Después, los participantes comparten sus fotos con el grupo y narran las historias que hay detrás de ellas, debatiendo cómo estas imágenes desafían los estereotipos y amplifican sus voces.

A través de esta actividad, los jóvenes adquieren agencia a la hora de dar forma a sus narrativas, fomentando un sentimiento de empoderamiento y promoviendo el entendimiento entre sus compañeros y los miembros de la comunidad. También sirve de plataforma para la curación y la defensa colectivas, amplificando las voces de aquellos a menudo marginados en el discurso dominante.

Cuentacuentos

Por último, nos gustaría cambiar el enfoque para apoyar la expresividad de los jóvenes introduciendo la "narración de cuentos", también conocida como "cuentos". Las principales características bene- ficiales de la narración de cuentos incluyen un aumento general de la comprensión y la creación de una relación humana y personal con las historias.

La narración de historias se utiliza cada vez más en el marketing y el periodismo por su poder de implicación. Y por eso ha empezado a formar parte de la cartera de métodos formados en el campo de la educación cívica y el trabajo social. Como debe ser

Enfoque de sensibilidad intercultural diálogos multiactores.

A estas alturas está claro que la narración de historias puede utilizar, y de hecho utiliza, diferentes medios y formatos (por ejemplo, vídeos cortos, podcasts), lo que abre un gran abanico de posibilidades para los materiales destinados a entrenar esta competencia. Si bien los elementos estructurales básicos de la narración son (21):

- Uno o varios protagonistas
- Un problema o suceso
- Una resolución del problema, exitosa o fallida.

Además, existe un conjunto de patrones narrativos conocido como "Las siete tramas básicas" que abarca la mayoría de los patrones utilizados por los escritores(22):

-**Vencer al monstruo:** En este patrón, el protagonista debe derrotar a un antagonista que le amenaza a él y al mundo en general, por ejemplo, Alien, Batman.

-**De la pobreza a la riqueza:** En este patrón, el protagonista consigue algo de lo que carece, pierde lo que ha ganado y luego lo recupera de nuevo, por ejemplo, Cenicienta, Aladino.

-**La búsqueda:** En este patrón, el protagonista emprende un viaje para encontrar o conseguir algo, enfrentándose a obstáculos y desafíos por el camino, por ejemplo, El Señor de los Anillos, Indiana Jones.

-**Viaje y regreso:** En este patrón, el protagonista va a una tierra extraña, vive una serie de aventuras y luego regresa a casa, por ejemplo, Alicia en el país de las maravillas, El mago de Oz.

-**Comedia:** En este patrón, la historia es humorística y a menudo implica identidades equivocadas, malentendidos y otros elementos cómicos, por ejemplo, Friends, The Hangover.

-**Tragedia:** En este patrón, el protagonista pasa de un punto generalmente positivo o de éxito a otro de fracaso o pérdida, sufriendo penurias crecientes a causa de sus elecciones antes de su desaparición final, por ejemplo, Romeo y Julieta, La Falla en Nuestras Estrellas.

-**Renacimiento:** En este patrón, la historia se centra en el desarrollo de un personaje y su posterior transformación, por ejemplo, El Rey León, El Joker.

Además, los relatos eficaces comparten una serie de características comunes (21):

- **Estimular:** Anime al receptor a escuchar y a comprometerse con el tema.
- **Emotivo:** Invita a una respuesta emocional por parte del destinatario.
- Inspirar: Generar entusiasmo por una idea, un proceso, una causa o un producto; o incluso ser tan motivador que el destinatario continúe difundiendo la historia por iniciativa propia.
- **Cautive:** Cree una conexión a largo plazo con el destinatario.

Como primer paso, presentamos historias fáciles de entender y bien estructuradas para animar a los participantes a crear y contar sus propias historias en las siguientes partes/sesiones. Es importante señalar que, aunque somos libres de crear historias sobre cualquier tema, debemos tener en cuenta la disposición de los jóvenes a abrirse y participar en el proceso a la hora de elegir un tema.

Así, un taller de narración de cuentos puede adoptar diferentes formas en función del tiempo disponible, el número de participantes y su apertura (23). Story- Comp (24) ofrece una serie de directrices para adquirir las habilidades necesarias para el éxito de los talleres de narración, que van desde la identificación del espacio para las historias hasta la implicación de los oyentes.

También es posible combinar la narración de historias con un juego de simulación, de forma similar a Ci- vic Mirror (20), mediante sesiones más largas en las que los participantes crean nuevos cha- racteres, interactúan con su entorno y cuentan sus historias.

Ejemplo de actividades locales con Enfoque Intercultural
A continuación encontrará dos ejemplos de las actividades locales llevadas a cabo en el proyecto con un enfoque intercultural.

Intercambio intercultural entre menores no acompañados de CivicoZero

CivicoZero es la sede de un proyecto de Save the Children, situado en el histórico y popular barrio de Borgo Dora, en Tu- rin. CivicoZero es un punto de encuentro para menores y jóvenes migrantes no acompañados, que ofrece servicios básicos de primera acogida, asesoramiento sanitario y jurídico, actividades de inclusión e integración social y formación lingüística, orientación y acompañamiento al trabajo, con vistas a prevenir los riesgos en la calle.

Esta propuesta puede utilizarse como prototipo de actividades potencialmente replicables en diferentes contextos. En su elaboración se tuvo siempre en cuenta el **enfoque "No hacer daño"**. En primer lugar, los operadores del Centro Studi analizaron el contexto trabajando en sinergia con los operadores de CivicoZero, reuniéndose antes del inicio de las actividades para recabar toda la información necesaria sobre los beneficia- rios. De hecho, los participantes implicados ya estaban incluidos en un itinerario educativo (aprendizaje del idioma y orientación escolar y laboral) con CivicoZero: se trataba de menores no acompañados y jóvenes (14-19 años) con antecedentes migratorios, en situación de vulnerabilidad y riesgo de marginación, recién llegados al nuevo país, que están aprendiendo el idioma del país de acogida. Además, el programa de actividades fue co-construido junto con todos los ac- tores implicados: educadores, mediadores lingüísticos y los beneficiarios; de hecho, los participantes propusieron y facilitaron juegos tradicionales de su lugar de origen para el grupo, así como propusieron recetas tradicionales y participaron en la preparación del almuerzo con la ayuda de un cocinero. Entre los actores implicados también había residentes locales a los que el grupo conoció durante las actividades: vendedores del mercado central de la ciudad, empleados de cafeterías. Las actividades, de hecho, se celebraron en distintos lugares de la zona de Turín con el objetivo de comunicar a los participantes que **habitar el espacio público es su derecho.** El espacio público es por definición accesible a toda la población, pero sólo en teoría. En la práctica, suele ser utilizable de forma diferente, en función de factores físicos, económicos, culturales y sociales. El resultado es que las personas más frágiles y marginadas a menudo perciben que están "fuera de lugar" en ciertos espacios y, al mismo tiempo, relegadas, y potencialmente convertidas en guetos, en otros lugares de la ciudad. Esto es particularmente evidente en Turín hacia los jóvenes procedentes de otros países o desplazados internos, ya que se han creado zonas, barrios específicamente para personas estructuralmente marginadas. Estos lugares están separados, estereotipados y sistemáticamente excluidos.

Se dedicó una reunión previa con los operadores de CivicoZero a definir el im- pacto de las actividades previstas sobre el grupo destinatario, de acuerdo con las necesidades identificadas. La acción se planificó y llevó a cabo con las siguientes intenciones:
- Ofrezca a los participantes la oportunidad de sentirse bienvenidos en un lugar seguro y refuerce su sentimiento de confianza;

-Recuperar la dimensión del juego y la diversión en adolescentes y jóvenes precozmente adultizados;
-Ofrezca la oportunidad de conocer y ocupar espacios estéticamente evocadores para experimentar la belleza;
-Apoyar el proceso de reconstrucción del sentimiento de pertenencia e identidad, perdidos debido a la separación del país de origen, mediante la valorización de su cultura de origen (por ejemplo, a través de sus juegos típicos y recetas de comida). Ofrecer a estos ado- lescentes la oportunidad de expresar libremente aspectos de su propia cultura en un lugar seguro, por un lado les permite aliviar su sentimiento de desorien- tación, por otro les permite canalizar su necesidad de identidad y pertenencia hacia un sentimiento de compartir, en lugar de cerrarse, desconfiar y ser hostiles hacia la otredad.

Descripción de las actividades

DÍA 1: Conocerse, sentirse bienvenido en un lugar seguro

Actividad 1, "Baile de los nombres"

Tiempo: 10 min.
Materiales: /

Objetivo: Aprender y recordar los nombres de los participantes; aumentar la capacidad de observarse mutuamente; expresarse mediante movimientos divirtiéndose. **Instrucciones:** Los participantes forman un círculo. Cada persona dice su nombre y lo asocia a un movimiento. Cada participante repite el nombre y el movimiento de la persona que le precede y dice a su vez su nombre inventando un movimiento. Finalmente, todo el grupo repite simultáneamente el nombre y el movimiento de cada uno creando un "baile".

Actividad 2, "Retratos"

Tiempo: 40 min.
Materiales: hojas y rotuladores de colores

Objetivo: Aumentar la capacidad de observarse mutuamente; dejar que el otro me observe; prestar atención a cómo me siento mientras observo a alguien y alguien me observa.
Instrucciones: Los participantes crean dos círculos concéntricos, cara a cara. El círculo exterior se mueve en el sentido de las agujas del reloj, mientras que el interior permanece inmóvil. Los que están sentados en el círculo exterior dibujan a la persona que tienen delante. Cada 20 segundos, el círculo exterior gira un lugar en el sentido de las agujas del reloj: cuando el círculo exterior se mueve, el dibujo permanece inmóvil y lo continúa la siguiente persona. El retrato se completa así a varias manos. Cuando se ha completado toda una ronda se guardan los retratos, se invierten los círculos: la persona que antes era el modelo ahora dibuja y viceversa. Se reparten nuevas hojas y se repite la actividad.
Preguntas para la sesión informativa: ¿Qué sintió al ser modelo? ¿Cómo se sintió por- trayendo a la persona que tenía delante? ¿Notó una dinámica de poder? ¿Está satisfecho con su retrato?

Una vez que cada participante tiene su retrato, reflexionan sobre sí mismos: se pide a cada participante que exprese un aspecto que aprecie de su personaje. Escriben los adjetivos que surgieron en la lengua del país de acogida en una hoja de papel para que puedan poner en práctica su vocabulario. Se aprovecha la ocasión para señalar que pueden surgir similitudes.

Actividad 3, "Moléculas"

Tiempo: 10 min.

Materiales: Un rotafolio con las partes del cuerpo.

Objetivo: Crear confianza en el grupo, entrar en contacto (incluido el contacto físico) con los demás con respeto mutuo, aumentar la capacidad de confiar en gente nueva divertirse con ellos.
Este objetivo es especialmente importante para los jóvenes afectados por conflictos armados. Una de las consecuencias de la guerra es la ruptura del tejido social, de las relaciones humanas, de la visión del otro como un igual. De ahí la importancia de trabajar en la reconstrucción de las relaciones, la confianza y la creación de nuevas redes de apoyo.Contextualmente, un objetivo secundario es también aumentar el vo- cabulario de las partes del cuerpo en la lengua del país de acogida; interactuar y comunicarse con los demás.
Instrucciones: Los participantes son átomos y se mueven libremente en el espacio. El animador dice una parte del cuerpo (mano, pie, codo, hombro) y un número. El nombre de la parte del cuerpo indica que las personas deben agruparse creando una molécula conectándose todas a través de la parte del cuerpo nombrada. El número indica de cuántas personas debe constar la molécula. Después, las moléculas se disuelven y vuelven a empezar.

Actividad 4, "Burbuja"

Tiempo: 20 min.

Materiales: Rayas de tela para vendar los ojos.

Objetivo: Aumentar la confianza en los demás y la comunicación. Experimentar los cuidados prima- riamente en el sentido de ser objeto de cuidados, pero también de cuidar a los demás, generar confianza, aprender a confiar en nuevos cuidadores y nuevas personas.
Instrucciones: Nos dividimos en grupos que se colocan en círculo cogidos de la mano, una persona con los ojos vendados se coloca en el centro de cada grupo y se mueve libremente. El resto del grupo tiene que "proteger" al núcleo siguiéndolo y evitando que choque con algún sitio.
Preguntas de reflexión: Reflexione sobre la confianza. ¿He conseguido confiar en los demás? ¿Cómo me sentí cuando me vendaron los ojos y tuve que confiar completamente en las personas que me rodeaban? ¿Hasta qué punto me siento seguro cuando confío en los demás?

Hora de cierre

Tiempo: 10 min.

Se crea un círculo. Cada participante describe por turnos cómo se siente con una palabra. Se hace una breve recapitulación de las adquisiciones del día y se ex- plica lo que ocurrirá en la próxima reunión.

DÍA 2 Compartir experiencias, encontrar similitudes

Actividad 1, "Hacer una línea"

Tiempo: 5 min.

Materiales: /

Objetivo: Experimentar la comunicación no verbal, encontrar soluciones creativas para lograr el objetivo.

Instrucciones: los participantes deben alinearse unos junto a otros según su día y mes de nacimiento sin hablar.

Actividad 2, "El viento sopla"

Tiempo: 20 min.

Materiales: Tantas sillas como participantes menos una

Objetivo: la actividad responde al principio de interculturalidad. En general, se trata de conocerse y crear el grupo encontrando elementos comunes. Concretamente, a través de esta actividad, los participantes pueden tomar conciencia de que se pueden tener cosas en común, a pesar de los diferentes orígenes y experiencias, descubrir todo lo que une en lugar de lo que divide. I

nstrucciones: Los participantes se disponen en círculo, sentados en sillas. Uno se vuelve a colocar de pie, en el centro, y pronuncia la frase "El viento sopla para todos los que...", completando como prefiera con algo sobre sí mismo (lo que hace, piensa, tiene, de lo que tiene experiencia, ...). Cuando termina la frase, todos los que están de acuerdo con lo dicho buscan otra silla y los que están de pie intentan sentarse. Los que se quedan sin silla van al centro. El objetivo es descubrir todo lo que une en lugar de lo que divide.

Preguntas para el debate: ¿Hay alguien que nunca se haya levantado? ¿Han encontrado cosas en común? ¿Sintió vergüenza al ponerse de pie dentro del círculo?

Actividad 3, "Campo de minas"

Tiempo: 30 min.

Materiales: Hojas de papel con una flor dibujada; tiras de tela para vendar los ojos

Objetivo: Ofrecer a los participantes la oportunidad de sentirse acogidos en un pla- cio seguro y reforzar su sentido de la confianza en los demás. Fomentar la comunicación de las necesidades. Experimentar el cuidado y ser cuidado.

Instrucciones: Disponga en el suelo un montón de hojas de papel con una flor dibujada, que formarán el "campo de minas". Los participantes trabajan en parejas, en las que uno de los miembros tiene los ojos vendados y su compañero, fuera del área, le guía.

de un extremo al otro del recorrido sin que el "ciego" toque ninguna de las flores. El guía puede hablar pero no puede tocar al compañero. Después se invierten los papeles en la pareja.
Preguntas para reflexionar: Esta actividad puede hacer reflexionar sobre el papel que tendemos a asumir en nuestras relaciones con los demás
¿Prefería ser guía o ser conducido? ¿Le resultó difícil confiar en las direc- ciones mientras tenía los ojos vendados?

Actividad 4, "Juegos típicos de su propia cultura"

Tiempo: 45 min.
Materiales: Hojas y bolígrafos

Objetivo: Recuperar la dimensión del juego y la diversión en adolescentes y jóvenes precozmente adultizados. Compartir experiencias y recuerdos del país de origen; encontrar similitudes entre culturas; practicar la lengua del país de acogida.
Instrucciones: Los participantes se dividen en grupos lingüísticos. En cada grupo hay un faci- litador. Los participantes comparten las reglas de algunos juegos de su infancia típicos de su país de origen. Después eligen uno, escriben las reglas en una hoja de papel en la lengua del país de acogida. En la siguiente reunión lo comparten con el resto del grupo y juegan juntos a sus juegos.

DÍA 3: ¡Juguemos a la interculturalidad!

Tiempo: Toda la duración de la reunión
Materiales: Los materiales que los participantes necesitan para jugar a sus juegos.
Objetivo: Expresarse compartiendo los diferentes juegos de la infancia de cada partici- pante; acoger respetuosamente el compartir de los demás participantes; implicarse y divertirse; experimentar en primera persona las dificultades del papel de animador (como resultado, cuando sea el turno de los demás estará más dispuesto a escuchar sin obstaculizarles). El método educativo de referencia es la ludopedagogía (para más detalles, consulte https://docs.google.com/document/d/1ZndXVtG0qP-t7Tg4zR01fOqXNnR9IssqqdCISeiAgAzo/edit#heading=h.2is7lpm1dgcr) **Instrucciones:** se crea un círculo. Por turnos, cada grupo comparte las reglas de su juego con el resto del grupo en la lengua del país anfitrión, con la ayuda de los animadores lingüísticos. Se intenta jugar al juego.

DÍA 4: ¡A comer interculturalidad!

Tiempo: Toda la duración de la reunión.
Objetivo: Expresarse compartiendo la propia cultura a través de la comida típica; utilizar la comida compartida como canal de comunicación y relación con los demás; poner en práctica la apertura, la comparación, la curiosidad por otras cultu- ras; recrear un ambiente familiar en el país de acogida; sentirse acogido y bienvenido; aprender a autogestionar el espacio y a compartirlo con los demás.
Preparación: los participantes se dividieron en grupos del mismo país y eligieron una receta para proponer al resto del grupo, después escribieron en una hoja de papel la preparación y la lista de ingredientes en el idioma del país anfitrión.

La recopilación de recetas se habría programado para la tercera reunión, pero en nuestro caso, por falta de tiempo, los participantes idearon y escribieron las recetas en clase con la ayuda del profesor.



(Actividad local - Centro Studi Sereno Civico Zero - 11-28/08/2023)

Estructura de la jornada:

-Cada grupo, acompañado por un animador, compró los ingredientes que necesitaba en el mercado más grande de la ciudad, utilizando la lengua del país anfitrión;

-Cada grupo cocinó sus propias recetas compartiendo espacio y cocina;

-Comemos todos juntos en la misma mesa y todos prueban las recetas de los demás;

-Vamos todos juntos a un bar histórico de la ciudad y cada uno pide lo que quiere utilizando la lengua del país anfitrión.

Proceso de reconocimiento intercultural con menores no acompañados en el Centro Teobaldo Fenoglio de la Cruz Roja Italiana

El Centro Polifunzionale Teobaldo Fenoglio es un centro de acogida en Setti- mo Torinese gestionado por la Cruz Roja Italiana. Desde 2008, el centro gestiona proyectos de acogida para solicitantes de asilo, así como otros proyectos solidarios como el comedor social, la recogida de productos frescos no vendidos en los supermercados y las emergencias en materia de vivienda.

En noviembre de 2023, el Centro Fenoglio acogió a 16 menores no acompañados procedentes de Benín, Camerún, Gambia, Níger y Nigeria.
Tras varias reuniones con los operadores de la Cruz Roja y los menores para conocer sus necesidades y expectativas, en febrero diseñamos un proceso de educación no formal para trabajar la inclusión de los menores dentro del cen- ter, en la ciudad de llegada y complementar el proceso de aprendizaje del italiano que ya estaban estudiando en la escuela.
El principio transversal durante todas las actividades fue el reconocimiento. Al principio, el trabajo

sobre el reconocimiento de sí mismos, de sus propias cualidades, habilidades, pasiones e intereses. A continuación, abordar el reconocimiento de los demás, a través de actividades de confianza y fortalecer las relaciones entre los menores. A continuación, el reconocimiento intercultural, con la apreciación de las tradiciones, la comida, los recuerdos y los juegos del país de origen. Por último, el reconocimiento del contexto actual, recorriendo la ciudad de Settimo Torinese, apropiándose del espacio público y redactando propuestas para la administración local sobre cómo conseguir una ciudad que también les incluya a ellos.

Descripción de las actividades DÍA 1:

Autorreconocimiento Actividad 1. Arco iris de nombres

Tiempo: 30 minutos.

Objetivos: Identificar y aprender los nombres de los miembros del grupo principal de socialización en el que se encuentran; aumentar la capacidad de observarse mutuamente; **Instrucciones:** En círculo, los participantes se turnan para decir los nombres. A continuación, una persona situada en el centro deberá señalar a los participantes al azar para que conozcan los nombres de sus compañeros, de la siguiente manera:

-Amarillo: nombre propio
-Azul: nombre de la persona de la derecha
-Rojo: nombre de la persona de la izquierda

Actividad 2. El retrato colectivo

Tiempo: 30 minutos

Objetivos: Reconocer a cada uno de los miembros como iguales y crear relaciones entre ellos; Aumentar la capacidad de observarse mutuamente; dejar que el otro me observe; prestar atención a cómo me siento mientras observo a alguien y so- me observan.
Instrucciones: En dos círculos circunscritos, los participantes dibujarán colectivamente un retrato de la persona que tienen delante. Las personas del círculo interior permanecen estáticas, mientras que las del círculo exterior se mueven cada 30 segundos hasta completar los por- trajes con las aportaciones de todos.

Actividad 3. El retrato de la identidad

Tiempo: 30 minutos.

Objetivos: Reconocer sus propios puntos fuertes, pasiones, intereses y contribución.
Instrucciones: Cada participante completa el retrato preparado colectivamente en la actividad anterior, reconociendo en torno al dibujo sus propios puntos fuertes, pasiones, intereses, aspectos culturales y sus aportaciones al grupo.

DÍA 2 Reconocimiento de los demás y fortalecimiento de los vínculos sociales

Actividad 1. Carrera de obstáculos

Tiempo: 30 minutos

Objetivos: Crear relaciones de confianza entre los miembros del grupo social; Ofrecer a los participantes la oportunidad de sentirse bienvenidos en un lugar seguro y

Reforzar su sentimiento de confianza en los demás. Fomentar la comunicación de las necesidades.
Experimentar el cuidado y ser cuidado.
Instrucciones: En grupos de aproximadamente 4-5 personas, un líder se sitúa en la línea de meta de un camino lleno de obstáculos. Los demás miembros de los grupos pequeños estarán con los ojos vendados al otro lado del camino.
El líder debe dar instrucciones uno a uno a sus compañeros para cruzar el camino sin tocar los obstáculos. A lo largo del camino se distribuirán palabras escritas en italiano que cada miembro deberá recoger con las instrucciones del líder.

Actividad 2. Representar la palabra

Tiempo: 30 minutos

Objetivos: Crear relaciones de confianza entre los miembros del grupo social y promover el aprendizaje de idiomas mediante ejercicios cooperativos.
Instrucciones: Una vez recogidas las palabras y atravesado el camino con los obstáculos, cada grupo representará sus palabras una a una para que puedan ser adivinadas por los demás grupos.
Las palabras trabajadas son importantes para el proceso de inclusión social de los menores: escuela, trabajo, diversidad, rezar, amistad, ayuda.

Actividad 3. El lema del grupo

Tiempo: 30 minutos

Objetivos: Reforzar los lazos entre los participantes y crear un sentimiento de pertenencia al grupo social.
Instrucciones: Con las palabras encontradas en la actividad anterior crearán un eslogan que les represente. Lo escribirán en un cartel grande, decorado con todo el material que los participantes deseen.

DÍA 3: Reconocimiento intercultural Actividad

1. Canicas por el mundo.

Tiempo: 30 minutos

Objetivos: Reconocer y valorar la propia cultura.
Instrucciones: Sobre el mapamundi, los participantes lanzarán la canica en su país de origen. Una vez situados en sus países de origen, contarán las tradiciones, comidas y fiestas que más les gustan de sus propios países.

Actividad 2. Jugando a la interculturalidad.

Tiempo: 1 hora.

Objetivos: Expresarse compartiendo los diferentes juegos de la infancia de cada parti- cipante; acoger respetuosamente el compartir de los demás participantes; implicarse y divertirse; experimentar en primera persona las dificultades del papel de facilitador (como resultado, cuando sea el turno de los demás estará más dispuesto a escuchar sin obstaculizarles); encontrar similitudes entre culturas.
Instrucciones: Los participantes se forman en grupos en función de sus países de origen. Juntos hablarán de los juegos tradicionales a los que jugaban en su infancia. A continuación, facilitarán un juego tradicional elegido para ser jugado por todo el grupo de participantes.

DÍA 4:

Actividad 1. Llegar al contexto actual

Tiempo: 10 minutos.

Objetivos: Reconocer el contexto actual en el que se encuentran; valorar el aprendizaje y las relaciones construidas hasta el momento; activar la percepción del contexto cu- rriente.

Instrucciones: Situados en un mapa, lanzan una canica sobre la ciudad en la que se encuentran actualmente: Settimo Torinese, Italia.En este punto comparten lo que han conocido, aprendido, disfrutado, las relaciones que han creado hasta ahora en la ciudad de Settimo.

Actividad 2. Apropiarse y habitar el Settimo Torinese

Duración: 2 horas.

Objetivos: Reconocer el contexto actual en el que se encuentran; activar la percepción del contexto actual; apropiarse del con- texto actual; conocer las asociaciones, los grupos, las oportunidades y los servicios que ofrece el territorio.

Instrucciones: Tras el diálogo previo, salimos a pasear por la ciudad. Se les lleva a visitar lugares de su interés: Centro de la ciudad, li- brario municipal, Ayuntamiento, Oratori di Settimo, Dega Urban Lab, lugares deportivos.

En cada lugar encontramos a los responsables que nos hablaron de los servicios y oportunidades que ofrece cada lugar y a los que pueden acceder los menores.

Este paseo se hará en pequeños grupos que tendrán que hacer fotos de cada lugar y hablar de preguntas energéticas: qué no sabía, qué me gusta de lo que veo.

DÍA 5: Transformar mi contexto actual Actividad

1. Cartel del Settimo descubierto.

Tiempo: 20 minutos.

Objetivos: Reconocer y valorar el contexto real en el que se producen; experimentar con mecanismos de participación juvenil a través de la formulación de pro- puestas para transformar la ciudad en la que se encuentran.

Instrucciones: Las fotos tomadas por los participantes se imprimirán y se llevarán a esta reunión. Los participantes colocarán las fotos en el mapa de Settimo y contarán qué les ha sorprendido, qué oportunidades les brinda ese lugar y cómo podrían utilizar/ser parte de ese lugar.

Actividad 2. Transformar Settimo Torinese con mis propuestas.

Tiempo: 30 minutos.

Objetivos: Experimentar los mecanismos de participación de los jóvenes a través de la for- mulación de propuestas para los responsables de la toma de decisiones; experimentar mecanismos de participación activa e incidencia política.

Instrucciones: Una vez recordados y reconocidos todos los lugares visitados, se invita a los participantes a escribir recomendaciones para hacer de Settimo un lugar seguro para ellos, para construir un Settimo inclusivo y respetuoso con la diversidad, los cambios que quieren ver en la ciudad para sentirla como suya, como un lugar seguro. Estas propuestas se llevarán a los responsables de la administración local.

Analizar las actividades interculturales en el trabajo con jóvenes desde un punto de vista sensible al conflicto

En nuestros esfuerzos colectivos por apoyar a los jóvenes afectados por conflictos, es crucial adoptar un enfoque sensible al conflicto a la hora de diseñar actividades interculturales. Este subcapítulo profundiza en este aspecto crítico extrayendo ideas de diversas fuentes y de las mejores prácticas establecidas.

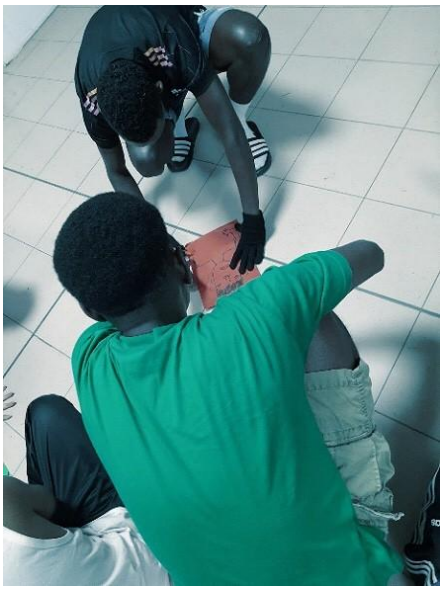
Identificar los posibles escollos:
La investigación sugiere que ciertas actividades, como "Un paso adelante", pueden evocar intencionadamente la angustia emocional o exacerbar las divisiones existentes entre los participantes (Stevenson & Broussard, 2019). Reconocer los matices de la dinámica de poder y los efectos persistentes de conflictos pasados es esencial para mitigar estos riesgos.

Medidas correctoras:
Las mejores prácticas descritas en la Caja de herramientas para los trabajadores de juventud de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja destacan la importancia de perfeccionar las actividades para garantizar el bienestar y la dignidad de todos los participantes (FICR, 2020). Esto puede implicar reformular las declaraciones para que sean neutrales y facilitar debates posteriores a la actividad para abordar cualquier incomodidad o malentendido.

Transformar el conflicto en un discurso constructivo:
Las directrices de la UNESCO sobre competencia intercultural subrayan el valor de utilizar las actividades como plataformas para una exploración y un entendimiento más profundos (UNESCO, 2018). Al fomentar el diálogo en torno al impacto emocional de las declaraciones y buscar puntos en común, fomentamos el respeto mutuo y la cooperación en medio de la diversidad.

Sensibilidad intercultural, conciencia del conflicto y principios de "no hacer daño": Integrando las percepciones de la exploración de Smith sobre la práctica del trabajo juvenil en entornos de con- flicto, reconocemos el imperativo de respetar los diversos entornos de los jóvenes participantes al tiempo que reconocemos la influencia de los conflictos pasados en sus experiencias vividas (Smith, 2018). Respetando los principios de intervención no dañina descritos en las orientaciones de UNICEF sobre la participación de los jóvenes en regiones afectadas por conflictos, nos comprometemos a crear espacios seguros e inclusivos para nuestros jóvenes (UNICEF, 2017).

En esencia, al examinar las actividades interculturales a través de una lente sensible al conflicto y basándonos en las mejores prácticas establecidas, cultivamos entornos propicios para el crecimiento y la capacitación de los jóvenes afectados por el conflicto.





(Actividad local - Centro Studi Sereno Regis y Civico Zero - 11-28/08/2023)

Referencias:

-Anesh, S., & Holmes, P. (2011). Posicionamiento del diálogo interculturalteorías, pragmática y una agenda. Journal of international and intercultural communication., 4 (2). pp. 81-86.

-Barabas, A. M. (2014). Multiculturalismo, Pluralismo Cultural e Interculturalidad en el contexto de América Latina: la presencia de los Pueblos Indígenas.

-Consejo de Europa. (2021). MIGRACIÓN E INTEGRACIÓN Qué narrativas alternativas funcionan y por qué. Obtenido de https://rm.coe.int/policy-brief-migration-and-integration-which-narratives-work-and-why-o/1680a20cfc

-Hans-Georg Wehling (1977): ¿Konsens à la Beutelsbach? Nachlese zu einem Expertengespräch. En: Siegfried Schiele / Herbert Schneider (Hrsg.): Das Konsensproblem in der politischen Bildung. Stuttgart, S. 173 - 184, aquí S. 179f. o - https://www.lpb-bw.de/beutelsbacher-konsens

-Organización de la Biblioteca Humana. (s.f.).

-Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja (FICR). (2020). "Caja de herramientas para los trabajadores de juventud: Promover la sensibilidad al conflicto en las actividades interculturales".

-Fundación Internacional de la Juventud. (2016). "Youth Work in Conflict-Affected Settings: A Hand- book for Practitioners".

-Levy et al. (2022). "La intervención de diálogo para jóvenes en medio de conflictos intratables atenúa la respuesta neural al prejuicio y promueve la pacificación de los adultos". PNAS Nexus, volumen 1, número 5. https://academic.oup.com/pnasnexus/article/1/5/pgac236/6761418

-Ministerio de Cultura del Perú. (2015). Diálogo Intercultural. Pautas para un mejor diálogo en contextos de diversidad intercultural. Obtenido de https://centroderecursos.cultura.pe/sites/default/files/rb/pdf/DIALOGO%20INTERCULTURAL%20-%20A5.pdf

-Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2017). "Participación de los jóvenes en regiones afectadas por conflictos: Mejores prácticas y consideraciones".

-Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2018). "Competencia intercultural en el trabajo con jóvenes: Directrices para profesionales".

-Smith, L. (2018). "La práctica del trabajo juvenil en tiempos de guerra: un enfoque sensible al conflicto". Revista de Estudios sobre la Juventud, 21(3), 325-340.

-Stevenson, A., y Broussard, M. (2019). "Comprender la sensibilidad al conflicto en el trabajo con jóvenes: A Guía práctica para profesionales". Construcción de la paz y desarrollo, 14(2), 169-185.

Trabajo juvenil inclusivo

Los conceptos de inclusión social y entorno sin barreras y su relevancia en el trabajo con jóvenes afectados por la guerra.

1.1. El concepto de inclusión social

Al hablar del nivel de inclusión o exclusión de los diferentes grupos sociales de la población en todos los ámbitos de la vida social, se suele utilizar un esquema de 4 enfoques, que refleja los diferentes procesos que se pueden observar en la sociedad en relación con los diferentes grupos sociales: exclusión, segregación, integración, inclu- sión.

La exclusión (o exclusión social) es un proceso que impide a individuos, grupos o comunidades acceder a los derechos, oportunidades y recursos que normalmente están a disposición de los miembros de la sociedad y que son clave para la in- tegración social. Aunque la exclusión suele asociarse a la pobreza y a la falta de recursos fi- nancieros, también está causada por muchos factores: género, discapacidad, orientación sexual, etnia, religión, etc.

La segregación es un tipo de discriminación que consiste en la separación real o legal dentro de una sociedad de aquellos grupos sociales que se distinguen por características raciales, de género, sociales, religiosas, lingüísticas o de otro tipo, lo que suele ocurrir intencionadamente.

La integración es el proceso primario de implicación de una parte de la sociedad o de un grupo social anteriormente excluido, que aún no se ha completado, pero que tiene perspectivas de coexistencia en igualdad de condiciones y derechos.

La inclusión (inclusión social) es un término muy utilizado en política social y educativa para expresar la idea de que todas las personas que viven en una sociedad determinada deben tener derechos de acceso y participación en igualdad de condiciones. Esto significa, por un lado, que las instituciones, las estructuras y las actividades deben estar diseñadas para adaptarse positivamente a la diversidad de circunstancias, identidades y formas de vida. Por otro lado, significa que las oportunidades y los recursos deben asignarse de forma que se minimicen las desventajas y la marginación.
Desde la perspectiva de los jóvenes, la inclusión social es el proceso de autorrealización del individuo dentro de una sociedad, la aceptación y el reconocimiento de su po-

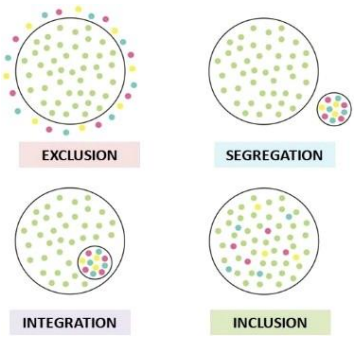


Imagen. Esquema de 4 enfoques

tencial por parte de las instituciones sociales, la integración (mediante el estudio, el empleo, el trabajo voluntario u otras formas de participación) en la red de relaciones sociales de una comunidad. En las sociedades europeas actuales, el concepto es relevante para todos los jóvenes, ya que la juventud es la etapa de la vida en la que los jóvenes hacen la transición de la dependencia familiar a la autonomía dentro de la sociedad más amplia en unas circunstancias que evolucionan rápidamente. Tiene un significado particular para aquellos jóvenes que proceden de entornos desfavorecidos y viven en condiciones precarias esto también puede referirse a los jóvenes con antecedentes de refugiados y desplazados internos y a los jóvenes que atraviesan las consecuencias de la guerra y los conflictos armados. Para ellos, la inclusión social implica romper diversas barreras antes de adquirir sus derechos sociales como miembros de pleno derecho de la sociedad.
En el ámbito del trabajo juvenil europeo y la educación no formal, la inclusión se considera una estrategia y una práctica globales para garantizar que los jóvenes con menos oportunidades tengan acceso a las estructuras y programas ofrecidos, así como igualdad de derechos y oportunidades en las diferentes esferas de la vida comunitaria.

El acceso de los jóvenes a los derechos es un componente importante de la construcción de una cultura de los derechos humanos, la democracia y el Estado de derecho en la Europa actual y más allá. Las organizaciones juveniles y el trabajo con jóvenes desempeñan un papel fundamental a la hora de garantizar el acceso de los jóvenes a los derechos y apoyar la ciudadanía activa de los jóvenes. El acceso a los derechos requiere que los jóvenes, las organizaciones juveniles y los trabajadores juveniles estén informados y formados sobre los derechos que los jóvenes deben utilizar y sobre cómo actuar si estos derechos son violados.
En las condiciones de la guerra y de la posguerra, la cuestión de la inclusión social de los jóvenes requiere una atención especial, ya que un gran número de jóvenes siente las consecuencias negativas de la guerra y de las acciones militares. El número de jóvenes que tienen menos oportunidades crece rápidamente. Los grupos sociales vulnerables debido a las consecuencias de la guerra son cada vez más vulnerables a las condiciones desfavorables y requieren una respuesta tanto del Estado y sus representantes, como de las instituciones no gubernamentales y los representantes de la sociedad civil, para reducir las muestras de desigualdad y garantizar el acceso a los derechos. Por lo tanto, para minimizar estos riesgos y re ducir las consecuencias negativas de la guerra, el trabajo juvenil inclusivo debería convertirse en un área clave de la actividad del sector juvenil tanto en las zonas afectadas por la guerra como en las regiones donde hay jóvenes afectados por la guerra.

1.2. Jóvenes con menos oportunidades

En tiempos de guerra y conflictos armados, los jóvenes con menos oportunidades se vuelven aún más vulnerables, su acceso a los derechos es aún más limitado, e incluso aquellos jóvenes que han tenido pleno acceso a sus derechos pueden enfrentarse a diversos obstáculos durante la guerra o el conflicto armado.
Desde que comenzó la guerra en 2014 y la guerra a gran escala en 2023, han aparecido en Ucrania nuevas comunidades de jóvenes con menos oportunidades como: Jóvenes desplazados internos, veteranos jóvenes de ambos sexos, un número cada vez mayor de jóvenes discapacitados entre militares y civiles, un gran número de jóvenes desplazados internos, veteranos jóvenes de ambos sexos cuyas necesidades deben ser atendidas, y otras comunidades de jóvenes (minorías étnicas, jóvenes LGBTQ+) cuya inclusión está quedando "desfasada" debido a otras cuestiones supuestamente más importantes y a otros "grupos más necesitados".

Jóvenes con menos oportunidades: jóvenes procedentes de entornos culturales, geográficos o socioeconómicos menos privilegiados, o jóvenes con discapacidades.
Esto puede deberse a diversas razones:
Obstáculos sociales: personas discriminadas por su sexo, edad, etnia, religión, orientación sexual, discapacidad, etc., personas con escasas habilidades sociales o comportamientos antisociales o sexuales de riesgo, personas en situación precaria, (ex)delincuentes, (ex)drogadictos o alcohólicos, padres jóvenes y/o solteros, or- fandad, jóvenes de familias desestructuradas, etc.
Diferencias culturales: inmigrantes o refugiados o descendientes de familias de inmigrantes o refugiados, personas pertenecientes a una minoría nacional o étnica, personas con problemas de adaptación lingüística e inclusión cultural, etc.
Obstáculos económicos: personas con un bajo nivel de vida, bajos ingresos, de- pendencia del sistema de bienestar social, personas en paro de larga duración o en situación de pobreza, personas endeudadas o con problemas financieros, etc.
Dificultades educativas: personas con dificultades de aprendizaje, personas que abandonan prematuramente los estudios o la escuela, personas menos cualificadas, personas con bajo rendimiento escolar, etc.
Discapacidad: (es decir, participantes con necesidades especiales): personas con discapacidades mentales (intelectuales, cognitivas, de aprendizaje), físicas, sensoriales o de otro tipo.
Problemas de salud: personas con problemas de salud crónicos, enfermedades graves o afecciones psiquiátricas, jóvenes con problemas de salud mental, etc.
Obstáculos geográficos: personas de zonas remotas o rurales, personas que viven en islas pequeñas o en regiones periféricas, personas de zonas urbanas problemáticas, personas de zonas con menos servicios (transporte público limitado, instalaciones deficientes, pueblos abandonados...), etc.

1.3. El entorno sin barreras como herramienta de inclusión de los jóvenes y la Estrategia Nacional para un Entorno sin Barreras en Ucrania hasta 2030

Una política estatal para un entorno sin barreras significa idear un enfoque que permita a todas las personas de nuestro país tener libre acceso a todos los aspectos de la vida: educación, desarrollo profesional, viajes sin obstáculos, etc. En abril de 2021 Ucrania aprobó la Estrategia Nacional para un Entorno sin Barreras, que se desarrolló como parte de la iniciativa Sin Barreras de la Primera Dama de Ucrania, la Sra. Olena Zelens- ka, y de acuerdo con el decreto del Presidente de Ucrania. La Estrategia es un plan de acción a largo plazo que se aplicará hasta 2030, y su objetivo es crear una sociedad sin barreras en 6 direcciones principales.

El primer aspecto se refiere a las barreras físicas, que se superarán con la ayuda de nuevas normas arquitectónicas inclusivas. Esto significa que todo lo que nos rodea (los edificios, las aceras, las calles y el transporte público) será fácilmente accesible para las personas con movilidad reducida (esto incluye a las personas con discapacidad, los ancianos, los niños y los tutores de niños pequeños, etc.). El segundo aspecto trata de la igualdad de oportunidades en la sociedad civil, para que todo tipo de personas puedan participar en la vida política y social. Este planteamiento significa que cada persona se sienta libre de expresar sus pensamientos y no tema ser juzgada a causa de ciertas diferencias. Al contrario, nuestras dife- rencias ayudarán a crear una sociedad más diversa y vibrante.

El tercer aspecto es económico. Nuestro objetivo es crear unas condiciones que permitan un acceso igualitario a los puestos de trabajo y protejan a las personas de cualquier tipo de discriminación en el lugar de trabajo. Nuestro trabajo en este sentido incluirá también la creación de oportunidades adicionales para que personas de distintos orígenes reciban ayuda financiera y otras ayudas que les permitan crear sus propias empresas.
El cuarto aspecto trata de la educación, aunque podríamos haberlo mencionado como la primera dirección de nuestro trabajo. Al fin y al cabo, todo empieza con nuestra educación. Y todo el mundo debería tener el mismo acceso a la educación, tanto a lo largo de su vida como en la infancia. Y esto es lo que nuestro Estado trabajará para proporcionar.

El quinto aspecto se refiere al mundo digital, algo sin lo que no podemos imaginar nuestras vidas en el siglo XXI. Un espacio digital sin barreras significa que todos los grupos sociales tendrán acceso a todo tipo de servicios y recursos en línea, así como a la propia Internet.
El sexto aspecto se refiere a la información. Se trata de crear las condiciones necesarias para que las personas, independientemente de su movilidad, discapacidad funcional o capacidad de comunicación, puedan acceder a la información y utilizar todas las tecnologías necesarias.
Crear una sociedad sin barreras también implica trabajar sobre las ideas erróneas y los estereotipos relativos a los distintos grupos sociales.

2. Recomendaciones sobre cómo promover la inclusión social y crear un entorno sin barreras cuando se trabaja con jóvenes afectados por la guerra.

1. Recomendaciones generales para crear un entorno sin barreras en trabajo juvenil

La creación de un entorno sin barreras es una de las principales herramientas para promover la inclusión social de los jóvenes afectados por la guerra, por lo que es importante que los trabajadores en el ámbito de la juventud tengan en cuenta las diferentes áreas de accesibilidad en su trabajo y creen las condiciones para el acceso de los jóvenes a los derechos y oportunidades, incluidas las oportunidades en el trabajo juvenil y la educación no formal.

Accesibilidad física:

En primer lugar, la accesibilidad física incluye la accesibilidad de todos los objetos del entorno físico para todos los grupos sociales, independientemente de su salud, discapacidad, situación patrimonial, sexo, lugar de residencia y otras características. En el contexto del trabajo juvenil, esta dirección de la accesibilidad incluye el acceso físico de los jóvenes al trabajo juvenil, la educación no formal y los servicios de consulta, proyectos y actividades implementados con, para y por los jóvenes. Esto significa no sólo adaptar los espacios físicos a las necesidades de los jóvenes dife- rentes, sino también hacer accesible el trabajo juvenil a aquellos jóvenes que no acuden o no pueden acudir a los centros o espacios juveniles por una u otra razón.En cuanto a la accesibilidad física, recomendamos tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Una ubicación conveniente de las infraestructuras juveniles, incluidos los centros juveniles, los espacios juveniles o los clubes juveniles, donde suele llevarse a cabo el trabajo juvenil; y un

-Adaptación de los edificios y objetos físicos a las necesidades de los diferentes jóvenes, incluidos los jóvenes con discapacidades (disponibilidad de rampas, ascensores, lavabos, etc.);
-La utilización de diversos tipos de trabajo con jóvenes (trabajo con jóvenes en la calle, trabajo con jóvenes móvil, en el exterior y desvinculado, trabajo con jóvenes en línea) con aquellos jóvenes que, debido a diversos obstáculos, no tienen la oportunidad de acudir a centros juveniles, espacios juveniles o clubes juveniles, por ejemplo, con jóvenes de zonas desfavorecidas o remotas, de zonas rurales, con un trasfondo cultural diferente, etc.

Accesibilidad informativa

La accesibilidad informativa significa que las personas, independientemente de sus deficiencias funcionales o de sus capacidades de comunicación, tienen acceso a la información en una va- riedad de formatos y tecnologías, como el braille, la letra grande, la audiodescripción, la traducción al lenguaje de signos, el subtitulado, el formato legible en pantalla y el lenguaje en formatos ociosos, la lectura fácil, los medios de comunicación alternativos, el idioma (teniendo especialmente en cuenta a los jóvenes refugiados y a los grupos lingüísticos minoritarios). En el contexto del trabajo con jóvenes, esta dirección de la accesibilidad significa el acceso de diferentes jóvenes, incluidos los jóvenes con menos oportunidades y los jóvenes afectados por la guerra, a todo tipo de información relativa al trabajo con jóvenes y a la educación no formal, así como a diversos servicios de consulta y sociales.

Para proporcionar accesibilidad informativa a todos los jóvenes de la comunidad, deben tenerse en cuenta los siguientes aspectos:
-Disponibilidad de información en diversos formatos, incluidos tipos de letra y colores apropiados en los materiales visuales, tipo de letra Braille en los objetos y construcciones de las infraestructuras juveniles, etc;
-El uso de un lenguaje y unos contenidos adaptados a los jóvenes (incluidos materiales visuales y vídeos) que puedan ser fáciles de entender para los distintos jóvenes;
-El uso de diversos canales de comunicación para difundir información sobre las oportunidades y los servicios para la juventud: aquellos que los jóvenes utilizan y que están a su disposición, incluyendo no sólo las páginas de Internet y las redes sociales, sino también los medios y canales de difusión de información fuera de línea, como el trabajo juvenil de calle, móvil y de proximidad;
-Una oportunidad para que los jóvenes reciban información sobre los servicios especializados de los monitores juveniles: psicológicos, sociales, etc., con la posibilidad de derivarlos a los especialistas necesarios en caso necesario.

Accesibilidad digital

La accesibilidad digital significa que todos los grupos sociales tengan acceso a Internet de alta velocidad, a los servicios públicos y a la información digital pública. En el contexto de su trabajo, para proporcionar este ámbito de accesibilidad deben tenerse en cuenta los siguientes aspectos:
-Posibilidad de que los jóvenes utilicen Internet y equipos técnicos adecuados (ordenadores, portátiles, PlayStations, etc.) en los centros y espacios juveniles - con fines de comunicación, ocio y educación;
-Disponibilidad de información sobre servicios para jóvenes en diversos recursos web, teniendo en cuenta sus capacidades y necesidades;
-Proporcionar acceso a la educación digital creando oportunidades para que personas diversas desarrollen competencias digitales a través del trabajo juvenil y la educación no formal.

Accesibilidad social y civil

La accesibilidad social y civil significa igualdad de oportunidades para la participación de todas las personas, sus asociaciones y grupos sociales específicos en la vida de las comunidades y del Estado, igualdad de acceso a la vida sociopolítica y cultural, un entorno fa- vorable para el desarrollo físico y la autorrealización, así como un entorno inclusivo como condición previa para la participación en todas las formas de vida social y actividad pública. En el contexto del trabajo juvenil, esto significa igualdad de acceso para todos los jóvenes a:

- Oportunidades de participar en diversas esferas de la vida comunitaria,
- Oportunidades de participación cívica e influencia en los procesos de toma de decisiones que afectan a los jóvenes,
- Participación en diversos proyectos y actividades destinados al desarrollo de la comunidad,
- Oportunidades para hacer la propia contribución al desarrollo de la comunidad,
- Educación en derechos humanos y educación para la ciudadanía democrática.

Para proporcionar este ámbito de accesibilidad en el trabajo con jóvenes, recomendamos tener en cuenta los siguientes aspectos:

- Seguimiento constante de las necesidades de los jóvenes y respuesta a las mismas;
- Planificar actividades en función de las necesidades de los distintos jóvenes;
- Crear un espacio seguro para la participación de los jóvenes, que incluya tanto la seguridad física como la psicoemocional, donde los jóvenes puedan sentirse libres y donde sus voces sean escuchadas y reciban apoyo;
- Utilizar un enfoque "de igual a igual" en las actividades, tanto durante la interacción de los jóvenes entre sí como durante su interacción con los monitores juveniles.
- Implicar a los jóvenes en los procesos de toma de decisiones relativos al trabajo juvenil a diferentes niveles, según su capacidad y preparación, por ejemplo, en la disposición de centros y espacios juveniles, la planificación conjunta de actividades, etc;
- Teniendo en cuenta las diferentes oportunidades de los jóvenes para participar en el trabajo juvenil offline y online (por ejemplo, el acceso a Internet, la presencia o ausencia de gadgets, el nivel de competencias digitales, las capacidades físicas, etc.).
- Promover la representación de diversos grupos de jóvenes en los consejos de la juventud, los parlamentos y otros órganos consultivos, para proteger sus necesidades y preocupaciones a nivel local, regional, nacional y europeo;
- Consideración del principio de participación voluntaria.
- Accesibilidad educativa.

Este ámbito de la accesibilidad significa igualdad de oportunidades y libre acceso a la educación, incluida la educación permanente, así como la adquisición de otra profesión, la mejora de las cualificaciones y la adquisición de competencias adicionales. Para los jóvenes afectados por la guerra significa la oportunidad de utilizar todos los tipos y formas de educación, satisfaciendo sus necesidades educativas especiales y creando un entorno educativo inclusivo con la minimización de los posibles riesgos y desafíos. El papel del trabajo juvenil en este proceso es extremadamente importante, ya que garantiza el acceso de los jóvenes principalmente a la educación no formal e informal, y coopera también con el ámbito de la educación formal.

Para proporcionar accesibilidad educativa en el trabajo con jóvenes, recomendamos tener en cuenta los siguientes aspectos:

-Basar las actividades educativas en las necesidades y preocupaciones de los distintos jóvenes;
-Utilizar diferentes formas y métodos de educación no formal a disposición de los jóvenes, según sus capacidades, teniendo en cuenta los formatos offline y online;
-Informar a los distintos jóvenes sobre las oportunidades de la educación no formal, utilizando distintos canales de información y a través de distintos tipos de trabajo juvenil, incluido el trabajo de proximidad, el trabajo juvenil en grupo y el trabajo juvenil itinerante;
-Tener en cuenta las diferentes capacidades físicas y condiciones de salud de los jóvenes a la hora de planificar las actividades educativas;
-Utilización de los principios y enfoques del trabajo juvenil informado sobre el trauma, incluido el principio de "no hacer daño"; adaptación de las actividades teniendo en cuenta el contexto, los antecedentes y la experiencia de los jóvenes;
-Creación de una atmósfera de tolerancia, respeto por las diferencias y apre- ciación de la diversidad durante las actividades educativas.

Accesibilidad económica

En un sentido general, significa que todas las personas, independientemente de su edad, sexo, estado civil o estado de salud, tengan condiciones y oportunidades para el empleo, la obtención de recursos financieros y de otro tipo para la actividad empresarial o el autoempleo. Para los jóvenes afectados por la guerra, esto se refleja garantizando las con- diciones para el empleo de los jóvenes, asegurando el acceso a la actividad empresarial y al autoempleo y aumentando el nivel de empleo de los grupos más vulnerables en el mercado laboral. Aunque el trabajo juvenil no suele proporcionar directamente empleo a los jóvenes, puede contribuir significativamente a ello gracias a toda la gama de competencias que forma y desarrolla en los jóvenes y a la experiencia que adquieren participando en las actividades que les ofrecen los trabajadores juveniles.

Con el fin de reforzar el papel del trabajo juvenil para garantizar la accesi- bilidad económica, recomendamos tener en cuenta los siguientes aspectos:

-Realización de actos y proyectos de orientación profesional de acuerdo con las necesidades y preocupaciones de los distintos jóvenes;
-La mediación entre empresarios y jóvenes, que puede ser una de las di- recciones de las actividades de los centros/espacios juveniles o de los trabajadores juveniles individuales;
-Cooperación con instituciones de enseñanza superior y centros de formación técnica profesional y de empleo;
-Desarrollo de habilidades blandas y competencias diversas de los jóvenes en función de sus necesidades e inquietudes - para aumentar su competitividad en el mercado laboral.

Aunque hemos considerado las áreas de accesibilidad por separado unas de otras, cabe señalar que todas están interrelacionadas, son complementarias e interdependientes, y sólo es posible lograr una inclusión real y completa de los jóvenes si se garantizan todas las áreas de accesibilidad.

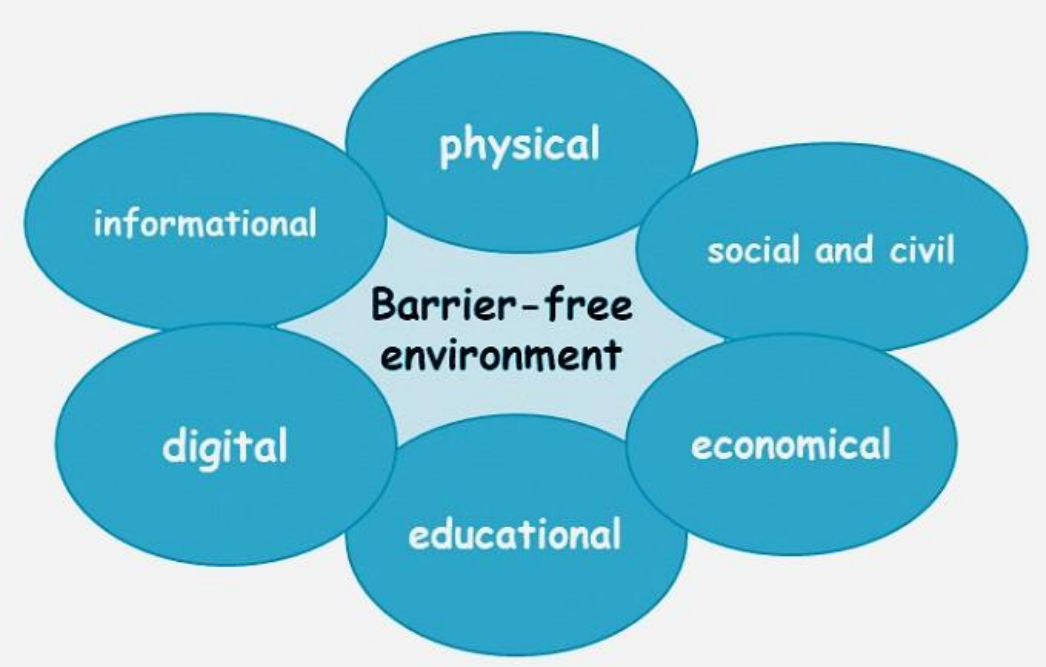
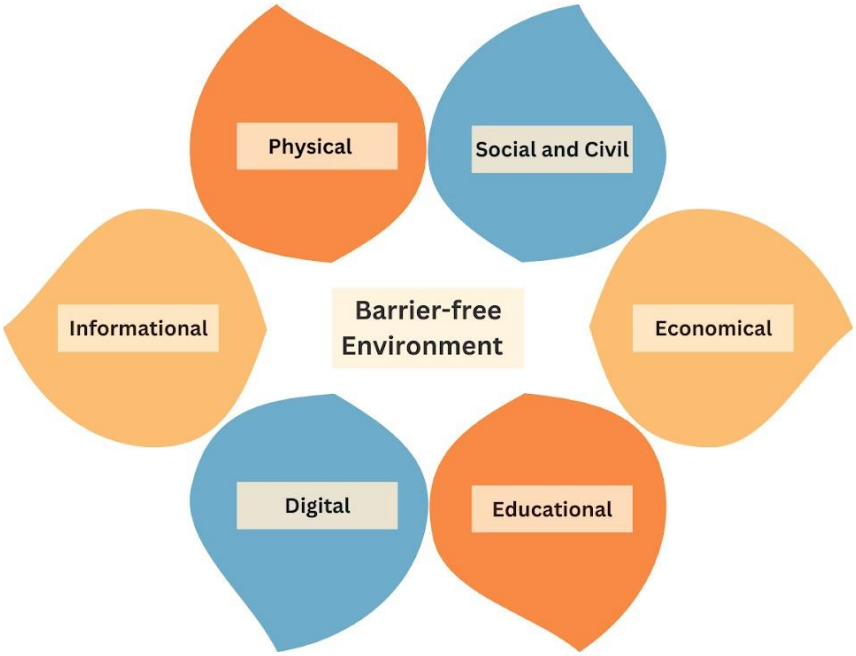


Imagen. Zonas sin barreras

Picture. Areas of barrier-free environment



2.2. Recomendaciones para las competencias adicionales de los monitores juveniles que trabajan con jóvenes afectados por la guerra

El trabajo con jóvenes desempeña un papel de apoyo a la recuperación, la resiliencia y la reconciliación de los jóvenes supervivientes de traumas. Es importante señalar que una mayoría significativa (75-80%) de las personas afectadas por un trauma pueden lograr la autorrecuperación, un proceso que implica el restablecimiento gradual del funcionamiento y la mejora de la capacidad de adaptación. Los principios clave en la recuperación del trauma son la seguridad y la expansión de la capacidad, siendo la resiliencia y la reconexión factores cruciales para ayudar a la recuperación.

Los jóvenes se vuelven más resistentes gracias a su participación en el trabajo juvenil. Las relaciones su- pportivas con los trabajadores juveniles son importantes para desarrollar esta capacidad. El espacio seguro y acogedor que proporciona el trabajo juvenil permite a los jóvenes salir de su zona de confort, probar nuevas oportunidades, cometer errores y aprender de ellos sin miedo a ser juzgados. A través del trabajo juvenil, se anima a los jóvenes a desarrollar planes y objetivos que les ayuden a gestionar o superar los retos a los que se enfrentan.

El acontecimiento traumático divide provisionalmente la vida de la persona en "antes" y "después" del acontecimiento, lo que provoca la sensación de vida interrumpida. La sensación de reconexión más fuerte se mantiene con la reanudación del estilo de vida ordinario y el trabajo juvenil puede ser de gran apoyo en este proceso de reconexión cognitiva, funcional, social, emocional y psicofisiológica a través de la pro- porción de actividades de medidas saludables, actividades de educación no formal, la participación en proyectos de voluntariado, etc. todo lo que corresponda a las necesidades de los jóvenes y apoye la reconexión multinivel.

Cuando se trabaja con jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados, es muy importante que los monitores juveniles tengan en cuenta el contexto. Incluso si los monitores juveniles tienen una gran experiencia de trabajo con jóvenes con menos oportunidades, deben prestar atención y utilizar un enfoque basado en el trauma.

Los enfoques informados sobre el trauma en el trabajo con jóvenes se basan en la comprensión y el conocimiento del trauma, y en el reconocimiento del impacto del trauma en las personas y en todos los entornos, servicios y comunidades, siguiendo cuatro fundamentos clave de los enfoques informados sobre el trauma: Darse cuenta de la preva- lencia del trauma, comprender las posibles vías de recuperación y entender las posibles barreras a los resultados positivos; reconocer cómo el trauma repercute y afecta directa o indirectamente a las personas, las familias, las comunidades, los servicios, los sistemas y los empleados; responder incorporando los conocimientos a la práctica, las políticas y los procedimientos; y resistirse a la retraumatización de los usuarios de los servicios y del personal a través de los sistemas y las culturas organizativas.

Las competencias de los monitores juveniles relacionadas con la aplicación del enfoque trauma-infor- med en el trabajo con jóvenes son las siguientes:

- Conocimiento de los métodos para determinar los objetivos educativos, la autorreflexión
- Conocimiento del trabajo con jóvenes informado sobre el trauma
- Conocimiento de lo que son el estrés, el acontecimiento traumático y el estrés traumático
- Conocimiento del enfoque salutogénico de la interacción con una persona afectada por acontecimientos traumáticos
- Conocimiento de las respuestas al estrés del ser humano y su origen
- Conocimiento de las manifestaciones de la experiencia traumática en la conducta de la persona a lo largo del tiempo
- Conocimiento de los principios de legitimación y normalización en la interacción con las personas afectadas por acontecimientos traumáticos.- Conocimiento de las técnicas de autocuidado y autorrecuperación durante acontecimientos estresantes, e impacto de los acontecimientos estresantes.
- Conocimiento de los primeros auxilios psicológicos y criterios para su prestación
- Conocimiento del burnout y la fatiga por compasión y formas de su prevención
- El conocimiento de la empatía y el efecto de "imaginar" como factores de estrés traumático secundario.
- Conocimiento de las estrategias de afrontamiento y los canales de recursos, aplicación de los mismos en una crisis.
- Conocimiento del principio de "no hacer daño" en el trabajo con jóvenes afectados por sucesos traumáticos.
- Conocimiento de las diferentes funciones laborales de un monitor juvenil y de un psicólogo. Además de los aspectos del enfoque informado sobre el trauma, los monitores juveniles deben ser conscientes del ethos en el que se basan sus acciones educativas, ya que pueden tener funciones importantes como proporcionar apoyo y tutoría a los jóvenes con los que trabajan:
- Este apoyo debe ser regular, pero debe evitar crear relaciones de dependencia, ya que éstas obstaculizan el empoderamiento y la autonomía personal de los jóvenes en lugar de potenciarlos;
- Los monitores de juventud deben aspirar a convertirse en superfluos una vez que hayan entrenado a los jóvenes para lograr su independencia;
- Los monitores juveniles pueden ofrecer a los jóvenes diferentes oportunidades que, esperamos, inspiren e impulsen su empoderamiento y su participación activa en la sociedad.

2.3. Cómo garantizar un espacio seguro y el principio de No Hacer Daño en las actividades de trabajo juvenil con jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados

Además, los monitores juveniles deben tener en cuenta el lenguaje sin barreras según los jóvenes con los que trabajen. Puede utilizar el glosario de "Brújula - el manual para la educación en derechos humanos con jóvenes".

Cualquiera de nuestras actividades con los jóvenes puede afectar a sus vidas. Las Directrices del IASC sobre el trabajo con y para los jóvenes en crisis humanitarias y prolongadas explican el principio de "no hacer daño" de la siguiente manera: Los jóvenes necesitan un entorno física, social y emocionalmente seguro y que les brinde apoyo. Los responsables deben ser sensibles a las divisiones y desigualdades entre los jóvenes y sus comunidades, para evitar que empeoren. La participación no debe poner a los jóvenes en riesgo de sufrir reacciones negativas por parte de los

familia o la comunidad, o de otros jóvenes. Muchos pueden haber sufrido traumas; los monitores juveniles deben estar equipados para derivarlos a servicios especializados y deben prestar especial atención al potencial de daño entre los que viven en situaciones vulnerables.

Este principio significa no exponer a los jóvenes a riesgos adicionales, actuar en el mejor interés de los jóvenes y evitar causarles daños o lesiones físicas, psicológicas o emocionales. La actividad debe centrarse en los jóvenes, su bienestar y el desarrollo de relaciones de calidad con ellos basadas en: el respeto, la no discriminación, la confianza, la confidencialidad y la privacidad, el bienestar de los jóvenes.

En la práctica: No hacer daño en estos contextos significa que los monitores juveniles no traten de asumir el papel de psicólogo/otro, sino que deben estar preparados para derivar a estos jóvenes a servicios especializados y deben prestar especial atención a la posibilidad de hacer daño a los que se encuentran en situaciones vulnerables.

El enfoque de "no hacer daño" debe utilizarse en todas las fases de la actividad, desde la identificación de las necesidades, la ejecución de las actividades, el seguimiento y la evaluación. En cada etapa de su aplicación, deben tenerse en cuenta tres sencillos pasos:

-Comprender el contexto en el que operamos, incluyendo las dinámicas políticas, las instituciones, las actitudes, los valores, las normas sociales de las comunidades, los servicios disponibles en la comunidad, las necesidades de los jóvenes;

-Comprender la interacción entre nuestras acciones y el contexto;

-Utilizar esta comprensión para evitar el impacto negativo y potenciar el impacto po- sitivo de nuestras acciones sobre los jóvenes y la comunidad en su conjunto. Nueve componentes de "No hacer daño" en el trabajo con jóvenes

-Siempre que intervenimos con nuestra actividad en un determinado contexto, se convierte en
parte del contexto.

-En cualquier contexto en el que intervengamos, existen dos factores: divisorios y unificadores. Los factores divisorios son los que provocan tensión en la sociedad. Los factores unificadores son los que unen a la gente y/o reducen la tensión. Ambos incluyen estructuras, instituciones, actitudes y acciones, valores e intereses, símbolos, etc.

-Cualquier intervención en el contexto interactúa con otros factores y puede reducir o reforzar los factores que dividen a la sociedad o reducir o reforzar los factores que la unen.

-Las acciones y el comportamiento tienen consecuencias que crean impacto: nuestras activi- dades y cómo nos comportamos en la realización de nuestras actividades, los valores y principios éticos que utilizamos tienen consecuencias (mejoran o empeoran la situación).

-Los detalles de nuestras actividades importan: qué, por qué, quién, cuándo, dónde y cómo.

-Siempre hay OPCIONES para cambiar las actividades con el fin de eliminar los efectos negativos o potenciar los cambios positivos.

-Construir relaciones con los jóvenes basadas en el respeto, la no discriminación, la confianza, la confidencialidad y la privacidad, el bienestar de los jóvenes.

-Crear un espacio seguro para que los jóvenes participen.

Para prevenir las influencias negativas y evitarlas, debemos crear un espacio seguro en el que los jóvenes puedan participar.

¿Qué es un espacio seguro?

-Es un espacio donde los jóvenes pueden reunirse, realizar actividades relacionadas con sus diversas necesidades e intereses, participar en los procesos de toma de decisiones y expresarse libremente.

-es un espacio que garantiza la dignidad humana y la seguridad de los jóvenes (fisi- cal, psicológica, emocional), promueve el desarrollo de las capacidades de los jóvenes que sirven a su bienestar general.

-Se trata de un espacio que responde a las necesidades de una juventud diversa, en particular de la vulnerable a la marginación o la violencia.

Para que los espacios seguros sean inclusivos, es necesario que los jóvenes de diversos orígenes, especialmente los que no proceden de la comunidad local, se sientan respetados. Por ejemplo, en situaciones humanitarias o de conflicto, los jóvenes pueden carecer de espacio para expresarse plenamente sin sentirse incómodos u hostiles. Del mismo modo, si no hay un espacio seguro, los jóvenes de diferente raza/etnia, género, afiliación religiosa u origen cultural pueden sentir miedo de contribuir a la comunidad. Cuando los jóvenes disponen de un espacio seguro para comunicarse, pueden contribuir eficazmente al desarrollo, incluida la construcción de la paz y la promoción de la cohesión social.

¿Qué condiciones contribuyen a crear una sensación de seguridad?

- Todo el mundo se siente aceptado e incluido;
- Se trata a todo el mundo con respeto y sin juzgarlo;
- Todos pueden sentirse igualmente valorados;
- Todos pueden ser ellos mismos;
- Todos están protegidos contra el acoso y la violencia física, sexual y emocional;
- Todo el mundo tiene espacio para expresar sus necesidades;
- Todos pueden adquirir nuevos conocimientos y habilidades;
- Todo el mundo no tiene miedo a equivocarse

Se pueden añadir muchos otros criterios a esta lista, porque cada persona, así como cada comunidad individual, tiene necesidades y expectativas diferentes. Es importante que los jóvenes participen en la elaboración de estos criterios.

3. Prácticas de trabajo juvenil con jóvenes afectados por la guerra y en tiempos de guerra

Club de juegos de mesa (Ucrania, 2021 - en curso)

El club de juegos de mesa "Igrobum" surgió como una iniciativa de la organización cívica "Organización Juvenil de Sumy 'Litsei'" situada en Sumy, Ucrania, en 2021. La idea de crear el club surgió entre los metodólogos del Palacio de la Infancia y la Juventud de Sumy y estudiantes de secundaria de la ciudad de Sumy. De 2015 a 2021, esta iniciativa se celebró varias veces al año durante los ho- lidays. Es importante señalar que en 2015, los juegos de mesa no eran tan populares en nuestra región, y el club tenía un importante potencial para el desarrollo y la unión de los jóvenes.

Los objetivos de la iniciativa incluyen:

-Avanzar en el ocio intelectual;
-Crear una plataforma para desarrollar el pensamiento estratégico y las habilidades de interacción comunicativa;
-Buscar iniciativas creativas del público objetivo para el público objetivo;
-Promover un estilo de vida saludable creando un ambiente cordial y abierto en el club;
-Defender la cultura de los juegos de mesa en la sociedad y popularizar nuevos juegos.
-Expresar y fomentar el potencial creativo de los participantes del club mediante el desarrollo de sus propios juegos de mesa y de modelismo.

Nuestro público objetivo incluye estudiantes de secundaria de la región, estudiantes universitarios y jóvenes que ya forman parte de la población activa.

Las actividades del club ayudan a los jóvenes a adquirir nuevas destrezas en la resolución de va- rias tareas relacionadas con la organización y celebración de eventos en el club. Y lo que es más importante, el apoyo a la creación de redes a nivel comunitario en la región contribuye a la aparición de nuevas iniciativas y a su puesta en marcha conjunta. De este modo, facilitamos la consolidación de la juventud en torno a cuestiones sociales vitales en la región y el país. En el verano de 2022, el club reanudó sus activi- dades regulares. Actualmente, los participantes se reúnen dos veces por semana para disfrutar de juegos de mesa. Durante los periodos de apagón en el club, la organización y la Universidad Estatal de Sumy, donde se encuentra el club, garantizan la disponibilidad de luz y la oportunidad de estudiar, así como de cargar los aparatos gracias a las fuentes de energía de reserva disponibles, como los sistemas de carga y los generadores.

Programa de formación "Fácil para los ocupados: de lo que no hablan en la escuela" (Ucrania, 2022)

El programa de formación para jóvenes "Fácil para los ocupados: De lo que no se habla en la escuela" formaba parte de "Educación en situaciones de crisis", un proyecto a gran escala que fue implementado por la organización pública "Donetsk Youth De- bate Center" en diferentes regiones de Ucrania en colaboración con la Institución Comunal "Centro Juvenil "Romantika" (Sumy, región de Sumy), la organización pública "Centro de Recursos Juveniles "Nuevas Alas" (Novovolynsk, región de Volyn), la organización pública "Centro de Información y Educación "Club Europeo" de Kremenchuk" (Kremenchuk, región de Poltava), el Instituto Regional de Educación Pedagógica de Postgrado de Kiev (Bila Tserkva, región de Kiev) y la institución comunal "Centro de Cultura y Ocio" (Klevan', región de Rivne) con el apoyo de Street Child UK.

En Sumy, durante ocho meses, los jóvenes de entre 13 y 17 años tuvieron la oportunidad de asistir a reuniones educativas y psicológicas en un formato de formación interactiva, durante las cuales adquirieron conocimientos y habilidades importantes para la actualidad, y también tuvieron la oportunidad de pasar un rato divertido y útil en el entorno de compañeros y formadores competentes. Como parte del programa, se celebraron 40 reuniones educativas interactivas y 5 reuniones psicológicas, en las que participaron unos 150 adolescentes, entre los que había tanto residentes locales de la ciudad de Sumy como jóvenes desplazados internos.

Las reuniones educativas se dedicaron a los temas de formación de equipos, inteligencia emocional, resolución de conflictos, educación sexual, tolerancia y diversidad, resistencia al estrés, alfabetización mediática, planificación del futuro en condiciones de incertidumbre. Durante las reuniones psicológicas se trataron los temas de la resistencia al estrés y la autorrecuperación, y se utilizaron técnicas de arteterapia. Un logro importante del proyecto fue la creación de un espacio seguro y acogedor para los niños y los jóvenes, en el que se sintieron libres y relajados, se comunicaron con sus compañeros, compartieron sus pensamientos y sentimientos, no se sintieron asha- medados a ser ellos mismos y hablaron abiertamente de diversos temas que les preocupaban. También es importante que, durante el proyecto, los niños y los jóvenes tuvieran la oportunidad de conocer mejor otras oportunidades en el ámbito de la educación no formal que existen en la ciudad, y que participaran y sigan participando activamente en diversas actividades y proyectos que ayudan a los niños y a los jóvenes a descubrir su potencial, adquirir habilidades vitales y aumentar su participación en la vida de la comunidad.

"Simplemente sobre cosas complejas... Un proyecto increíble que llega más "a tiempo" que nunca. Hablar de conflictos, de relaciones, de emociones, de relaciones íntimas, de caderas, de dignidad, de igualdad y de futuro es siempre necesario y más aún en este periodo turbulento. Nuestros participantes están viviendo su preciosa adolescencia en tiempos de covid y de guerra... Estos proyectos les ayudan a no convertirse en una "generación perdida", como ocurrió tras la Segunda Guerra Mundial. Los cortes de electricidad, las constantes alertas aéreas que advierten de posibles bombardeos y, a pesar de todo, tienen la oportunidad de comunicarse, bromear, compartir sus pensamientos y sentir el calor de los demás." (Anna, trabajadora juvenil, formadora del Programa)

"Voces de los jóvenes en Ucrania" (Ucrania, 2022)
El proyecto "Voces de los jóvenes en Ucrania" fue llevado a cabo por el Centro de Debate Juvenil de Do- netsk con el apoyo de la Fundación Europea de la Juventud del Consejo de Europa como parte de la campaña juvenil "Democracia aquí y ahora" en colaboración con el Centro Juvenil "Nuevas Alas" (Novovolynsk, región de Volyn), ONG "Centro de Información y Educación Kremenchuk "Euro- pean Club" (Kremenchuk, región de Poltava), Centro Juvenil Nizhyn (Nizhyn, región de Cher- nihiv), Centro Juvenil Okhtyrka (Okhtyrka, región de Sumy), Centro Regio- nal Infantil y Juvenil de Donetsk (Kramatorsk, región de Donetsk).

El objetivo del proyecto era difundir las voces de los jóvenes de 5 regiones de Ucrania sobre el impacto de la guerra en la juventud ucraniana. El proyecto incluía:
- Discusión de experiencias relacionadas con el impacto de la guerra en los jóvenes;

-Desarrollo de las capacidades de los jóvenes de 5 regiones para defender los con- cernos y resolver los problemas de los jóvenes durante la guerra;
-Creación y distribución de historias en vídeo en las redes sociales destinadas a proteger las inquietudes y resolver los problemas de los jóvenes afectados por la guerra;
-Comunicar las necesidades de los jóvenes en tiempos de guerra a las principales partes interesadas a nivel local, nacional e internacional.

Como parte del proyecto, también se impartió formación en línea a jóvenes de 5 ciudades de Ucrania (Kremenchuk, Novovolynsk, Okhtyrka, Nizhyn, Kramatorsk), durante la cual los jóvenes aprendieron a recopilar historias y filmar vídeos, or- ganizar y poner en marcha una campaña de promoción en las redes sociales; se unieron al proceso de recopilación de historias de los jóvenes de sus comunidades; recibieron apoyo de mentores para recopilar y filmar las historias de los jóvenes de sus comunidades, se unieron al diálogo con las autoridades locales en el ámbito de la juventud sobre la promoción de las necesidades y preocupaciones de los jóvenes de Ucrania.

"Me gustaría asistir a más cursos de formación. Me gustaría organizarlos. Quiero ayudar a la gente a hacer frente al estrés emocional que estamos viviendo en estos momentos. Hay que hacerlo en alguna parte.. Acepté la entrevista con bastante facilidad. Porque estaba buscando qué hacer. Por supuesto, quiero que se escuche mi opinión. No quería decirlo, pero para mí es una autoterapia porque, en primer lugar, me ayudo a mí misma a sobrellevar este estrés." *(Masha, 18 años, dos veces desplazada interna, participante del proyecto "Voces de los jóvenes en Ucrania" cuya historia se publicó en uno de los vídeos grabados dentro del proyecto)*

Más información sobre el proyecto y vídeos aquí: https://www.instagram.com/voices_of_young_ppl_inukraine/?hl=en

"Curso educativo sobre el trabajo juvenil informado sobre el trauma" (Ucrania, 2022) En 2022, el Proyecto del Consejo de Europa "Jóvenes por la democracia en Ucrania: Fase II" en cooperación con el Proyecto del Consejo de Europa "Desplazamiento interno en Ucrania: Construyendo Soluciones. Fase II" elaboró la Guía sobre el Curso Educativo de Trabajo Juvenil Informado sobre el Trauma.

La idea de la Guía como base metodológica para la formación sobre el trabajo juvenil traumatizante surgió en abril de 2022 durante una serie de reuniones de trabajadores juveniles ucranianos. Las reuniones se dedicaron a debatir los retos y prioridades actuales del trabajo con jóvenes durante la agresión armada de la Federación Rusa contra Ucrania después del 24 de febrero de 2022. A su vez, la serie de reuniones se celebró en respuesta a los resultados de la encuesta realizada a finales de marzo de 2022 sobre los asuntos esenciales y las necesidades de

El programa incluía seminarios de formación para animadores juveniles y la puesta en marcha de programas educativos en sus comunidades de acuerdo con el contenido de la Guía.

En octubre - noviembre de 2022 doce centros juveniles organizaron actividades educativas para trabajadores juveniles y jóvenes sobre prevención del agotamiento y la fatiga por compasión, primeros auxilios psicológicos en situaciones de crisis basadas en la Guía desarrollada del programa de formación Trauma Informed Youth Work. La Guía contiene la descripción del programa educativo y las sesiones de re levante de la formación de cinco días para trabajadores juveniles. Además, el programa educativo puede utilizarse como un kit educativo y adaptarse a las necesidades del grupo destinatario, el formato y el tiempo disponible. Cada sesión constituye un módulo educativo completo y contiene explicaciones sobre las condiciones previas y el posible seguimiento.

En 2023, el Proyecto del Consejo de Europa "Juventud para la Democracia en Ucrania: Pha- se III", en cooperación con el Ministerio de Juventud y Deportes de Ucrania y el Centro Juvenil de toda Ucrania, organizó una formación (avanzada) de tres días para formadores del Programa, desarrolló e impartió un curso especializado "Trabajo Juvenil Informado por el Trauma" en el marco del programa estatal "Trabajador Juvenil Ucrania" y de la semana de toda Ucrania de mapeo de los servicios psicológicos para jóvenes en las comunidades para las remisiones en el trabajo de los centros juveniles y los trabajadores juveniles.

El proyecto "Jóvenes por la democracia en Ucrania: Fase III" se lleva a cabo en el marco del Plan de Acción del Consejo de Europa para Ucrania 2023-2026. El Proyecto se basó en los resultados y la experiencia de los proyectos "Juventud para la Democracia en Ucrania" en 2020-2022 y ampliará la influencia sistemática mediante el fortalecimiento de las políticas de juventud participativas y reforzará el trabajo juvenil en la guerra y en un contexto de posguerra teniendo en cuenta las necesidades específicas de los jóvenes.

La Guía se tradujo al inglés y puede consultarse en línea. Para obtener más información sobre la Guía sobre el curso educativo de infor- med en el trabajo con jóvenes traumatizados, puede utilizar este código QR o seguir el siguiente enlace: https://www.coe.int/en/web/kyiv/-/guide-on-trauma-informed-youth-work-is-translated-in-the- english-language

"Recopilación de Experiencias de Trabajo Juvenil, Basadas en los Enfoques y Normas del Consejo de Europa, en el Contexto de la Agresión Armada de la Federación Rusa contra Ucrania" (Ucrania, 2022)

El proyecto del Consejo de Europa "Jóvenes por la democracia en Ucrania: Fase II" ha recogido en noviembre de 2022 y descrito la experiencia y las prácticas del trabajo juvenil en el contexto de la agresión armada de la Federa- ción Rusa contra Ucrania en el periodo posterior al 24 de febrero de 2022. La recopilación incluye veinte relatos de experiencias y reflexiones, tanto de proyectos en equipo, iniciativas de centros juveniles y organizaciones no gubernamentales, etc., como de experiencias individuales dirigidas a transformaciones sociales, culturales, educativas y medioambientales llevadas a cabo por, con y para los jóvenes. El 12 de octubre de 2022, el Proyecto del Consejo de Europa "Juventud para la Democracia en Ucrania: Fase II" junto con el Ministerio de Juventud y Deportes de Ucrania publicó una invitación abierta para compartir la experiencia y las prácticas del trabajo juvenil en tiempos de guerra.

Con el fin de crear y difundir la recopilación de la experiencia y la práctica del trabajo juvenil, basada en los enfoques y normas del Consejo de Eu- ropea, en tiempo de guerra con fines de registro, formación e inspiración de los trabajadores juveniles en Ucrania y otros estados miembros del Consejo de Eu- ropea, de acuerdo con la metodología, se invitó a las siguientes personas a participar en la creación de la recopilación de la experiencia: participantes de los eventos y formaciones celebrados por el Departamento de Juventud del Consejo de Europa; organizaciones socias del Proyecto del Consejo de Europa "Juventud para la Democracia en Ucrania" (Fases I y II de 2020-2022). La recopilación y la descripción de la experiencia del trabajo juvenil no proporcionan una evaluación y no pretenden ser representativas ni abarcar todo el trabajo juvenil en Ucrania en 2022. La experiencia y las reflexiones se presentan en la colección en el orden libre. Cada historia de la colección se presenta primero con una breve visión general, seguida de una entrevista completa sobre la experiencia, que describe en detalle las prácticas, consideraciones, recursos y enfoques del Consejo de Europa que han promovido el trabajo juvenil, basado en los principios de los derechos humanos y la participación de los jóvenes.

Para saber más sobre la recopilación de experiencias del trabajo con jóvenes, puede utilizar el código QR o seguir el enlace siguiente: https://rm.coe.int/collection-of-experien- ce-of-youth-work/1680abad35

"Tiempo de ser bienvenido" (Grecia, Francia, 2016)

"Time to be welcome" es una asociación de colaboración entre 10 organizaciones juveniles: Bureau Européen du Scoutisme ASBL (WOSM); Soma Hellinon Proskopon (Scouts de Grecia); Scouting Ireland - IE; Asociación Scout de Macedonia; Youth for Exchange and Understanding (YEU) International; European Federation for Intercultural Learning (EFIL); Cruz Roja Británica; Skata-Mot efh (Asociación Scout Islandesa); Eclaireurs et Eclaireuses Unionistes de France; y SINGA France. El proyecto fue cofinanciado por el programa ERASMUS+ de la Unión Europea.
El proyecto pretendía animar a los jóvenes voluntarios y a las organizaciones juveniles de toda Europa a acoger a los jóvenes refugiados e inmigrantes y a apoyar su proceso de integración, mediante el uso de la educación no formal y el trabajo juvenil.

Los objetivos eran:

-Dar a los jóvenes europeos la oportunidad de actuar para acoger a los jóvenes inmigrantes recién llegados a Europa;
-Proporcionar a los jóvenes inmigrantes acceso a la educación y al ocio, desarrollando sus habilidades y competencias a través de actividades no formales para promover la educación y el bienestar;
-Aumentar la comprensión y el respeto entre las comunidades, y superar los prejuicios y las disparidades culturales y religiosas, para facilitar la in- tegración en las sociedades europeas;
-Proporcionar a los inmigrantes, refugiados y solicitantes de asilo los conocimientos y el apoyo que les ayuden a sentirse integrados en su país de acogida, permitiéndoles transmitir estos conocimientos a otros inmigrantes que lleguen a Grecia y Francia (concretamente, Atenas y París);
-Ayudar diariamente a los solicitantes de asilo y a los inmigrantes con acceso a apoyo psicológico y sanitario;
-Sensibilizar sobre la situación de los solicitantes de asilo y animar a las comunidades locales a acoger a los recién llegados de orígenes y culturas diferentes;
-Desarrollar la capacidad de las organizaciones juveniles y apoyarlas para que desarrollen sus prácticas de trabajo juvenil con el fin de garantizar la integración a largo plazo de los inmigrantes;
-Capacitar a los voluntarios para que lleven a cabo acciones destinadas a acoger a los jóvenes refugiados y a los inmigrantes recién llegados en sus comunidades de acogida;
-Facilitar la interacción entre los refugiados y las comunidades locales, sentando así una base sólida para su futura cooperación y comprensión mutua.

Más de 40 jóvenes voluntarios que trabajan con refugiados en Grecia y Francia recibieron formación en un curso de dos días sobre "introducción a los primeros auxilios psicológicos". Este curso les permitió aprender herramientas concretas para identificar traumas y ser capaces de reaccionar en una situación de estrés para calmar a los demás y a sí mismos. El curso de formación fue impartido por el Instituto Intercultural de Competencias Sistémicas (IICoS).

"Tiempo de ser bienvenidos" (Grecia, Francia, 2016)

"Time to be welcome" es una asociación de colaboración entre 10 organizaciones juveniles: Bureau Européen du Scoutisme ASBL (WOSM); Soma Hellinon Proskopon (Scouts de Grecia); Scouting Ireland - IE; Asociación Scout de Macedonia; Youth for Exchange and Understanding (YEU) International; European Federation for Intercultural Learning (EFIL); Cruz Roja Británica; Skata-Mot efh (Asociación Scout Islandesa); Eclaireurs et Eclaireuses Unionistes de France; y SINGA France. El proyecto fue cofinanciado por el programa ERASMUS+ de la Unión Europea.
El proyecto pretendía animar a los jóvenes voluntarios y a las organizaciones juveniles de toda Europa a acoger a los jóvenes refugiados e inmigrantes y a apoyar su proceso de integración, mediante el uso de la educación no formal y el trabajo juvenil.

Los objetivos eran:

-Dar a los jóvenes europeos la oportunidad de actuar para acoger a los jóvenes inmigrantes recién llegados a Europa;
-Proporcionar a los jóvenes inmigrantes acceso a la educación y al ocio, desarrollando sus habilidades y competencias a través de actividades no formales para promover la educación y el bienestar;
-Aumentar la comprensión y el respeto entre las comunidades, y superar los prejuicios y las disparidades culturales y religiosas, para facilitar la in- tegración en las sociedades europeas;
-Proporcionar a los inmigrantes, refugiados y solicitantes de asilo los conocimientos y el apoyo que les ayuden a sentirse integrados en su país de acogida, permitiéndoles transmitir estos conocimientos a otros inmigrantes que lleguen a Grecia y Francia (concretamente, Atenas y París);
-Ayudar diariamente a los solicitantes de asilo y a los inmigrantes con acceso a apoyo psicológico y sanitario;
-Sensibilizar sobre la situación de los solicitantes de asilo y animar a las comunidades locales a acoger a los recién llegados de orígenes y culturas diferentes;
-Desarrollar la capacidad de las organizaciones juveniles y apoyarlas para que desarrollen sus prácticas de trabajo juvenil con el fin de garantizar la integración a largo plazo de los inmigrantes;
-Capacitar a los voluntarios para que lleven a cabo acciones destinadas a acoger a los jóvenes refugiados y a los inmigrantes recién llegados en sus comunidades de acogida;
-Facilitar la interacción entre los refugiados y las comunidades locales, sentando así una base sólida para su futura cooperación y comprensión mutua.

Más de 40 jóvenes voluntarios que trabajan con refugiados en Grecia y Francia recibieron formación en un curso de dos días sobre "introducción a los primeros auxilios psicológicos". Este curso les permitió aprender herramientas concretas para identificar traumas y poder reaccionar en una situación de estrés para calmar a los demás y a sí mismos. El curso de formación fue impartido por el Instituto Intercultural de Competencias Sistémicas (IICoS).

"Semillas para la integración" (10 países europeos, 2016 - 2019)

"Semillas para la integración" fue un proyecto de la Oficina Organizadora de Sindicatos de Estudiantes de Escuelas Europeas (OBESSU) financiado por Open Society Foundations. OBESSU proporcionó financiación inicial a los estudiantes de secundaria para que pudieran poner en marcha sus propias iniciativas sobre la inclusión de los inmigrantes y los refu- giados en el entorno de la educación secundaria. Los estudiantes con y sin antecedentes migratorios y sus comunidades fueron los principales beneficiarios de las iniciativas.
El objetivo general era proporcionar financiación inicial a pequeña, mediana y gran escala a los sindicatos de estudiantes de secundaria que operan a nivel local, regional o nacional o, si no existía un consejo de estudiantes en la escuela, a grupos independientes que representaran a los estudiantes de la escuela, con el fin de capacitarlos para poner en marcha iniciativas destinadas a mejorar la integración de los estudiantes refugiados y los alumnos de origen inmigrante. El proyecto está diseñado en torno a la idea central de que los alumnos de las escuelas -independientemente de su lugar de procedencia- tienen la voluntad y la capacidad de proponer iniciativas específicas para abordar las cuestiones relativas a la integración de los alumnos inmigrantes en el ámbito de la educación. Durante la ejecución del proyecto Semillas para la In- tegración hubo tres periodos de solicitud en los que los estudiantes de secundaria podían presentar sus propuestas de iniciativas.

Había más de 30 iniciativas en curso dirigidas por estudiantes en más de 10 países con diferentes niveles de impacto y resultados. Para apoyar el desarrollo de nuevas iniciativas en toda Europa, el OBESSU y 15 líderes de proyectos estaban trabajando juntos para redactar unas directrices sobre cómo diseñar e implantar con éxito proyectos que aborden el tema de la inclusión de inmigrantes y refugiados en el entorno de la escuela secundaria a nivel de base, regional y nacional; y sobre qué tipo de actividades podrían tener un impacto sostenible a nivel nacional, regional y local. El objetivo de estas directrices es ayudar a los sindicatos de estudiantes de secundaria o a los grupos de estudiantes y organizaciones juveniles de toda Europa a tener una buena visión de conjunto sobre las posibles actividades a or- ganizar y los pasos potenciales a dar para poner en marcha proyectos sólidos sobre la inclusión de inmigrantes y refugiados.

"¡Hable claro!" (Suiza, 2010)

¡Hable! fue una iniciativa del Consejo Nacional de la Juventud de Suiza, en colaboración con los centros cantonales para solicitantes de asilo y la Anlaufstelle für Sans-Papiers (Basilea).

El objetivo era dar a los niños desplazados en Suiza la posibilidad de hacer oír su voz y mejorar su participación. Speak Out! tar- bó a los menores migrantes no acompañados (MENA) solicitantes de asilo y a los menores indocumentados.

Este proyecto abarcaba una dimensión de elaboración de políticas y otra de trabajo juvenil. Los participantes compartieron los aspectos positivos y negativos de sus vidas en Suiza, aportaron sus ideas y mensajes y definieron prioridades con los temas determinados. El enfoque basado en los derechos fue crucial para el proyecto;

Eso significó que los UMM solicitantes de asilo no sólo fueron incluidos para decidir sobre los contenidos del proyecto y los invitados externos que debían atender, sino que también fueron informados sobre sus derechos individuales, sus responsabilidades y su papel en la sociedad suiza. Aprendieron sobre los derechos de los niños, las instituciones suizas y el funcionamiento de la política suiza, para poder situar sus reivindicaciones en el contexto de las instituciones suizas e internacionales. También tuvieron un papel activo en la gestión del proyecto (por ejemplo, a través del enfoque entre iguales). Las actividades fueron muy variadas, desde actividades locales a nacionales, creación de grupos, iniciativas de espacio público con las autoridades regionales, campamentos de verano y talleres en colaboración con los socios. También se organizaron conferencias nacionales o encuentros con las autoridades federales. Las mujeres jóvenes también formaron parte del proyecto, aunque estuvieran menos representadas entre los participantes. Para tratar temas específicos de las mujeres y de los hombres, se organizaron dos talleres distintos cada año.

A través del proyecto ¡Habla! se consiguió que los jóvenes solicitantes de asilo e indocumentados estuvieran en mejores condiciones para hacer frente a los problemas y riesgos que pudieran encontrar durante su estancia en Suiza. Además, ellos mismos podían sensibilizar a los responsables políticos y a los jóvenes que viven en Suiza; también podían sugerir so- luciones adecuadas. La Carta MNA redactada por la UMM durante el proyecto ya había sido tenida en cuenta por la Conferencia del Director Cantonal de Asuntos Sociales de Suiza para sus recomendaciones relativas al acceso a la escuela, el alojamiento, la salud, el apoyo y la transición a la edad adulta (www.sajv.ch/wp-content/uploads/2016/01/MNA-Charta-A4_D.pdf). Además, se habían producido películas para dar voz a las aspiraciones de los participantes y se habían proyectado. El trabajo iba a ir más allá en 2018 con más talleres sobre las UMM y sus retos y con actividades de defensa para plantear sus reivindicaciones. La metodología participativa del proyecto ¡Habla! también podría transfe- rirse para dar voz a otros jóvenes migrantes en otros países, así como a nivel local y regional.

Para obtener más información sobre las prácticas europeas de trabajo con jóvenes refugiados, puede utilizar el código QR o seguir el siguiente enlace:
https://pjp-eu.coe.int/documents/42128013/47261953/FINAL+step+by+step+together_reduced_size.pdf/8103c431-afc3-f978-9117-20776950bedf

"Ankommen_Weiterkomm trabajar con jóvenes solicitantes de asilo en":

(Alemania, 2017)

El proyecto Ankommen_Weiterkommen surgió como respuesta a las necesidades surgidas del trabajo práctico realizado con menores no acompañados solicitantes de asilo en el Centro Escolar Parzival y de Ayuda a la Juventud Parzival (Parzi- val Jugendhilfe) de Karlsruhe, Baden-Württemberg, Alemania. Además de varios jardines de infancia y escuelas, el centro también dispone de una unidad de crisis que atiende las necesidades de los niños que sufren estrés como consecuencia de haber experimentado adversidades. Centrado en la recuperación y la facilitación de procesos de autocuración, el Centro Escolar Parzival observó que entre los menores solicitantes de asilo no acompañados, el estrés psicológico era especialmente elevado. Había un sentimiento general de que tales niveles de estrés estaban teniendo un efecto negativo en el rendimiento escolar, las habilidades sociales y el desarrollo personal de los jóvenes estudiantes. Parzival Jugendhilfe también observó que entre el tiempo escolar y el tiempo de ocio en los centros de acogida para jóvenes, se producían lagunas sustanciales en los ámbitos de aprendizaje y experiencia específicos de la edad, profesionales, sociales y de autorreflexión.

En consecuencia, el proyecto Ankommen_Weiterkommen se puso en marcha con el objetivo de responder a esta necesidad y colmar las lagunas existentes entre el apoyo ofrecido por el personal escolar y los trabajadores sociales. El proyecto Ankommen_Weiterkommen se centró en tareas de desarrollo específicas para cada edad e individuales relativas a la autorreflexividad, las habilidades sociales y la orientación profesional. Dentro del proyecto, un equipo de cuatro profesionales con diversos conocimientos y competencias trabajaba con unos 50-80 menores no acompañados solicitantes de asilo y casi todos ellos eran varones de entre 16 y 20 años. Los principales métodos terapéuticos y educativos elegidos fueron el asesoramiento individual, además de actividades al aire libre, teatrales y artísticas. Las actividades también incluyeron deportes, artes y juegos, así como el contacto con jóvenes alemanes y la organización de excursiones cortas a Karlsruhe y otras ciudades para poder explorar diversos entornos sociales. También hubo sesiones de grupo dentro de la escuela, clases propiamente dichas en los locales del Centro Escolar Parzival, junto con talleres también en los albergues juveniles, por ejemplo para ayudar a la orientación cívica, reflexiones sobre la paz y los conflictos, y oportunidades para explorar medios individuales de autoexpresión artística.

Para dar algunos ejemplos prácticos, como excursión de verano, una de las activi- dades que experimentaron los jóvenes fue el piragüismo. El control y la coor- dinación corporal, las habilidades personales y el trabajo en equipo son sólo algunas de las competencias necesarias para maniobrar la canoa con seguridad. Una actividad de este tipo permitió además experimentar la autoeficacia, la relajación y la diversión. El teatro proporcionó otra práctica educativa importante. A los jóvenes se les enseñaron métodos teatrales y escribieron y representaron su propia obra en el escenario. Como parte de esta actividad, pudieron experimentar y entrenar su capacidad para utilizar la mímica, el lenguaje corporal y la voz de forma consciente. Pudieron reflexionar sobre sus puntos fuertes y sus miedos en las interacciones lúdicas y en la representación. Podrían experimentarse a sí mismos y a sus compañeros en situaciones y papeles desconocidos. Y, por supuesto, podrían experimentar la finalización de un complejo proceso creativo (y producto) y recibir reconocimiento por ello.

Una de las estrategias enseñadas y promovidas entre los jóvenes fueron los métodos creativos, gracias a los cuales varios de ellos ya sabían bien cómo utilizarlos en su beneficio. Los procesos creativos, dependiendo de cómo se utilicen, pueden tener un gran valor terapéutico. Al menos varios jóvenes utilizaron diferentes formas de autoexpresión creativa como medio para relajarse, contemplar o calmarse, encontrar nuevas formas de autoexpresión o como una especie de válvula para hacer frente al estrés u otros retos.

Transformación del trabajo juvenil para jóvenes refugiados de ayuda de emergencia a iniciativas de integración (Turquía)

Como consecuencia de los flujos migratorios tras el estallido de la guerra civil siria, Turquía se ha convertido en uno de los principales países de acogida de refugiados del mundo, con cerca de 3,2 millones de sirios. En contra de las expectativas iniciales, al cabo de varios años quedó claro que los sirios serían miembros permanentes de la sociedad turca y no huéspedes temporales. Turquía desarrolló respuestas inmediatas y herramientas legales a nivel estatal para proporcionar los servicios necesarios a los sirios tanto dentro como fuera de los campos. Sin embargo, el tamaño de la población siria en Turquía y la permanencia de su situación requieren la implicación y la contribución de otros actores. Las políticas de in- tegración para los sirios en Turquía sólo podrán desarrollarse y aplicarse adecuadamente con las aportaciones complementarias de estos actores. Dentro de este panorama, el trabajo juvenil en Turquía constituye uno de los principales elementos com- plementarios, y la implicación de los jóvenes en este proceso a través de las actividades de las organizaciones no gubernamentales puede facilitar la integra- ción de los sirios.

Una importante característica común de las iniciativas de trabajo juvenil para refugiados e inmigrantes es que en su mayoría se desarrollaron dentro de la estructura de ONG y universidades, más que en organizaciones juveniles u otros entornos específicos establecidos por jóvenes. Sin embargo, esto es muy coherente con el desarrollo del trabajo juvenil en Turquía, que se ha basado en los esfuerzos de las ONG durante muchos años. Cabe esperar un aumento del número de iniciativas basadas en la juventud a corto plazo, en particular con la ayuda de los programas de la UE y una mayor implicación de los estudiantes universitarios en el proceso. Otra nota importante sobre el trabajo de los jóvenes con los refugiados está relacionada con el desarrollo geográfico de las iniciativas. Las 81 ciudades de Turquía (en 2017) han acogido a un número diferente de refugiados. Como era de esperar, los esfuerzos iniciales de trabajo juvenil para los refugiados se observaron en las ciudades fronterizas y en las tres grandes ciudades de Turquía (Estambul, Ankara e Izmir) debido al elevado número de refu- giados asentados en esas zonas. Sin embargo, como los refugiados se han convertido en parte del tejido social en casi todas las ciudades de Turquía, las políticas y prácticas a nivel nacional son cada vez más necesarias. También son necesarias políticas a nivel estatal que aborden el nexo entre los jóvenes y los refugiados en Turquía, en particular en los ámbitos de la educación, las políticas sociales, la integración y la interacción mutua.

El papel del ocio significativo en la vida de los jóvenes refugiados
(Finlandia, 2015 - en curso)

Se calcula que 95 000 menores no acompañados llegaron a la Unión Europea en 2015, de ellos unos 3 000 a Finlandia. Muchos de estos niños y adolescentes se enfrentaron a comportamientos y tratos inhumanos durante su viaje, y los medios de comunicación informaron de ataques a centros de asilo de toda Europa (Kuusisto-Arponen 2016). Los menores no acompañados se encuentran en una posición vulnerable debido a su edad y a su condición de asilados. La Convención sobre los Derechos del Niño de la ONU establece que la situación especial de los niños debe tenerse en cuenta en los procesos de asilo. A pesar de que la política del Servicio de Inmigración finlandés (MIGRI) es agilizar la tramitación del permiso de residencia para los menores (plazos de tramitación MIGRI 2016; sección 5 de la Ley de Acogida de Personas que Busquen Protección Internacional), en la práctica esto rara vez había sucedido.

La circunstancia más difícil en la vida de los jóvenes solicitantes de asilo no acompañados en Finlandia era que ninguna autoridad oficial era la única responsable de estos jóvenes, sino que la responsabilidad estaba dispersa entre diferentes instituciones oficiales (véase, por ejemplo, Honkasalo 2017). Esta falta de coordinación y responsabilidad a menudo hacía que la vida de los jóvenes solicitantes de asilo fuera impredecible y caótica. Además, el hecho de que muchos jóvenes, una vez obtenido el permiso de residencia, fueran trasladados del centro de acogida a otra institución o empadronados en un municipio de otro lugar de Finlandia resultaba problemático. Durante el traslado, se rompía la red social, a menudo frágil, que el joven había logrado construir. Estas transiciones también eran aterradoras y causaban un enorme estrés.

Los jóvenes informaron de que la espera del permiso de residencia era lo más difícil de sobrellevar en su vida cotidiana: perturbaba su concen- tración, les provocaba ansiedad y les dificultaba conciliar el sueño por las noches. Los jóvenes menores no acompañados dijeron que la mejor forma de resistir las consecuencias de la espera era la participación activa en la escuela y en las actividades de ocio. Ir a la escuela daba ritmo y sentido a la vida cotidiana y la oportunidad de entrar en contacto con la juventud finlandesa. El centro de acogida donde se realizó uno de los estudios se centró intensamente en encontrar aficiones adecuadas para todos los jóvenes. A finales de 2015, el Ministerio de Educación también prestó apoyo financiero a las ONG, especialmente para actividades de ocio destinadas a niños y jóvenes refugiados. Algunos de los representantes de estas organizaciones contaron que les había sorprendido la coordinación que requerían las actividades de ocio para los jóvenes refugiados. Según los informantes, había que prestar especial atención, por ejemplo, a la orientación de los jóvenes hacia las actividades de ocio y a las formas de desarrollar relaciones de confianza con otros jóvenes en este entorno.

Redes significativas de ocio, escolares y de amistad enmarcan la vida cotidiana de los jóvenes refugiados. Sin embargo, estos contactos y prácticas no se desarrollan por sí solos; los jóvenes necesitan un apoyo y una comprensión especiales. Para encontrar más prácticas y reflexiones sobre el trabajo juvenil con jóvenes refugiados, puede utilizar el código QR o seguir el siguiente enlace: https://pjp-eu.coe.int/en/web/youth-partnership/be-tween-insecurity-and-hope

Del espacio seguro al espacio valiente.

Por Raminta Bagdonaite y Weronika Knowska

¿Qué es un espacio seguro?

Según Cole Conshell *"los espacios seguros son espacios físicos, emocionales, sociales e imaginativos que fomentan las capacidades de los jóvenes para tomar decisiones de vida saludables que promuevan su bienestar general (Cole, 2013). "*

Es posible encontrar muchas definiciones diferentes de espacio seguro. A veces el término se refiere principalmente a la libertad de expresión durante las discusiones, otras veces se utiliza para describir el entorno de curación, especialmente durante la terapia. Sin embargo, para nosotros, espacio seguro es un término mucho más amplio. Lo definimos como una comunidad de personas que interactúan entre sí sobre la base de la ausencia de juicios, el cuidado y la comprensión.

Es importante destacar que el espacio seguro no tiene por qué ser un lugar físico, sino más bien un entorno de apoyo y no discriminatorio. El espacio seguro es especialmente crucial para los jóvenes en su viaje hacia la autoidentificación y la búsqueda de un propósito en el mundo, porque en el espacio seguro todos pueden sentirse libres para ser ellos mismos y probar cosas nuevas, aunque eso signifique cometer errores.

¿Cuáles son las condiciones favorables que permiten crear esta seguridad?

- Todo el mundo se siente aceptado e incluido;
- Todo el mundo es tratado con respeto y sin prejuicios
- Todos se comprometen a proporcionarse apoyo emocional;
- Todo el mundo puede sentirse igual de valioso;
- Todos pueden ser ellos mismos;
- Todo el mundo se siente animado a explorar su expresión creativa;

Todo el mundo está a salvo del acoso, el abuso y la violencia físicos, sexuales y emocionales;

- Todo el mundo se siente invitado a expresar sus necesidades
- Todos pueden adquirir nuevos conocimientos y habilidades
- Todo el mundo se siente seguro para cometer errores;
- Todo el mundo puede ampliar su capital social forjando amistades.

Muchos otros elementos pueden contribuir a crear un espacio seguro. Es imposible mencionarlos todos, ya que cada persona, y por tanto cada comunidad, tiene necesidades y expectativas di- ferentes. También es importante subrayar que incluso las cualidades mencionadas del espacio seguro podrían ser entendidas de forma única por cada grupo. También hay una gran variedad de métodos para lograr ciertos elementos del espacio seguro. Por lo tanto, lo más crucial es implicar a todos los miembros de la comunidad en la creación de un acuerdo de cohabitación/cooperación/coexistencia y asegurarse de que todos se sientan satisfechos con él.

Recuerde estar abierto a adaptar el acuerdo a lo largo del tiempo, ya que los miembros del espacio seguro experimentan constantemente nuevas situaciones que les afectan. El acuerdo está hecho para adaptarse a sus miembros, no al revés.

Ahora le toca a usted reflexionar. Aproveche esta oportunidad para explorarse a sí mismo y pensar profundamente en sus necesidades. ¿Con cuáles de los elementos anteriores se identifica a la hora de crear espacios seguros para usted o para los demás? ¿En qué otros elementos pensaría? No hay respuestas malas ni buenas, sólo piense en qué comunidad necesita para sentirse seguro y capacitado para crecer.

¿Por qué es importante tener un espacio seguro?
Los espacios seguros proporcionan un "santuario" para explorar sentimientos, compartir experiencias, comprometerse de forma creativa y desarrollar habilidades esenciales y empoderadoras para la vida. Los espacios seguros crean oportunidades para que los jóvenes sean vulnerables y se abran a los demás sin miedo a ser juzgados o a sufrir daños. Esta es una parte crucial de la construcción de la autoconfianza y la resiliencia, que permite a los jóvenes ser fuertes y comprometerse maduramente con el mundo exterior sin dejar de ser las versiones más auténticas de sí mismos. Los espacios seguros ofrecen la posibilidad de practicar el autocuidado y el cuidado de la comunidad. Esta última habilidad tiene un valor incalculable para la vida social, pero a menudo se olvida en la educación de los jóvenes. Compartir un espacio seguro con los demás motiva a los jóvenes agentes de cambio a ser más atentos y reflexivos consigo mismos y con los demás. Esto redunda en grandes beneficios para la salud mental de todos.
Explore más sobre el espacio seguro aquí:

OMS - Día Internacional de la Juventud: Espacios seguros para adolescentes sanos (el enlace se abre en una ventana nueva) Iniciativas de Cambio Suiza - 10 consejos para crear un espacio seguro (el enlace se abre en una ventana nueva)

nueva ventana)

Creación de espacios seguros cuando se trabaja con jóvenes afectados por la guerra o los conflictos armados : del espacio seguro al espacio valiente

Crear espacios más seguros para los jóvenes afectados por la guerra o los conflictos armados no es sólo una cuestión de conveniencia; es una piedra angular para su recuperación y desarrollo. Las secuelas de estas experiencias traumáticas pueden marcar profundamente las mentes de los jóvenes, dejándoles vulnerables a una serie de problemas de salud mental y angustia emocional. Estos espacios proporcionan un entorno enriquecedor en el que estos jóvenes pueden encontrar consuelo, reconstruir una sensación de seguridad y recuperar su equilibrio en el mundo. Aunque en el contexto del trabajo con jóvenes afectados por la guerra muchos trabajadores juveniles argumentan que la creación de un espacio seguro es imposible ya que el espacio seguro puede interpretarse normalmente como la zona de confort y la paz interior que no es realmente posible en el contexto de los jóvenes afectados por los con- flictos armados, especialmente cuando se trabaja en las zonas de guerra o en los centros de acogida para los refugiados donde las necesidades básicas no están cubiertas y, en general, con personas que se enfrentan a traumas causados por la guerra y los conflictos armados. Esta es la razón por la que cada vez con más frecuencia se sustituye el concepto de espacio seguro por el de espacio valiente. En este sentido, el espacio valiente es un espacio en el que uno se siente relativamente seguro y acogido y en el que tiene espacio para expresarse y desarrollarse, pero a diferencia del espacio seguro definitivo, requiere una actitud valiente para expresarse y salir de la zona de confort con el fin de aprender cosas nuevas y mirar hacia el futuro.

La creación de un espacio seguro para los jóvenes afectados por la guerra o los conflictos armados requiere un enfoque polifacético que dé prioridad a la seguridad física, el bienestar emocional y un entorno de apoyo. He aquí algunas estrategias para establecer tales espacios:

- Medidas de seguridad física: Intente asegurarse de que la ubicación física es segura y está libre de amenazas potenciales. Implemente protocolos y procedimientos de seguridad para hacer frente a cualquier situación de emergencia. Esto incluye disponer de puntos de entrada seguros, transporte seguro hacia y desde el espacio y personal formado para manejar los problemas de seguridad.

-**Atención informada por el trauma:** Forme al personal y a los voluntarios en enfoques informados por el trauma para comprender y responder a las necesidades de los jóvenes traumatizados. Incorpore servicios de asesoramiento y apoyo a la salud mental dirigidos por profesio- nales especializados en la recuperación de traumas.
-**Establezca confianza y confidencialidad:** Fomente la confianza creando una atmósfera no prejuiciosa y confidencial. Los jóvenes afectados por un conflicto pueden ser reacios a abrirse por miedo o por experiencias pasadas. Garantizar la confidencialidad puede animarles a compartir sus pensamientos y sentimientos sin miedo a las repercusiones.
-**Sensibilidad cultural e inclusividad:** Reconocer y respetar las diferencias culturales entre los jóvenes. Cree un entorno inclusivo que celebre la diversidad y promueva la comprensión entre los diferentes orígenes étnicos, religiosos y culturales.
-**Proporcionar actividades educativas y recreativas:** Ofrezca programas educativos, talleres de desarrollo de habilidades y actividades recreativas adaptadas a las necesidades e intereses de los jóvenes. Estas actividades no sólo contribuyen a su desarrollo personal sino que también sirven como distracción de las experiencias traumáticas.
-**Apoyo entre iguales y creación de comunidad:** Fomentar las redes de apoyo entre iguales en las que los jóvenes puedan conectarse, compartir experiencias y prestarse apoyo mutuo. Fomente un sentimiento de comunidad y pertenencia para combatir los sentimientos de aislamiento.
-**Implique a las familias y a las comunidades:** Implique a las familias y a la comunidad en general en las iniciativas de espacios seguros. Esto fomenta una red de apoyo más allá del espacio físico, garantizando la continuidad de la atención y el apoyo a los jóvenes.
-**Evaluación y adaptación periódicas:** Evalúe continuamente la eficacia del espacio seguro mediante mecanismos de retroalimentación de los jóvenes y el personal. Adapte los programas y servicios basándose en estas evaluaciones para satisfacer mejor las necesidades cambiantes de los participantes.

Integrando estas estrategias, los espacios seguros pueden servir de santuarios que faciliten la curación, el aprendizaje y el desarrollo de la resiliencia de los jóvenes afectados por la guerra o los conflictos armados.

Referencias:

-Tol, W. A., et al. (2011). Family and community rejection and a Congolese led mediation inter- vention to reintegrate rejected survivors of sexual violence in Eastern Democratic Republic of Congo. Health care for women international, 32(9), 841-856.
-Comité Permanente Interagencias. (2007). Directrices del IASC sobre salud mental y apoyo psicosocial en situaciones de emergencia.
-Wessells, M. G. (2009). Apoyo a la salud mental y el bienestar psicosocial de los jóvenes en comunidades post-conflicto. Clínicas psiquiátricas para niños y adolescentes, 18(3), 519-532.

Ejemplos de actividades:

Introducir los conceptos de espacios seguros y espacios valientes entre los jóvenes:

- Definir los espacios seguros

Durante la sesión plenaria, informe a los jóvenes participantes de que el próximo ejercicio implicará una reflexión individual. Asígneles 15 minutos para que contemplen y escriban en un diario lo que el concepto de espacio seguro significa para ellos personalmente. Haga hincapié en que esta reflexión es totalmente privada y que no están obligados a compartir sus pensamientos o escritos con los demás. El propósito de este ejercicio es animarles a centrarse en sus propios pensamientos y

necesidades, que pueden ser desconocidas pero valiosas.
Tras el periodo de autorreflexión, invite a los participantes a reunirse de nuevo en sesión plenaria. Prepare un rotafolio y anímeles a colaborar en la enumeración de los elementos que, en su opinión, contribuyen a crear un espacio seguro. Facilite un debate en torno a sus aportaciones, permitiendo que se compartan diversas perspectivas y experiencias.

Una vez completada la lista, entable con los participantes un diálogo sobre la viabilidad de crear un espacio seguro en el contexto de su trabajo colectivo. Anímeles a reflexionar sobre los retos o barreras que prevén y a realizar una lluvia de ideas sobre posibles estrategias para superarlos. Este debate fomentará una comprensión más profunda de los pasos prácticos necesarios para establecer y mantener un entorno seguro y de apoyo para todos los implicados.

En este momento, presente a los participantes el concepto de "espacios valientes". Explique que mientras que los espacios seguros pretenden proporcionar una sensación de seguridad y comodidad, los espacios valientes van un paso más allá fomentando el diálogo abierto, la vulnerabilidad y la voluntad de comprometerse con la incomodidad y los temas difíciles. Haga hincapié en que los espacios valientes se caracterizan por una comunicación respetuosa, una lis- tenia activa y el compromiso de cuestionar los supuestos y enfrentarse a los prejuicios. Anime a los participantes a considerar cómo los espacios valientes complementan a los espacios seguros y contribuyen a una comprensión más profunda, al crecimiento personal y a un diálogo significativo. Invíteles a reflexionar sobre las ocasiones en las que han experimentado o facilitado espacios valientes en el pasado, y a debatir los beneficios y retos potenciales de integrar este concepto en su trabajo colectivo de cara al futuro. Esta introducción sentará las bases para seguir explorando y aplicando los principios de los espacios valientes en todas sus actividades.

- Contribuir a un espacio valiente - acuerdo social
Tras la conversación sobre la importancia de los espacios valientes, antes de iniciar las demás actividades, anime a los participantes a crear un "acuerdo social", un rotafolio con las normas comunitarias que contribuirán a crear un espacio valiente. Pida a los participantes que hagan una lluvia de ideas juntos y compartan las ideas sobre lo que debería haber. Si los participantes dudan en participar, puede proponerles ciertas ideas o guiarles hacia posibles respuestas planteándoles preguntas como:
¿Tiene alguna necesidad en relación con el espacio en el que estamos trabajando? (luz,
temperatura, etc.)
¿Qué es importante para usted cuando trabaja en grupo?
Imagine un entorno de trabajo en grupo perfecto: ¿qué podemos hacer para acercarnos a él? Al final de la sesión, discuta con los participantes cómo se sintieron al crear ese acuerdo social. ¿Se sintieron escuchados? ¿Sienten que falta algo?
Subraye que todos ustedes están sujetos a este acuerdo (incluidos los fa- cilitadores, etc.) y que si en el siguiente tiempo de trabajo conjunto sienten que falta algo o que no se respetan las normas, podemos volver sobre ello. Coloque el rotafolio en un lugar visible para que todos tengan acceso a él.

Aprendizaje socioemocional (SEL) para jóvenes trabajadores

Por Leyla Jabbarzade

Este artículo explora la sinergia entre el aprendizaje social y emocional (SEL) y el trabajo con jóvenes. Aunque la investigación destaca el valor del SEL para la salud mental de los jóvenes, existe una desconexión entre sus beneficios establecidos y su integración en las prácticas del trabajo juvenil (Fish, 2014). Este artículo sostiene que el trabajo juvenil fomenta de forma inherente las competencias SEL, lo que lo convierte en una poderosa herramienta para el desarrollo de los jóvenes.

Alineación entre SEL y los principios del trabajo juvenil

El Aprendizaje Social y Emocional (SEL) es un proceso definido por la Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL) como aquel en el que "niños y adultos adquieren y aplican eficazmente los conocimientos, actitudes y habilidades necesarios para comprender y gestionar las emociones, establecer y alcanzar objetivos posi- tivos, sentir y mostrar empatía por los demás, establecer y mantener relaciones positivas y tomar decisiones responsables" (Guía CASEL, 2013, p. 4).

Sin embargo, existe una desconexión potencial entre el valor establecido de la SEL y su integración en las prácticas del trabajo juvenil. Matthew Fish (2014) destaca una falta de apreciación dentro de la profesión del trabajo juvenil de la importancia del SEL en la promoción de la salud mental de los jóvenes. Fish subraya además la limitada comprensión de cómo los servicios para jóvenes contribuyen al aprendizaje social y emocional (Fish, "The Value of Youth Services towards Child and Adolescent Mental Health"). Concluye afirmando que "es una lástima, ya que las pruebas de la teoría del aprendizaje social y emocional otorgan implícitamente una credibilidad significativa al papel potencial del trabajo con jóvenes en la promoción del SEL" (Fish, "The Value of Youth Services towards Child and Adolescent Mental Health").

En el párrafo siguiente, exploraremos la alineación entre las competencias del Aprendizaje Social y Emocional (SEL) y los principios básicos del trabajo con jóvenes. Las investigaciones indican que fomentar las competencias sociales y emocionales en los jóvenes contribuye directamente a su aprendizaje social y emocional (Guía CASEL, 2013). El marco CASEL destaca la importancia de las relaciones su- pportivas, las experiencias de aprendizaje atractivas y el desarrollo de habilidades esenciales para la vida para el desarrollo positivo de los jóvenes (Guía CASEL, 2013). Además, los enfoques plurianuales e integrados son cruciales para prevenir o reducir los comportamientos de riesgo (Guía CASEL, 2013).

La conexión inherente entre el trabajo juvenil y la SEL se hace evidente al examinar las actividades juveniles. Los valores fundamentales del trabajo juvenil, tal y como se esbozan en Resourcing Excellent Youth Services (DfES, 2002), refuerzan de forma demostrable el desarrollo de las competencias SEL. Estos valores hacen hincapié en la participación de los jóvenes, en conocerlos allí donde se encuentran, en fomentar el pensamiento crítico y la exploración, y en respetar las diversas comunidades y culturas (DfES, 2002). El trabajo juvenil también da prioridad a la creación de relaciones sólidas, identidades colectivas y bienestar emocional entre los jóvenes (DfES, 2002). Además, el trabajo juvenil empodera a los jóvenes, respeta las diferencias individuales y colabora con otras figuras clave en sus vidas (DfES, 2002).

Construir competencias SEL a través del trabajo juvenil

Partiendo del marco establecido de competencias de Aprendizaje Social y Emocional (SEL) esbozado por la Colaboración para el Aprendizaje Académico, Social y Emocional (CASEL), esta sección explora la sinergia entre dichas competencias y los objetivos centrales del trabajo con jóvenes. En esencia, las cinco competencias CASEL -autoconciencia, autogestión, conciencia social, habilidades de relación y toma de decisiones responsable- sirven como pilares principales para diseñar y facilitar programas SEL eficaces dentro de un contexto de trabajo juvenil. Examinaremos cómo las prácticas de trabajo con jóvenes cultivan eficazmente cada una de estas competencias:



Las definiciones de los cinco grupos de competencias para los jóvenes son:

- Autoconciencia: La capacidad de reconocer con precisión las propias emociones y pensamientos y su influencia en el comportamiento. Esto incluye evaluar con precisión los puntos fuertes y las limitaciones de uno mismo y poseer un sentido bien fundado de confianza y optimismo.
Desde la perspectiva del trabajo juvenil, éste desempeña un papel equivalente en la consecución de este objetivo al afirmar de forma concisa que ayuda "a los jóvenes a verse a sí mismos" (Young, 2006:75), y que anima a los jóvenes a examinar sus valores y su moral, así como su sentido de sí mismos. Además de desenmascarar la autoimagen, uno de los principales objetivos del trabajo juvenil es apoyar el desarrollo de un autoconcepto positivo mediante el cuestionamiento de las autopercepciones negativas y la oferta de oportunidades para encontrar puntos fuertes positivos. Por su parte, Bamfield afirma que el trabajo juvenil puede "transformar la perspectiva y las disposiciones de los jóvenes" (Bamfield, 2007: 20).

- Autogestión: La capacidad de regular las propias emociones, pensamientos y comportamientos de forma eficaz en diferentes situaciones. Esto incluye la gestión del estrés, el control de los impulsos, la motivación de uno mismo y el establecimiento de objetivos personales y académicos y el trabajo para alcanzarlos.

Larson (2000) examina cómo las actividades juveniles positivas pueden impulsar la motivación, la autonomía y la iniciativa, y Bamfield (2007) indica cómo las actividades no formales

La educación puede ayudar a los jóvenes a fomentar las aptitudes de motivación, aspiración, autodeterminación y autocontrol. Las actividades de trabajo en grupo dirigidas por jóvenes ponen a prueba y desafían el autocontrol de los jóvenes, así como este aprendizaje se fomenta en un entorno regido por normas y límites (Fish 2014). Fish (2014) también comenta las tareas orientadas a los objetivos de los jóvenes, como organizar una acampada o un proyecto de financiación o de arte, y añade que este tipo de actividades son especialmente constructivas para que los jóvenes aprendan a manejar los conflictos, las decepciones y los disgustos.

-**Conciencia social:** La capacidad de adoptar la perspectiva de otras personas de diversos orígenes y culturas y de empatizar con ellas, de comprender las normas sociales y éticas de comportamiento y de reconocer los recursos y apoyos familiares, escolares y comunitarios.

-**Habilidades relacionales:** La capacidad de establecer y mantener relaciones sanas y reconfortantes con personas y grupos diversos. Esto incluye comunicarse con claridad, escuchar activamente, cooperar, resistir la presión social inadecuada, negociar los conflictos de forma constructiva y buscar y ofrecer ayuda cuando sea necesario.

Jeffs y Smith (1999) afirman que el establecimiento de relaciones es fundamental para el trabajo con jóvenes, destacando la importancia de la relación entre los trabajadores juveniles y los jóvenes a la hora de equipar a los jóvenes para sus relaciones, mientras que Merton et al (2004) muestran cómo el trabajo con jóvenes ayuda a proporcionar aptitudes clave para el establecimiento de relaciones. Dentro del trabajo juvenil, las habilidades para las relaciones se adquieren a menudo en entornos de trabajo en grupo, lo que proporciona un lugar seguro para que los jóvenes aprendan y reflexionen sobre la experiencia práctica. Los monitores juveniles también suelen trabajar con los jóvenes de forma individual, lo que les proporciona espacio y seguridad para hablar de sus emociones (Fish, 2014). Este aparentemente mero acto de hablar entre un monitor juvenil y un joven es considerado por algunos como terapéutico en sí mismo (Jeffs y Smith, 2005). En ocasiones, los monitores juveniles también proporcionan información constructiva sobre las habilidades relacionales, entre las que se incluye la conciencia empática.

-**Toma de decisiones responsable:** La capacidad de tomar decisiones constructivas y res- pectivas sobre el comportamiento personal y las interacciones sociales basándose en la consideración de las normas éticas, las preocupaciones por la seguridad, las normas sociales, la evaluación realista de las consecuencias de diversas acciones y el bienestar propio y de los demás.

Hemos explorado cómo las prácticas de trabajo juvenil cultivan inherentemente las cinco competencias CASEL esenciales para el desarrollo SEL en los jóvenes. Sin embargo, integrar los principios SEL de forma más intencionada en los programas de trabajo juvenil requiere reconocer algunos retos potenciales.

Fish (2014) también destaca los retos que plantea este enfoque centrado en la identidad pro- fesional. Añade que "algunos trabajadores juveniles pueden percibir un mayor énfasis en la salud mental como una amenaza a su identidad profesional, o puede haber una expectativa de mayores cargas de trabajo o compromisos". Sin embargo, el desarrollo de las competencias SEL no sólo conduce al cam-

ge en las aptitudes de los monitores juveniles, sino también en las actividades juveniles que organizan para el variado grupo de jóvenes.
El clima mundial actual, con el aumento de los conflictos y las catástrofes naturales, subestima la importancia de las competencias SEL no sólo para los trabajadores juveniles, sino también para los jóvenes a los que atienden. Un estudio recientemente publicado en Leba- nia, realizado por investigadores de Global TIES for Children de la Universidad de Nueva York y el Comité Internacional de Rescate (IRC), aporta pruebas prometedoras de que estos programas SEL pueden mejorar las habilidades sociales y emocionales de los niños a escala sin causar más daño a los niños vulnerables. Las estadísticas también demuestran que los niños que habían experimentado altos niveles de con- flicto, especialmente violencia bélica e intimidación, tenían peor salud mental, así como peores habilidades cognitivas y de regulación emocional. En pocas palabras, si los monitores juveniles adquieren las competencias SEL, también pueden guiar a los jóvenes o niños para que desarrollen estas competencias y mejoren la eficacia de las actividades juveniles y su seguridad.

Creación de programas SEL eficaces

Los programas eficaces de aprendizaje social y emocional (SEL) se construyen sobre una base sólida. Estos cimientos consisten en varios pilares clave que guían el desarrollo y la aplicación del programa. Estos pilares incluyen:

-**Alineación con las competencias CASEL**: Como se ha mencionado anteriormente, CASEL esboza cinco competencias básicas que sirven como piedra angular del desarrollo SEL. Cualquier programa eficaz debe centrarse intencionadamente en estas competencias a través de sus actividades y lecciones.
-**Actividades apropiadas para el desarrollo:** El diseño de las actividades debe tener en cuenta la edad y la etapa de desarrollo de los participantes. Los niños más pequeños requerirán enfoques diferentes en comparación con los jóvenes de más edad.
-**Aprendizaje experimental:** Los programas SEL se benefician enormemente de la incorporación de estrategias de aprendizaje experiencial. Esto incluye actividades, juegos, escenificaciones y debates que permitan a los participantes comprometerse activamente con el material.
-**Valoración y evaluación:** La evaluación periódica permite a los facilitadores del programa calibrar la eficacia del mismo y realizar los ajustes necesarios. Esto puede implicar evaluaciones previas y posteriores al programa, así como observaciones continuas del comportamiento y el compromiso de los participantes.

Diferencias clave entre la educación no formal y los programas SEL
Aunque la educación no formal y los programas SEL tienen como objetivo dotar a los jóvenes de habilidades y conocimientos valiosos, su enfoque y sus objetivos principales difieren.
Enfoque:
-**Educación no formal:** Imparte habilidades o conocimientos específicos en áreas como la informática, las artes o la formación profesional.
-**Programas SEL:** Priorizar el desarrollo de la inteligencia social y emocional, incluyendo la autoconciencia, la autogestión, la conciencia social, las habilidades relacionales y la toma de decisiones responsable.

Enfoque de aprendizaje:

-**Educación no formal:** A menudo utiliza actividades de aprendizaje estructuradas con un plan de estudios definido y posibles evaluaciones.
-**Programas SEL:** Hacen hincapié en las estrategias de aprendizaje experiencial como las activi- dades, los juegos, las dramatizaciones y los debates para crear un entorno atractivo para el desarrollo continuo de habilidades.

La siguiente tabla que resume estas diferencias:

Característica	Educación no formal	Programas SEL
Enfoque	Habilidades o conocimientos específicos	Inteligencia social y emocional
Enfoque de aprendizaje	Estructurado, basado en el currículo	Actividades experienciales y atractivas
Transferencia de conocimientos	Transferencia única de conocimientos	Desarrollo continuo de habilidades

Este artículo exploró cómo SEL puede ser un cambio de juego para el trabajo juvenil. Aunque las actividades a las que asisten los jóvenes ya les permiten desarrollar estas habilidades, un enfoque más intencionado de la SEL puede marcar una gran diferencia. Preparar a los trabajadores juveniles para guiar a los jóvenes en el desarrollo de la autoconciencia, la gestión de las emociones y el manejo de las relaciones: ese es el poder de la SEL. Aunque puede haber algunas preocupaciones iniciales para los trabajadores juveniles, como sentir que su papel está cambiando o tener más trabajo, los beneficios para los jóvenes, especialmente en el mundo actual, son innegables. La investigación demuestra la efi- cacia de los programas SEL a gran escala y, al adoptar SEL, el trabajo con jóvenes puede convertirse en una herramienta aún más eficaz para ayudar a los jóvenes a prosperar, emocional y socialmente, junto con las valiosas habilidades que ya adquieren.

Referencias

Banfield, A. (2007) La contribución del aprendizaje no formal a las oportunidades vitales de los jóvenes. Leicester: NYA.
Guía CASEL, (2013), Programas eficaces de aprendizaje social y emocional, [recuperado de ht- tps://drive.google.com/file/d/1WO8uod6FhAlNFYlXzvfZ-VOtfuCDuMsd/view].
Fish, M. (2014), El valor de los servicios a la juventud para la salud mental de niños y adolescentes, Política de Juventud
Jeffs, T. y smith, M. k. (2005) Educación informal: conversación, democracia y aprendizaje. (Tercera ed.) Nottingham: educational Heretics Press.
Larson, r. N. (2000) "Hacia una psicología del desarrollo positivo de la juventud". American Psy- chologist (enero) Universidad de Illinois en Urbana-Champaign.
Merton, B. (2004) Una evaluación del impacto del trabajo juvenil en Inglaterra. Londres: dfes
Young, L. (1999) El arte del trabajo juvenil. Londres: russell House Publishing.

Habilidades de comunicación

Por Raminta Bagdonaitew

A la hora de comunicarse con jóvenes afectados por la guerra o los conflictos armados, resulta primordial dar prioridad a unas habilidades comunicativas eficaces. Estas habilidades no sólo facilitan la comprensión sino que también fomentan la confianza, la empatía y la curación. Emplear técnicas de comunicación no violenta (CNV) puede ser especialmente impactante en estos escenarios, ya que hacen hincapié en la empatía, la escucha activa y la comprensión sin juzgar ni agredir.

A partir de los años de experiencia con actividades juveniles organizadas por la Red de Jóvenes Embajadores de la Paz en Kosovo, es evidente que crear un espacio valiente y fomentar una atmósfera de no juicio son elementos críticos para comprometerse con los jóvenes afectados por la guerra, especialmente en el contexto de la narración de historias. Un elemento central de este enfoque es la práctica de la escucha activa y el empleo de técnicas de comunicación no violenta. Al proporcionar un entorno seguro en el que los individuos se sientan escuchados y respetados, podemos cultivar la incomprensión y la empatía entre los grupos en conflicto. Reencuadrar las narrativas a través de la lente de la comunicación no violenta no sólo facilita el diálogo sino que también ayuda a derribar las barreras que dividen a las comunidades. A través de este proceso, los jóvenes se ven capacitados para compartir sus experiencias, desafiar los estereotipos y tender puentes de entendimiento, contribuyendo en última instancia a los esfuerzos de reconciliación y consolidación de la paz en escenarios post-conflicto como Kosovo. Según nuestra experiencia, estos son los aspectos clave de la comunicación no violenta cuando se trabaja con jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados:

- **Escucha activa y empatía:** La escucha activa implica no sólo oír, sino comprender las emociones y los mensajes subyacentes que transmiten los jóvenes. La empatía es crucial; permite conectar con sus experiencias, validando sus sentimientos sin imponer prejuicios personales. La CNV anima a los profesionales a escuchar con atención plena, ofreciendo un espacio seguro para que los jóvenes se expresen sin miedo a ser juzgados.
- **Evitar los juicios y las suposiciones:** La CNV hace hincapié en la importancia de abstenerse de hacer suposiciones o emitir juicios. Cuando se trabaja con jóvenes traumatizados, es esencial abordar las conversaciones con una mente abierta, permitiéndoles compartir sus experiencias a su propio ritmo sin sentirse incomprendidos o juzgados.
- **Lenguaje que empodera y ofrece opciones:** Utilizar un lenguaje que empodere y ofrezca opciones es clave. La CNV anima a los profesionales a enmarcar las conversaciones de forma que se reconozca la autonomía y la agencia de los jóvenes. Este enfoque fomenta un sentido de control y autoexpresión, elementos importantes para reconstruir un sentido de empoderamiento personal tras experimentar un conflicto.
- **Gestionar los conflictos de forma pacífica:** La resolución de conflictos es integral cuando se trabaja en estos contextos. La CNV proporciona herramientas para gestionar los conflictos de forma pacífica, haciendo hincapié en la búsqueda de soluciones que satisfagan las necesidades de todas las partes implicadas sin recurrir a la agresión o la violencia. Esto es especialmente relevante en entornos en los que las tensiones pueden seguir siendo elevadas.
- **Sensibilidad y adaptabilidad culturales:** Es crucial comprender los matices culturales y adaptar los estilos de comunicación en consecuencia. Los principios de la CNV pueden aplicarse universalmente, pero la sensibilidad cultural garantiza que los enfoques de comunicación sean respetuosos y tengan en cuenta las diferencias culturales.
- **Crear confianza y compenetración:** Establecer la confianza es una piedra angular de la efec-

comunicación tiva. Las técnicas de la CNV fomentan la creación de compenetración siendo auténticos, transparentes y coherentes en las interacciones. La confianza permite una conexión dee- perada y un entorno más propicio para el proceso de curación. Al integrar las técnicas de la CNV en las estrategias de comunicación, los profesionales pueden crear un espacio en el que los jóvenes afectados por un conflicto se sientan escuchados, comprendidos y respetados, fomentando un entorno propicio para la curación y el crecimiento.

Comunicación no violenta y escucha activa

Hacer frente a los conflictos

Por Raminta Bagdonaite Weronika Knowska e Ilaria Zomer

¿Qué es un conflicto?

El conflicto es un desacuerdo entre dos partes (pueden ser dos personas, dos grupos, dos países, etc.) o más, o una "contradicción percibida o real en los objetivos".

Un conflicto en sí no es, per se, positivo o negativo. Lo que marca la diferencia es cómo afrontamos el conflicto: podemos transformarlo en algo po- sitivo o no. Es crucial que los jóvenes comprendan que tener opiniones diferentes sobre ciertos asuntos no es negativo y que, de hecho, puede ser transformador y beneficioso para ambas partes.

El conflicto es una parte natural de la experiencia humana y ocurre en nuestra vida cotidiana: puede que haya tenido un desacuerdo con sus padres, su pareja, en la escuela, en el trabajo... pero eso no significa que utilice la violencia como forma de afrontarlo. Navegar por los conflictos cuando se trabaja con jóvenes afectados por la guerra o los con- flictos armados exige un delicado equilibrio de empatía, comprensión y enfoques estructurados de transformación de conflictos. La transformación de conflictos, un proceso que pretende abordar las causas profundas del conflicto y transformar las relaciones, es ins- trumental para fomentar la reconciliación y la consolidación de la paz entre los jóvenes afectados.

-Comprender la naturaleza del conflicto: Los conflictos pueden manifestarse de diversas formas, desde disputas interpersonales hasta tensiones comunitarias más amplias. Reconocer la complejidad y las causas subyacentes de estos conflictos es crucial. A menudo, el trauma de la guerra puede exacerbar los conflictos interpersonales, por lo que es esencial abordar la resolución de conflictos con sensibilidad y empatía.

-Utilizar enfoques de transformación de conflictos: Las estrategias de transformación de conflictos hacen hincapié en abordar las cuestiones de fondo en lugar de limitarse a gestionar los desacuerdos superficiales. Implica fomentar el diálogo, la empatía y la comprensión entre las partes en conflicto. Este enfoque anima a los jóvenes a explorar las causas profundas de sus conflictos, capacitándoles para encontrar soluciones sostenibles que promuevan la paz y la reconciliación.

-Crear espacios seguros para el diálogo: Es esencial establecer espacios seguros en los que las partes en conflicto puedan entablar un diálogo abierto y respetuoso. Estos espacios deben fomentar la escucha activa, la empatía y la comprensión. La transformación de conflictos implica facilitar estas discusiones, asegurando que cada parte se sienta escuchada y validada.

-Promover la justicia reparadora: Los principios de la justicia reparadora pueden ser fundamentales en la transformación de conflictos. Se centra en reparar el daño causado por los conflictos, haciendo hincapié en la rendición de cuentas, la curación y la reconciliación. En este proceso es crucial animar a los jóvenes afectados a que asuman la responsabilidad de sus actos y, al mismo tiempo, ofrecerles oportunidades de curación.
-Fomento de la confianza y la reconciliación: La transformación de conflictos pretende reconstruir la confianza y fomentar la reconciliación entre las partes en conflicto. Esto implica promover la comprensión, el perdón y encontrar un terreno común a pesar de las diferencias. Es un proceso gradual que requiere paciencia, persistencia y un compromiso con la consolidación de la paz a largo plazo.
-Sensibilidad cultural y comprensión contextual: Los matices culturales y la comprensión con- textual son esenciales en la transformación de conflictos. Tener en cuenta los antecedentes culturales y las experiencias específicas de los implicados ayuda a de- firmar enfoques de resolución de conflictos que sean respetuosos y pertinentes.
-Implicación de las partes interesadas y participación de la comunidad: Implicar a las principales partes interesadas y a la comunidad en general en las iniciativas de resolución de conflictos garantiza soluciones sostenibles e impulsadas por la comunidad. La colaboración con los arrendatarios locales, las familias y los miembros de la comunidad puede reforzar el impacto de los esfuerzos de transformación de los con- flictos.

Al integrar los enfoques de transformación de conflictos, los profesionales pueden ayudar a los jóvenes afectados por conflictos a navegar y transformar sus conflictos en oportunidades para la curación, la comprensión y, en última instancia, la consolidación de la paz.

Referencias:

-Lederach, J. P. (2003). El pequeño libro de la transformación de conflictos. Good Books.
-Fisher, S. (2001). Llegar al sí: negociar un acuerdo sin ceder. Penguin Books.
- Galtung, J. (2000). Transformación de conflictos por medios pacíficos (el método Trascender).
United Nations University Press.

¿Qué es la comunicación no violenta (CNV)?

La comunicación no violenta (CNV) es un método de comunicación desarrollado por Marshall Rosenberg que fomenta una mayor compasión y claridad en nuestras comunicaciones. Según él: 'La CNV nos muestra una forma de ser muy ho- nest, pero sin críticas, insultos ni menosprecios, y sin ningún diagnóstico inte- llectual que implique maldad. '. Esta forma de comunicación se centra en dos cosas **1) la autoexpresión honesta** - exponer lo que a uno mismo le importa de un modo que probablemente inspire compasión en los demás, y **2) la empatía** - hablar con profunda compasión.

El modelo básico de la CNV es bastante directo y sencillo. Se trata de un proceso que combina cuatro componentes que se enumeran a continuación y que constituyen la base de las ideas de Marshall de dar y recibir desde el corazón. El propósito de la CNV es ayudar a todos los implicados a agudizar su conciencia del lenguaje para que puedan expresar lo que realmente les importa y también escuchar lo que realmente importa a los demás.Puede encontrar el proceso de la CNV descrito aquí: Proceso de la CNV (el enlace se abre en una ventana nueva).

Cuatro componentes:

- Observación: La observación sin evaluación consiste en darnos cuenta de las cosas y acciones concretas que nos rodean. Aprendemos a distinguir entre el juicio y lo que percibimos en el momento presente, y a observar simplemente lo que hay.

- Sentimientos: Cuando nos damos cuenta de las cosas que nos rodean, inevitablemente experimentamos emociones y sensaciones físicas variadas en cada momento concreto. Aquí, distinguir los sentimientos de los pensamientos es un paso esencial para el proceso de la CNV.

-Necesidades: Todos los individuos tienen necesidades y valores que sostienen y enriquecen sus vidas. Cuando esas necesidades están cubiertas, experimentamos sentimientos confortables, como la felicidad o la tranquilidad; cuando no lo están, experimentamos sentimientos incómodos, como la frustración. Comprender que tanto nosotros como quienes nos rodean tenemos esas necesidades es quizá el paso más importante para aprender a practicar la CNV y a vivir con empatía.

-Petición: Hacer peticiones claras y presentes es crucial para la misión trans- formativa de la CNV. Cuando aprendemos a solicitar acciones concretas que pueden llevarse a cabo en el momento presente, empezamos a encontrar formas de garantizar de forma cooperativa y creativa que se satisfagan las necesidades de todos.

A partir de estos cuatro componentes, Marshall ha creado un modelo de comunicación enriquecedor para la vida que puede resultar muy eficaz para resolver conflictos con nuestros familiares, amigos, compañeros de trabajo y con nosotros mismos. El esquema básico del modelo es el siguiente:

Cuando (veo, oigo) , yo (siento, soy) ,
porque yo (necesito, quiero) .
¿Estaría dispuesto ?

Tenga en cuenta que esto es sólo un modelo y que utilizar esta forma y este lenguaje no es el aspecto más importante de la CNV. De hecho, a medida que practique y aprenda más, empezará a notar que estos cuatro componentes pueden estar presentes en ausencia total de la forma. Asimismo, es importante destacar que la CNV ayuda a practicar y facilitar la escucha activa.

Más sobre la CNV: *Comunicación no violenta: Un lenguaje de vida de Marshall B. Rosenberg (el enlace se abre en una ventana nueva) ¿Hasta qué punto es amplio su vocabulario emocional? (el enlace se abre en una ventana nueva ventana)*

ESCUCHA ACTIVA

La escucha activa es una técnica de comunicación que requiere que el oyente proporcione información sobre lo que oye al orador, mediante la reformulación o parafraseo de lo que ha oído con sus propias palabras. El objetivo de esta re- petición es confirmar lo que ha oído el oyente y confirmar la comprensión de ambas partes. La capacidad de escuchar activamente puede mejorar las relaciones personales fomentando la comprensión, reforzando la cooperación y reduciendo los conflictos.

Al interactuar, las personas no suelen escuchar con atención. Pueden estar distraídas, pensando en otras cosas o en lo que van a decir a continuación. Este último caso es especialmente cierto en situaciones de conflicto o desavenencias. La escucha activa es una forma estructurada de escuchar y responder a los demás, centrando la atención en el interlocutor. Suspender el propio marco de referencia, suspender el juicio y evitar otras actividades mentales internas son importantes para atender plenamente al orador.



La escucha activa es una técnica de comunicación fundamental que encierra un potencial significativo en el contexto del trabajo con jóvenes afectados por conflictos armados. Al escuchar activamente las experiencias, emociones y necesidades de estos jóvenes, los trabajadores juveniles pueden crear un entorno de apoyo en el que sus voces se sientan escuchadas y validadas. Esta práctica va más allá del mero reconocimiento; significa un compromiso genuino con la comprensión de los retos y traumas únicos a los que se enfrentan estos jóvenes. Mediante la escucha activa, los trabajadores juveniles pueden cultivar la confianza y la compenetración, componentes esenciales para una intervención y rehabilitación eficaces. Además, al afirmar sus pers- pectivas y emociones, la escucha activa capacita a los jóvenes para expresarse con autenticidad, fomentando una sensación de agencia y control en medio del caos y la incertidumbre del conflicto. De este modo, la escucha activa se convierte no sólo en una herramienta de comunicación sino también en un catalizador para la curación, la resiliencia y el crecimiento po- sitivo en las vidas de los jóvenes afectados por conflictos armados.

Talleres para animadores juveniles

Proponemos una descripción de un taller para animadores juveniles, precaución la ac- tividad puede ser desencadenante por lo que no conviene proponerla directamente a un grupo de jóvenes a menos que el animador conozca al grupo en profundidad y tenga una sólida relación de confianza con ellos.

El taller pretende concienciar a los profesionales de lo que es la escucha activa y lo que no lo es.

Se pregunta al grupo a quién le gusta que le escuchen y a quién le gusta practicar la escucha acti- va. Se pide a los que escuchan que piensen en un tema/dilema/cuestión/pregunta sobre el que sientan la necesidad de obtener claridad y sobre el que estén encantados de contar y ser escuchados. Se explica a este grupo que el animador se irá con el grupo de oyentes para explicarles algunas técnicas de escucha activa que se utilizarán después durante el taller.

Una vez divididos los grupos, el animador explica a los animadores que desempeñarán el papel de oyentes que tendrán que, en lugar de aplicar la escucha activa, activar 3 formas diferentes de no escuchar, al final del ejercicio se tratará de preguntar al grupo de participantes que han hablado si se han sentido escuchados o no. El animador hará gestos con las manos (normalmente indicando números) para ayudar a los oyentes a pasar de un tipo de "no escucha" al siguiente.

El primer paso es la no escucha "no verbal", el oyente se distrae, su mirada se escapa del rostro del oyente y su falta de atención es perceptible por su lenguaje no verbal.

El segundo paso es la no-escucha "enjuiciadora", el oyente siempre relaciona lo que dice la otra persona con su experiencia "te comprendo, yo también me quedé, me enfadé". El oyente empatiza con la situación no con la emoción del que habla proyectando sus propias emociones y ul- tímidamente sus propias soluciones (consejos). El oyente empieza a hablar de sí mismo, es partícipe y activo en la conversación, parece interesado pero su escucha es enjuiciadora porque reduce la experiencia de la otra persona a la suya o hace preguntas destinadas a responder a su curiosidad personal o a confirmar una interpretación de la situación que se está construyendo en su cabeza. El tercer paso es la no escucha manipuladora. El oyente intenta conducir al inter- locutor hacia su propia solución del problema, propone interpretaciones de la situación (en mi opinión... si yo fuera usted haría... etc.) y da consejos.

La actividad concluye con una restitución plenaria en la que se pregunta a las personas si se han sentido escuchadas. Casi siempre las personas son capaces de volver a reconocer el primer nivel de no escucha, pero rara vez son capaces de reconocer que el tipo de escucha que se hace con ellas no es una escucha activa. Tras la actividad y el desvelamiento de la dinámica, se deja un espacio para el debate en parejas y se explican las técnicas de la escucha activa.

¿Cómo podemos introducir métodos de escucha activa entre los jóvenes afectados por la guerra?

Taller sobre la escucha activa:

1. Introducir a los jóvenes en los elementos de la escucha activa - en el ple- nario presente los siguientes elementos de la escucha activa:

-Preste atención: Haga hincapié en la importancia de estar plenamente presente en el mo- mento, tanto mental como físicamente. Anime a los participantes a centrar su atención en el orador sin distracciones, como dispositivos electrónicos o pensamientos internos, y a prestar atención a su lenguaje corporal.

-Retener el juicio: Haga hincapié en la necesidad de suspender los juicios personales o las suposiciones sobre las experiencias o perspectivas del orador. Fomente un enfoque abierto y no crítico de la escucha. Subraye que es algo difícil de hacer, ya que las reacciones emocionales a las cosas que oímos están en la naturaleza humana, pero la escucha activa consiste en dar al orador un espacio para expresarse en una atmósfera neutral, sin juicios, de confianza y respeto.

-Pida aclaraciones: Explique el concepto de buscar aclaraciones para garantizar la comprensión. Anime a los participantes a hacer preguntas o a pedir aclaraciones sobre cualquier punto que no esté claro o sea ambiguo.

-Resuma lo que ha dicho el orador: Enseñe a los participantes la habilidad de resumir los puntos principales o los sentimientos del orador para demostrar su participación activa y su comprensión, así como para buscar la comprensión de las cosas que se nos dicen.

Reflejo emocional: el oyente puede percibir un fuerte componente emocional mientras el otro habla. Entonces puede decidir 'reflejar' las emociones que siente, ayudando así a la persona que está hablando a reconocerlas. No nos dejemos 'bloquear' por el hecho de que podamos no estar seguros de la emoción que siente la otra persona, incluso si nuestro reflejo es erróneo, estamos creando espacio para que la otra persona nos 'corrija' y aumente así su propia conciencia emocional: '¡No estoy enfadado, estoy decepcionado!

-Reflejo verbal: durante la conversación podemos percibir en nuestro interlocutor "pausas" en el discurso: "Me encantaría hacerlo pero..." de nuevo podemos crear el espacio para que nuestro interlocutor explore ese PERO y profundice en su reflexión simplemente captando esa duda o pausa, convirtiéndola en una pregunta: "¿PERO?"

2. Discuta cada elemento:

- Facilite un debate en grupo sobre cada elemento, explorando su significado y su aplicación práctica en la comunicación. Utilice ejemplos para ilustrar cómo cada elemento puede mejorar la comprensión y la empatía en las interacciones con los demás.

3 Divida a los participantes en parejas:

- Organice a los participantes en parejas, asegurándose de que cada pareja esté formada por indivi- duos que no hayan tenido mucha oportunidad de interactuar previamente. Esto anima a los participantes a comprometerse con nuevas perspectivas y experiencias.

4. Pida a los participantes que hablen sobre un tema que les gustaría que se escuchara y sobre el que sientan que necesitan aclararse, pueden elegir el tema y el nivel de intercambio (es importante crear antes un "espacio valiente" dentro del grupo):

- El oyente aplica las reglas de la escucha activa.

5. Reflexione y discuta:

-Tras el ejercicio de escucha activa, vuelva a reunir al grupo y facilite un debate sobre sus experiencias. Anime a los participantes a reflexionar sobre los retos a los que se enfrentaron como oradores y como oyentes. Explore cómo se sintieron al ser escuchados activamente y el impacto que tuvo en su sentido de validación y conexión con los demás.

Siguiendo estos pasos, el taller puede introducir eficazmente a los jóvenes afectados por la guerra en los principios y la práctica de la escucha activa, fomentando una mayor comprensión, empatía y capacidad de comunicación.

No obstante, es importante subrayar que, aunque la Comunicación No Violenta (CNV) y las habilidades de comunicación en general son herramientas valiosas para fomentar la comprensión y la empatía, es importante reconocer sus limitaciones, sobre todo cuando se trabaja con jóvenes a menudo traumatizados y afectados por la guerra. El trauma puede afectar significativamente a la capacidad de un individuo para entablar una comunicación abierta e incluso puede desencadenar reacciones adversas a determinadas técnicas de comunicación. Por ejemplo, presionar a los individuos para que expresen sus emociones de forma estructurada, como a menudo propugna la CNV, podría retraumatizarlos o exacerbar los sentimientos de vulnerabilidad y angustia. En tales casos, es crucial ejercer sensibilidad y flexibilidad en los enfoques comunicativos, priorizando la seguridad y la creación de confianza por encima de la adhesión rígida a marcos específicos. Además, puede haber casos en los que las formas no verbales de comunicación, como el arte o las actividades basadas en el movimiento, resulten más eficaces para facilitar la expresión y la curación de los jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados. Por lo tanto, aunque las habilidades de comunicación siguen siendo valiosas, es esencial adaptar su aplicación de forma reflexiva y respetuosa en el con- texto de apoyar a los jóvenes afectados por traumas relacionados con la guerra.

Referencias:

-Rosenberg, M. B. (2015). Comunicación no violenta: A Language of Life. PuddleDancer Press.

-Wood, L. A., y Kroger, R. O. (2000). Haciendo análisis del discurso: Métodos para estudiar la acción en el habla y el texto. Sage Publications.

- Pupavac, V. (2004). Gobernanza terapéutica: Intervención psicosocial y riesgo de trauma

gestión. Desastres, 28(4), 406-420.

El papel del arte en el trabajo juvenil para la rehabilitación de los jóvenes
Personas afectadas por la guerra

Aynur Zarrintac

Las situaciones de conflicto pueden tener efectos especialmente devastadores en los jóvenes y niños que se convierten en víctimas de la guerra, el genocidio, los trabajos forzados, el alistamiento en el ejército, el reclutamiento en las milicias y la prostitución infantil. Estos jóvenes a menudo se enfrentan no sólo al trauma físico y psicológico de sus experiencias, sino también a los retos de reconstruir sus vidas tras la guerra. He aquí algunos puntos clave a tener en cuenta:

- **Trabajos forzados:** Los jóvenes obligados a trabajar, ya sea en zonas de conflicto o como consecuencia de un desplazamiento, sufren a menudo abusos físicos y emocionales. Pueden verse privados de educación y de oportunidades de desarrollo personal, lo que dificulta sus perspectivas de futuro.
- **Reclutamiento en milicias:** Los niños y los adultos jóvenes reclutados por los grupos armados suelen sufrir una violencia extrema y se ven obligados a participar en combates. Esto no sólo les traumatiza sino que también les roba su infancia y su educación.
- **Prostitución infantil:** Los conflictos pueden crear un entorno en el que la prostitución infantil se hace prevalente debido a la falta de aplicación de la ley y a la desesperación económica. Esto deja a muchos jóvenes vulnerables a la explotación y a cicatrices psicológicas de por vida.
- **Desplazamiento y separación:** Muchos jóvenes se ven desplazados de sus ho- mes, separados de sus familias o huérfanos como consecuencia de los conflictos. Esto no sólo rompe sus vínculos sociales y familiares, sino que también les deja en situaciones precarias con un acceso limitado a las necesidades básicas.
- **Reconstruir vidas:** La reintegración y rehabilitación de estas jóvenes víctimas es un proceso complejo y largo. A menudo necesitan apoyo psicológico, acceso a la educación, formación profesional y oportunidades de reintegración social. Reunirlos con sus familias cuando sea posible también es crucial.

El arte es un vehículo expresivo de comunicación que desempeña un papel importante en la rehabilitación de los jóvenes afectados por la guerra. Proporcionar una salida creativa y terapéutica puede ayudar a los jóvenes a curarse, a transformar o reconstruir sus vidas, a recuperarse de la violencia en todas sus formas y en todas las fases del conflicto. He aquí algunas formas clave en que las artes contribuyen a la consolidación de la paz, al proceso de recuperación.

- **Curar el trauma:** Crear arte, ya sea a través de la pintura, el dibujo, la escultura u otras formas, permite a los jóvenes expresar sus emociones y ex- periencias de forma no verbal. Esto puede ser especialmente útil para quienes han vivido acontecimientos traumáticos, ya que ofrece una alternativa a la comunicación verbal y puede proporcionarles una sensación de control sobre sus sentimientos.
- **Desarrollar la resiliencia:** Participar en actividades artísticas puede ayudar a los jóvenes a desarrollar su resiliencia y su capacidad de adaptación. Les permite explorar su creativi- dad, su capacidad para resolver problemas y su adaptabilidad, que son valiosas habilidades vitales para afrontar los retos que se les presentan.
- **Empoderamiento:** El arte puede empoderar a los jóvenes dándoles un sentido de agencia y autoestima. Crear algo bello o significativo puede aumentar su autoestima y proporcionarles una sensación de logro, lo que es especialmente importante para aquellos que han sufrido sentimientos de impotencia.

-**Comunicación y conexión:** El arte puede ser un medio de comunicación y conexión, no sólo con los demás sino también con el propio interior. Puede servir de puente para compartir experiencias y emociones con compañeros, tera- pistas y cuidadores, fomentando un sentimiento de pertenencia y comprensión.

-**Expresión cultural:** El arte puede ser una forma poderosa para que los jóvenes vuelvan a conectar con su herencia cultural y sus tradiciones. Puede ayudarles a mantener un sentimiento de identidad y orgullo, incluso ante el desplazamiento y la pérdida.

-**Educación y desarrollo de habilidades:** El arte puede ser una valiosa herramienta educativa, ya que brinda a los jóvenes la oportunidad de aprender nuevas habilidades y ampliar sus horizontes. Esto puede incluir el aprendizaje de diversas formas de arte, técnicas e incluso la historia del arte.

-**Reintegración en la sociedad:** A través de programas y exposiciones de arte, los jóvenes pueden mostrar sus talentos y expresiones creativas, lo que puede ayudarles a reintegrarse en la sociedad y obtener el reconocimiento de sus capacidades en lugar de ser definidos únicamente por sus experiencias pasadas en el conflicto.

-**Defensa y sensibilización:** El arte también puede servir como medio de defensa y concienciación sobre el impacto de la guerra en los jóvenes. Las exposiciones y los proyectos artísticos pueden transmitir mensajes poderosos al público y a los responsables políticos, animándoles a apoyar programas que ayuden a estos jóvenes. El arte también abarca diversas actividades creativas, como dibujar, hacer colla- res o esculpir con arcilla, que pueden ayudar a las personas a transmitir sus emociones de forma segura y expresiva. Será útil familiarizarse con algunas de ellas:

-**El arte expresivo** consiste en utilizar diversas formas artísticas, como la pintura, el dibujo, la escultura y el collage, para fomentar la autoexpresión y la liberación de emociones reprimidas relacionadas con el trauma y el miedo.

-**El arte narrativo** ayuda a las personas a crear narraciones visuales o historias a través del arte y a exteriorizar sus experiencias traumáticas, lo que facilita su procesamiento y comprensión.

-**Arte escultórico:** Crear arte tridimensional, como esculturas de arcilla, puede ser una forma poderosa de explorar y liberar experiencias traumáticas. La naturaleza táctil de la escultura puede proporcionar una sensación de control y catarsis.

-**Arte con arena:** Este tipo de arte utiliza figuras en miniatura y una bandeja de arena para crear escenas o historias. Es especialmente eficaz para las personas que tienen dificultades para verbalizar su trauma.

-**Arte basado en el movimiento:** Utilizando la danza, el movimiento y la expresión corporal, este enfoque permite a los individuos acceder y procesar el trauma a través de movimientos físicos y expresión creativa.

-**Música y arte**: Combinar arte y música puede ayudar a los individuos a expresar y procesar el trauma. Pueden crear arte visual en respuesta a la música o utilizar la mu- sica como telón de fondo para su creación artística.

-**Arte basado en la atención plena:** Este enfoque incorpora técnicas de atención plena con la creación artística. Ayuda a los individuos a mantenerse presentes y centrados en el proceso creativo mientras procesan las emociones relacionadas con el trauma.

-**Arte digital:** En la era digital actual, el uso de la tecnología y las herramientas digitales puede integrarse en la terapia artística. Permite a los individuos crear y manipular el arte digital como medio para procesar el trauma.

-**Fototerapia:** El uso de fotografías, ya sea tomándolas o trabajando con imágenes existentes, puede ser una forma de explorar y discutir experiencias traumáticas.

- **Biblioterapia**: Aunque no es estrictamente arteterapia, leer y comprometerse con

La literatura y los cuentos también pueden ser terapéuticos para la curación del trauma. Los terapeutas artísticos también pueden incorporar este enfoque.

-**El Teatro Invisible** es un teatro público que implica al público como participantes en la acción sin que ellos lo sepan.

-La **reinterpretación simbólica** es el arte que refleja intencionadamente un símbolo existente (por ejemplo, una bandera, un logotipo o un icono) pero "reinterpreta" el símbolo añadiendo un nuevo texto, nuevos colores o un nuevo diseño.

-**El cine documental** El cine documental es una forma de arte que pretende documentar en película o cinta digital aquello que es factual o no ficcional.

-**Murales públicos** Los murales públicos son pinturas que se exponen en espacios públicos, por ejemplo, en los laterales sin uso de los edificios o en las medianeras de las autopistas.

-**Arte de instalación:** toma un entorno específico (por ejemplo, un parque, un edificio gubernamental o una plaza) y lo transforma temporalmente en una galería.

-**El teatro creativo** utiliza el juego de roles, la improvisación y las técnicas de actuación para la curación, la catarsis, la resolución de problemas y otros fines psicoterapéuticos.

-**El teatro playback** es una forma de teatro de improvisación en la que el público o los miembros de un grupo cuentan historias de sus vidas y las ven representadas inmediatamente por un conjunto de actores.

-**El teatro de imágenes** es un proceso en el que los participantes realizan imágenes fijas de sus vidas, sentimientos y experiencias, utilizando la comunicación no verbal para revelar verdades sobre la sociedad.

-**El teatro foro** es un proceso en el que un problema no resuelto se muestra teatralmente a un público, tras lo cual se invita a éste a sugerir y promulgar soluciones.

-**Educación** artística La educación artística es un plan de estudios basado en la escuela que incorpora activamente formas de arte visual, literario, escénico y del movimiento dentro del entorno del aula.

La lista es larga y cada trabajador juvenil puede seleccionar la forma de arte más apropiada para su entorno. Ciertas formas de arte, no universalmente, poseen una capacidad distintiva para transmitir mensajes sin palabras, un activo valioso en el ámbito de la consolidación de la paz. Mientras que los individuos intercambian mensajes verbales a través del lenguaje hablado, se comunican de forma no verbal a través del lenguaje corporal, el contacto visual, el tono vocal y las expresiones faciales. Atender a los canales simbólicos de las expresiones faciales, las posturas corporales y los movimientos oculares resulta crucial, ya que estos canales transportan información esencial sobre las emociones, la energía y los pensamientos. Formas artísticas como la música, la danza, el teatro y las artes visuales aprovechan las referencias simbólicas para comunicarse de forma no verbal sobre el mundo real, superando la lógica directa de las palabras. El arte tiene la capacidad de articular emociones, ideas o sentimientos que las palabras por sí solas no pueden encapsular. Los profesionales que trabajan con jóvenes en comunidades de contexto más elevado pueden encontrar que los participantes responden mejor a una comunicación indirecta, informal, relacional, presencial y colectivista. Por el contrario, los profesionales que trabajan en comunidades de contexto más bajo pueden encontrar que los participantes responden mejor a una comunicación directa, formal, racional, explícita e individualista.

Lista de riesgos que debe evitar al utilizar el Arte

Los animadores juveniles deben tener mucho cuidado al emplear estos métodos. Pueden hacer una pequeña encuesta para comprobar las necesidades, los miedos y los antecedentes de sus grupos objetivo para familiarizarse con las cosas por las que han pasado. El objetivo principal aquí es abstenerse de desencadenar sus traumas sin ningún propósito. Los monitores juveniles deben asegurarse de no utilizar ninguna historia real basada en la violencia y el trauma ni ninguna herramienta que pueda simbolizar los actos violentos.

Participar en actividades artísticas facilitadas por un monitor juvenil en lugar de un artista profesional puede plantear ciertos riesgos psicológicos, aunque el impacto puede variar en función de factores como la naturaleza de la actividad, los participantes implicados y las habilidades y formación del monitor juvenil. He aquí algunos riesgos psicológicos po- tenciales a tener en cuenta:

Falta de experiencia: Un facilitador no profesional puede carecer de los conocimientos y habilidades especializados en arteterapia o técnicas artísticas específicas. Esto podría dar lugar a actividades poco adecuadas para abordar las necesidades psicológicas de los participantes.

Interpretación errónea del trabajo artístico: Sin la formación adecuada, un monitor juvenil puede tener dificultades para interpretar con precisión las obras de arte creadas por los participantes. Las interpretaciones erróneas podrían dar lugar a malentendidos o intervenciones inadecuadas, causando potencialmente angustia.

Apoyo emocional inadecuado: Las actividades artísticas pueden hacer aflorar emociones profundas y cuestiones personales. Si un monitor juvenil no está adecuadamente formado para proporcionar apoyo emocional, es posible que los participantes no reciban la ayuda que necesitan para procesar y gestionar sus sentimientos.

Desencadenamiento involuntario: Ciertas actividades artísticas pueden desencadenar involuntariamente emociones negativas o recuerdos traumáticos. Un monitor juvenil sin la formación adecuada puede no reconocer los desencadenantes potenciales o no saber cómo manejarlos adecuadamente.

Preocupaciones de confidencialidad: Las actividades artísticas suelen implicar la autoexpresión y los participantes pueden revelar información personal y delicada a través de su trabajo artístico. Sin una comprensión clara de la confidencialidad y la privacidad, puede haber riesgos de revelación inapropiada o de ruptura de la confianza.

Alcance limitado de las intervenciones: Los artistas profesionales con formación en te- rapia artística pueden proporcionar una gama más amplia de intervenciones terapéuticas. Un trabajador juvenil puede disponer de herramientas y técnicas limitadas para abordar las diversas necesidades psicológicas que pueden surgir durante las actividades artísticas.

Falta de un marco estructurado: Los artistas profesionales suelen trabajar dentro de un marco terapéutico estructurado. Sin esta estructura, las actividades artísticas fa- cilitadas por un trabajador juvenil pueden carecer de un enfoque terapéutico claro, lo que puede disminuir su eficacia.

Es esencial que los trabajadores juveniles sean conscientes de estos riesgos potenciales y, si están facilitando actividades artísticas, busquen orientación, formación o colaboración con profesionales del campo de la salud mental y la arteterapia. Además, deben establecerse directrices y protocolos claros para garantizar el bienestar y la seguridad de los participantes en cualquier intervención basada en el arte.

Me gustaría compartir mi experiencia trabajando con la gente: El 6 de febrero de 2023, un terremoto de 7,8 grados sacudió el sur y el centro de Turquía y el norte y el oeste de Siria. En agosto de 2023 tuve que facilitar una formación tea- tre en la Universidad Suleyman Demirel de Isparta. Durante el proceso, nuestro proceso de construcción de personajes se convirtió orgánicamente en la narración de historias. Empecé a utilizar técnicas de meditación que ayudaron a los participantes a crear sus personajes en su mente y a transformarlo en sus cuerpos. En el siguiente paso empecé a hacer preguntas a los participantes uno por uno y a considerar sus respuestas permitiéndoles elegir una frase concreta y crear un coro. Todo el espacio viró hacia otro lugar en el que empezamos a oír a nuestros personajes y no nos vimos a nosotros mismos. A la siguiente participante le pregunté dónde estaba ahora y qué estaba haciendo. Me contestó que estaba en su casa e intentaba encontrar la mesita ühich que le hizo su padre cuando era niña. Comenzamos nuestra meditación, después de mi pregunta la llevé a buscar la mesa en su mundo imaginario. La encontró, pero estaba muy lejos de ella. Iniciamos un diálogo entre ella y la mesa cuya voz de la mesa era yo. Y en el proceso en curso le pregunté qué quería decirle a la mesa (a mí). Me dijo algunos buenos recuerdos y luego le pregunté si era el momento de despedirse de la mesa. Ella hizo lo que yo le decía. "Adiós pequeña mesa. Fue muy bonito pasar tiempo contigo en mi infancia". Al final, cuando terminamos la actividad, pedí a todos que se sentaran en círculo. La participante que se despidió de la mesa dijo que ahora se sentía mejor.

La frontera entre la actividad educativa y la arteterapia puede ser matizada y variar en función de los objetivos, métodos e intenciones del facilitador. He aquí algunas distinciones clave:

Propósito y objetivos:

-Actividad educativa: El objetivo principal de las actividades educativas es im- partar conocimientos, enseñar habilidades o promover el desarrollo cognitivo. Se centran en el aprendizaje de contenidos específicos o en la adquisición de destrezas concretas relacionadas con la materia.

-Arteterapia: El objetivo principal de la arteterapia es terapéutico, centrándose en la expresión emocional, la autoexploración y el bienestar psicológico. Se hace hincapié en el proceso de creación del arte más que en el producto final.

Papel del facilitador:

-Actividad educativa: En los entornos educativos, los facilitadores, como los profesores, tienen como objetivo transmitir información, guiar el aprendizaje y evaluar la comprensión. Su papel es instructivo y el énfasis se pone en lograr resultados de aprendizaje predefinidos.

-Arteterapia: Los arteterapeutas, por su parte, son profesionales de la salud mental formados que utilizan el arte como herramienta terapéutica. Su función consiste en guiar a los individuos en la exploración de sus emociones, promover el autoconocimiento y abordar las preocupaciones psicológicas.

Estructura y enfoque:

- Actividad educativa: Las actividades educativas suelen seguir un cu- rrículo estructurado con planes de lecciones y evaluaciones específicas. Se centran en la adquisición de destrezas, la transferencia de conocimientos y el cumplimiento de las normas educativas.

-Arteterapia: La arteterapia está más orientada al proceso y es menos estructurada. Se hace hincapié en la expresión creativa única del individuo y puede que no haya un plan de estudios predeterminado. El proceso terapéutico evoluciona en función de las necesidades del cliente.

Orientación hacia los resultados:

-Actividad educativa: El éxito de las actividades educativas suele medirse por la adquisición de conocimientos o destrezas, los logros académicos o la realización de tareas y evaluaciones.

-Arteterapia: El éxito de la arteterapia se centra más en los beneficios terapéuticos, como el aumento de la autoconciencia, la expresión emocional y la mejora del bienestar mental. Se hace más hincapié en el crecimiento personal que en los puntos de referencia externos.

Consentimiento informado y confidencialidad:

-Actividad educativa: En los entornos educativos, la atención se centra en la entrega de contenidos a un grupo, y puede que se haga menos hincapié en la necesidad del consentimiento informado o en la confidencialidad relacionada con las revelaciones personales.

-Arteterapia: En la arteterapia, la confidencialidad es crucial y los participantes están in-formados sobre la naturaleza terapéutica del proceso. El terapeuta garantiza un espacio seguro para que los individuos exploren sus emociones y experiencias personales.

Aunque estas distinciones ayudan a resaltar las diferencias entre las actividades educativas y la arteterapia, es importante señalar que puede haber solapamientos, especialmente en los entornos educativos informales o en los programas basados en la comunidad. Algunas actividades pueden tener elementos tanto educativos como terapéuticos. Además, las personas con formación diversa pueden incorporar principios terapéuticos a las prácticas educativas. Una comunicación clara sobre los objetivos y las intenciones del facilitador es clave para gestionar las expectativas y garantizar una experiencia positiva para los participantes.

Trabajar con jóvenes afectados por conflictos armados o guerras requiere un enfoque reflexivo, y la frontera entre la actividad educativa y la arteterapia puede ser fluida, dadas las necesidades únicas de la población. He aquí algunas consideraciones para los trabajadores juveniles que colaboran con artistas profesionales en tales contextos:

Defina objetivos e intenciones:

-Describa claramente los objetivos del programa o intervención. ¿Pretende principalmente proporcionar un contenido educativo o hay algún aspecto terapéutico implicado? Comprender los objetivos guiará el enfoque general.

Evaluar las necesidades individuales:

-Reconozca las diversas necesidades de los jóvenes participantes. Algunos pueden beneficiarse del apoyo educativo, mientras que otros pueden requerir intervenciones terapéuticas. Con- duzca evaluaciones para identificar los puntos fuertes, los retos y las preferencias individuales.

Colabore con los profesionales de la salud mental:

- En situaciones que impliquen un trauma, colabore con profesionales de la salud mental, como psicólogos o arteterapeutas. Su experiencia puede ayudar a integrar elementos terapéuticos en el programa y proporcionar el apoyo necesario a los participantes que se enfrentan a un trauma.

Establezca espacios seguros:

-Crear un entorno seguro y de apoyo en el que los jóvenes se sientan cómodos expresándose. Esto implica fomentar la confianza, garantizar la confidencialidad y promover una comunicación abierta.

Equilibrio entre educación y expresión:

-Reconozca que la línea que separa la educación de la terapia puede ser difusa. Las actividades educativas pueden incorporar elementos de expresión, permitiendo a los jóvenes procesar emociones a través de salidas creativas. Sea flexible a la hora de adaptar el enfoque en función de la evolución de las necesidades de los participantes.

Sensibilidad al trauma:

-Los profesionales del arte y los trabajadores juveniles deben formarse en prácticas traumatizantes. Comprender los desencadenantes potenciales relacionados con la violencia y el trauma, y abordar las discusiones o actividades relacionadas con estos temas con sensibilidad.

Reflexión estructurada y procesamiento:

-Integre en el programa sesiones estructuradas de reflexión y procesamiento. Estas sesiones, dirigidas por un facilitador formado, pueden ayudar a los participantes a dar sentido a sus experiencias y emociones en un entorno de apoyo.

Consentimiento informado y límites:

-Comunique claramente el propósito del programa y obtenga el consentimiento informado de los participantes, sobre todo cuando aborde temas delicados. Establezca límites claros para garantizar el bienestar de los participantes y mantener las normas éticas.

Desarrollo profesional continuo:

-Tanto los trabajadores juveniles como los artistas profesionales deben participar en un desarrollo profesional continuo, manteniéndose informados sobre los enfoques informados por el trauma, la sensibilidad cultural y las mejores prácticas en el trabajo con jóvenes afectados por conflictos armados.

Competencia cultural:

-Comprenda el contexto cultural y los matices de las comunidades con las que trabaja. La competencia cultural es crucial para generar confianza y garantizar que las intervenciones sean respetuosas y adecuadas.

Nos gustaría enumerar algunas actividades para los monitores juveniles que pueden utilizarse con niños y jóvenes. Nos centramos especialmente en los métodos teatrales teniendo en cuenta los antecedentes del autor.

Ejercicios útiles:

Ejercicios de calentamiento:
Edad: 7+ (Se puede adaptar a todas las edades y posibilidades físicas)
Número: Más de 2 personas

1. Trabaje el cuello. Gire el cuello hacia delante, de lado a lado, hacia atrás. Gírelo en una dirección y luego en la otra.
2. Hombros. Encoja los hombros hacia arriba, hacia abajo y luego gírelos hacia delante y hacia atrás.
3. Haga círculos con los brazos. Balancee los brazos en círculo en una dirección, luego en la otra y después en direcciones opuestas.
4. Estire las costillas levantando los brazos por encima de la cabeza e inclínese hacia un lado, sintiendo cómo se libera la tensión en la caja torácica. Aguante un tiempo, luego vuelva a la posición erguida e inclínese hacia el otro lado.
5. Trabajo respiratorio. Adopte una postura erguida e inhale profunda y lentamente por la nariz. Exhale lenta y deliberadamente por la boca. Repítalo unas cuantas veces para reducir el ritmo cardíaco y relajarse.
6. Inclínese hacia delante por la cintura, dejando caer la cabeza, con los brazos extendidos hacia abajo, aguantando 10 segundos. A continuación, vuelva a subir hasta una ligera flexión hacia atrás, manteniendo la postura durante otros 10 segundos. Repita varias veces hasta que sienta que su postura ha mejorado.
7. Sacúdalo todo. Empiece a sacudir las manos, luego los brazos y después todo el cuerpo para liberar cualquier tensión persistente.

Juegos de interpretación y técnicas de calentamiento para calentar las emociones de los participantes,
sentimientos y cuerpo.

Calentamiento corporal

Edad: Todas las edades
Número: Más de 2 personas

Objetivo: Este juego concentrará su energía a la vez que le pondrá en movimiento.
Descripción: Bola de energía. Póngase de cara a una pared. Imagine que sostiene una bola invisible con ambas manos frente a usted. Ahora imagine que está reuniendo ener- gía en la pelota, sintiéndola palpitar y pulsar a medida que la energía crece. La energía se vuelve tan intensa que tiene que lanzar la pelota contra la pared. Cuando la pelota rebote, inclínese para cogerla. Láncela hacia atrás con fuerza.
Materiales: Ninguno
Fuente © *MasterClass*

Reflexión

Edad:Todas las edades Número: 2 personas.
Objetivo: Este juego se centrará en fortalecer la concentración
Descripción: Colóquese frente a su pareja e intente meterse en su cabeza. Observe atentamente sus movimientos. Cuando se muevan, refleje sus movimientos y su cara

expresiones tan exactas como pueda en tiempo real. Refleje sus expresiones faciales. Materiales: Ninguno
Fuente © *MasterClass*

Canción temática

Edad: Todas las edades Número: 2 personas

Objetivo: Calentamiento del personaje
Descripción: Si se está preparando para un personaje en particular, piense en un tema musical o una música que capte su esencia. Póngala mientras calienta, escúchela una y otra vez para meterse en el espacio emocional del personaje. **Materiales:** Ninguno
Fuente © *MasterClass*

Recibir y pasar

Edad: Todas las edades
Número: Más de 2

Objetivo: Calentamiento de la voz
Descripción: Consiga que todos se muevan por un espacio. Usted hace un chasquido o pronuncia una sola palabra dirigida a uno de sus compañeros. Ellos deben atraparlo y luego pasarlo audiblemente a otra persona sin dejar de moverse. Aumente la velocidad a la que los chasquidos pasan de una persona a otra.
Materiales: Ninguno
Fuente © *MasterClass*

Trabajo en círculo

Edad: Todas las edades

Numbe: Este ejercicio se realiza mejor con un equipo

Objetivo: Improvisación
Descripción: Este ejercicio es un buen calentamiento para un grupo que trabaja en una producción parti- cular. Se coloca uno de pie en círculo. Comienza en el centro de una línea de dialo- gue de alguna parte del poema o espontanio que contenga una pista para uno de los otros participantes. Ese debe representar el resto de la escena desde el centro del círculo. Si la escena contiene una pista para otra persona, ésta entra en el círculo. Si no, otra persona debe salir con una nueva línea con una nueva pista, y el proceso continúa.
Materiales: Ninguno
Fuente © *MasterClass*

Crear una historia

Edad: 10+

Número: Este ejercicio se realiza mejor con un equipo.

Objetivo: Improvisación
Descripción: Los participantes se sientan en círculo. El animador les da un título para una historia. "Mi sueño" La historia se cuenta palabra por palabra alrededor del círculo. Recuérdeles que la historia tiene que tener sentido. Están construyendo frases, no lanzando palabras graciosas para intentar hacer reír. Todos tienen que trabajar juntos para recordar dónde han estado e intentar crear un todo cohesionado.
Materiales: Ninguno
Fuente © *Theatre Folk*

Retrato de familia

Edad: 10+

Número: Este ejercicio se realiza mejor con un equipo

Objetivo: Improvisación
Descripción: Divida a los participantes en grupos. Cada grupo se presenta de uno en uno y se le da un título para un dibujo que gire en torno a un tipo de familia. "Familia de dentistas. Familia de Animadoras. Familia de Bibliotecarios Perdidos". Incluso puede ser más específico. "Justo después del gran anuncio de la abuela" o "La convención de dentistas" o "Las animadoras pierden el campeonato". Los grupos disponen de diez segundos para formar un retrato basado en el título. Recuerde a los participantes que piensen en los personajes que intervienen en el retrato y que hablen entre ellos para que no haya personajes repetidos. Tienen que contar una historia, aunque estén congelados en el lugar. Un límite de tiempo obliga a los participantes a trabajar con rapidez. Cuéntelos y, al cabo de 10 segundos, grite ¡congELADOS! El resultado final debe ser una imagen cohesionada.
Materiales: Ninguno
Fuente © *Theatre Folk*

El mismo círculo

Edad: Todas las edades

Número: Este ejercicio se realiza mejor con un equipo

Objetivo: Improvisación
Descripción: Todos se colocan de pie formando un círculo. La persona A hace un pequeño gesto. La persona que está a su lado repite el gesto y así sucesivamente alrededor del círculo. El objetivo del ejercicio es mantener el gesto exactamente igual. Todo el mundo tiene que concentrarse y prestar atención al gesto. No debe agrandarse, ni cambiar de mano, ni torcerse. Debe repetirse exactamente. Es más difícil de hacer de lo que cree. Puede hacer el mismo ejercicio con sonidos.
Materiales: Ninguno
Fuente © *Theatre Folk*

"Sadako - La historia de las 1000 grullas"

Programa de talleres para niños

© diseñado por Aynur Zarrintac

Edad: 7+
Número: Este ejercicio se realiza mejor con un equipo
Descripción: El taller comienza con ejercicios de calentamiento. A continuación, el grupo lis- ten una breve historia de la niña Sadako, una niña japonesa que fue víctima de los bombardeos atómicos de Hiroshima y Nagasaki en 1945.

"Tenía dos años cuando cayeron las bombas y quedó muy irradiada. Sobrevivió otros diez años, convirtiéndose en una de las hibakusha más conocidas, término japonés que significa "persona afectada por las bombas". Se la recuerda a través de la historia de las más de mil grullas de origami que plegó antes de morir. Murió a los 12 años, el 25 de octubre de 1955, en el Hospital de la Cruz Roja de Hiroshima". ¿Qué significa hacer 1000 grullas de origami?

Simboliza el honor, la buena fortuna, la lealtad y la longevidad. Estas formidables características confieren a la grulla un significado tan especial y la razón por la que los japoneses creían que cualquiera que tuviera la paciencia y el empeño de plegar 1.000 grullas origa- mi recibiría buena fortuna y se le concedería un deseo.
A continuación, se inicia un debate en grupo con los niños:
-¿Qué es la paz?
-¿Cómo lo conseguimos?
-¿Cuál es el color de la paz?
-¿Dónde lo vemos?
Las preguntas pueden modificarse y adaptarse a temas afines.
Después de esto el monitor juvenil puede utilizar diferentes tipos de arte relacionados con el tema de
Sadako y la paz.

Método 1. Hacer grullas de origami (Edad: 13 años)
Pida a los niños que elijan el color de papel que más les guste. Seguir paso a paso la estructura para hacer origami es la mejor manera de utilizar el sitio "Salvando grullas".

1. Si utiliza un trozo de papel cuadrado, dóblelo por la mitad para formar un triángulo. Si utiliza un trozo de papel coloreado por un solo lado, comience con el lado coloreado hacia arriba. Desdoble el papel y repita la operación para hacer los pliegues que se ven en la imagen de arriba.
2. Dé la vuelta al papel de modo que la cara coloreada quede hacia abajo y dóblelo por la mitad formando un rectángulo. Desdoble el papel y repita la operación para hacer los pliegues que se ven en la imagen de arriba.
3. Ahora doble a lo largo de los cuatro pliegues a la vez para formar un cuadrado con el extremo abierto hacia usted.
4. Doble dos bordes hacia dentro, para formar una cometa en la parte superior. Repita la operación en el otro lado.
5. Doble la punta hacia abajo y pliegue por encima de los otros dos pliegues. Dé la vuelta al papel y repita el pliegue. Deshaga los pliegues que hizo en los pasos 4 y 5.
6. Tire de la esquina inferior (sólo de la capa superior) hacia arriba por encima de la esquina superior. Doble a lo largo de los pliegues que hizo en los pasos 4 y 5. Repita en el otro lado.
7. Doble dos bordes hacia dentro para formar una cometa. Repita la operación en el otro lado.
8. Doble la capa superior (lado derecho) para colocarla sobre el lado izquierdo como si girara la

página de un libro. Déle la vuelta y repita por el otro lado.
9. Doble la capa superior todo lo que pueda por cada lado.
10. Doble la capa superior (lado derecho) para colocarla sobre el lado izquierdo como si pasara la página de un libro. Dele la vuelta y repita la operación en el otro lado.
11. Doble las alas hacia abajo.
12. Doble hacia abajo la cabeza para dar a la grulla un pico largo. Tire de las alas hacia fuera para que el cuerpo se infle.

© https://savingcranes.org/learn/origami-cranes/

Método 2: Contar historias

Ciertamente, los ejercicios de narración pueden ser herramientas poderosas para los jóvenes afectados por conflictos armados o desplazamientos. Estos ejercicios pueden proporcionarles un espacio seguro y creativo para expresar sus pensamientos y emociones. He aquí un ejercicio de narración diseñado para esos jóvenes:

Título: "La fuerza de las historias"
Objetivo: Fomentar la autoexpresión, la resiliencia y el sentido de comunidad entre los jóvenes.
Materiales necesarios:
- Papel
- Materiales para dibujar/colorear
- Material de escritura (bolígrafos, lápices)
- Opcional: Dispositivos de grabación digital para quienes prefieran la narración en audio

Instrucciones:
- Introducción (15 minutos):
- Empiece por crear un entorno seguro y de apoyo. Haga hincapié en que no hay una forma correcta o incorrecta de contar una historia.
- Comparta una breve historia personal o un ejemplo de cómo la narración puede ser una herramienta poderosa para la curación y la conexión.
- Explique que el ejercicio es una oportunidad para que cada persona comparta sus experiencias y perspectivas únicas.
- Calentamiento de la narración (15 minutos):
- Comience con un sencillo rompehielos. Pida a cada participante que comparta una historia positiva o neutra de su vida anterior al conflicto o al desplazamiento.
- Esto ayuda a facilitar la narración y establece un tono positivo.
- Reflexión guiada (20 minutos):
- Proporcione estímulos para la reflexión. Formule preguntas como
- ¿Cuáles son los puntos fuertes y las cualidades que le ayudaron a superar los momentos difíciles?
- ¿Hay momentos de resiliencia o valentía que destaquen en su memoria?
- ¿Cómo se han apoyado usted o su comunidad en los momentos difíciles?
- Creación de historias (30 minutos):
- Anime a los participantes a crear una breve historia o relato que refleje sus experiencias. Puede ser ficticio o basado en hechos reales.
- Los participantes pueden elegir entre escribir, dibujar o utilizar una combinación de ambos para contar sus historias.

-Haga hincapié en la importancia de expresar las emociones y de encontrar la fuerza en sus narraciones.
-Círculo para compartir (30 minutos):
-Cree un espacio seguro y respetuoso para que los participantes compartan sus historias. Esto puede hacerse en pequeños grupos o en grupo entero, según el tamaño y el nivel de comodidad de los participantes.
-Fomente la escucha activa y proporcione comentarios positivos después de compartir cada historia.
-Reflexión y apoyo (15 minutos):
-Facilite un debate sobre la experiencia. Pregunte a los participantes qué sintieron al compartir sus historias y escuchar a los demás.
-Ofrezca recursos o información sobre apoyo adicional si es necesario, como servicios de asesoramiento o programas comunitarios.
Recuerde abordar este ejercicio con sensibilidad y flexibilidad. Los participantes pueden optar por no compartir sus historias, y esa elección debe ser respe- tada. El objetivo es empoderar y proporcionar una plataforma de expresión al tiempo que se fomenta un sentimiento de comunidad y apoyo.

Método 3: Teatro de sombras

El grupo empieza a seguir al monitor juvenil y a dibujar una figura del personaje que han creado. Después de recortar el personaje, todas las figuras se pegan a los palos. Para hacer la pantalla del teatro de sombras, coloque una caja de papel con las fa- ces inferiores hacia arriba. Corte una gran abertura rectangular. Utilice la fina hoja de papel blanco o papel pergamino para la pantalla, pegándola al interior de la abertura con la cinta adhesiva. Dele la vuelta y pegue las esquinas de la tapa con cinta adhesiva. Coloque la luz dentro de la caja y apúntela a la pantalla.
Divididos en dos, o tres miembros, conocen a sus personajes-héroes y crean una obra corta utilizando la improvisación. Tras un breve ensayo, se colocan detrás de la pantalla y comienzan a representar el teatro de sombras.

Lista de materiales:
Para pantalla de caja:
-Caja de cartón
-Papel blanco fino o papel pergamino (papel de horno)
-Tijeras o cortapapeles
-Fuente de luz (faro, lámpara de escritorio, linterna del teléfono)
-Cinta
Para la marioneta de sombra:
-Cartón o papel grueso
-Palillos de manualidades o pajitas
-Tijeras
-Cinta

La creación de un ejercicio de teatro de sombras para jóvenes afectados por conflictos armados o guerras puede proporcionar una salida única y creativa para la autoexpresión. El teatro de sombras puede ser una poderosa forma de narración que permite a los participantes compartir sus ex- periencias de una manera simbólica y menos directa. He aquí un ejercicio que puede probar:

Título: "Sombras de resiliencia"
Objetivo: Utilizar el teatro de sombras como medio para que los jóvenes expresen sus sentimientos, experiencias y esperanzas en el contexto de un conflicto armado.
Materiales necesarios:
-Hojas en blanco de papel resistente o cartulina
-Tijeras
-Lápices, rotuladores u otros materiales de dibujo
-Pequeñas luces de mano o linternas
-Una pared en blanco o una hoja grande como superficie de proyección

Instrucciones:
-Introducción (15 minutos)
-Comience discutiendo el concepto de teatro de sombras y su uso como medio para contar historias. Explique que los participantes crearán escenas de sombras que representen aspectos de sus experiencias y de su resiliencia.
-Reflexión y lluvia de ideas (20 minutos)
-Dirija una reflexión guiada sobre los temas de la resiliencia, la fortaleza y la esperanza. Pida a los participantes que piensen en momentos o símbolos concretos que representen para ellos estos conceptos.
-Anímeles a anotar o esbozar estas ideas en un papel.
-Creación de escenas (40 minutos)
-Distribuya las hojas de papel o cartulina en blanco a cada participante.
-Pídales que creen escenas o figuras recortadas que representen los temas que han elegido. Pueden incluir símbolos, personajes o paisajes.
-Destaque que la sencillez puede ser eficaz en el teatro de sombras y que los detalles pueden transmitirse mediante el juego de luces y sombras.
-Montaje de escenas (20 minutos)
-Haga que los participantes dispongan sus escenas recortadas en las hojas de papel o
cartón.
-Indíqueles que tengan en cuenta la colocación de las escenas para crear una historia de sombras visualmente convincente.
-Ensayo (30 minutos)
-Proporcione luces de mano o linternas a los participantes.
-Deles tiempo para que practiquen proyectando sombras sobre una pared o una sábana grande, experimentando con la colocación de las luces y las escenas para contar sus historias con eficacia.
-Representación de juegos de sombras (45 minutos)
-Disponga el espacio de actuación con una pared en blanco o una sábana grande como superficie de pro- yección.
-Invite a los participantes a presentar por turnos sus juegos de sombras al grupo.
-Anímeles a explicar brevemente el simbolismo que hay detrás de sus escenas antes o después de su actuación.
-Reflexión en grupo (20 minutos)
-Facilite un debate en grupo sobre la experiencia. Pregunte a los participantes cómo les hizo sentir crear y compartir sus escenas de sombras.
-Discuta el simbolismo y los temas que surgieron durante las representaciones.
-Opcional: Documentación y exposición (30 minutos)
-Permita que los participantes documenten sus escenas de sombras mediante fotografía o vídeo.
-Crear una exposición de las escenas de sombras, física o digitalmente, para ser-

vo como una representación duradera de la creatividad y la resiliencia de los participantes. Este ejercicio pretende proporcionar una salida creativa a los participantes para que compartan sus historias de una manera simbólica y no conflictiva. Permite la autoexpresión a la vez que fomenta un sentimiento de comunidad a través de la experiencia compartida del teatro de sombras.

Método 4: Mediación

Breve estructura de la directriz sobre meditación a partir del "marco de meditación guiada":

- Comience con un breve debate para centrar la atención de los participantes en una dirección.
- Cuando todos estén cómodos, esta vez, comience a guiar a los participantes hacia un estado meditativo. Empiece despacio, concéntrese en la respiración. Establezca inicialmente el ritmo de la inha- lación y la exhalación para los participantes contando en silencio para sí mismo: 4 segundos en la inhalación, 2 segundos en la parte superior de la respiración, 4 segundos en la exhalación y 2 segundos en la parte inferior de la respiración. A continuación, ayude a los par- ticipantes a liberar tensiones en su cuerpo, concretamente en las zonas donde guardan estrés y otros sentimientos/emociones. Intente guiarles de forma sencilla.
- Cuando la mente y el cuerpo de todos estén relajados, podrán empezar a utilizar su imaginación. Guíeles para que exploren sus pensamientos y sentimientos y utilicen este fértil estado mental para contemplar y autorreflexionar.
- Para los participantes, los momentos más impactantes de una clase de meditación siempre ocurrirán en los momentos en los que usted no está hablando, cuando sus par- ticipantes pueden explorar sus propios pensamientos, sentimientos y emociones sin inte- rrupción ni sugestión.
- Después de hacer participar a la imaginación, inspíreles con preguntas que les hagan pensar o con imágenes guiadas, dejando tiempo para la autorreflexión en silencio. Antes de guardar silencio, diga algo como "mi voz se callará un poco...". Es importante que diga esto para que sus participantes sean conscientes de que está creando intencionadamente el espacio para que puedan ir hacia su interior. De lo contrario, puede que estén esperando su siguiente instrucción en lugar de utilizar su imaginación para contemplar y explorar.
- Una vez transcurrido un tiempo suficiente de reflexión en silencio, vuelva a introducir suavemente su voz diciendo algo como: "Y lentamente, volviendo al sonido de mi voz". Este es un buen momento para pedir a los participantes que se lleven algo de la experiencia. Puede ser en forma de una realización o del simple reconocimiento de un sentimiento.
- A continuación, lleve a sus participantes a través de un reencuentro progresivo con su cuerpo. Empezando por los pies, haciéndoles mover los dedos de los pies y girar los tobillos, subiendo lentamente por el cuerpo y el torso, posiblemente pidiéndoles que se estiren, etc. La idea es que vuelva poco a poco a su cuerpo y los saque de un estado de meditación para llevarlos a un estado de conciencia despierta, de modo que el final de la meditación no les saque bruscamente de un profundo estado de relajación, lo que puede ser perjudicial.
- Por último, pida a los participantes que abran los ojos. Ofrézcales que reconozcan la experiencia que han tenido y que solidifiquen cualquier percepción en su memoria. Si es posible, pídales que escriban durante unos minutos en un diario, sobre cualquier cosa.

Título: "Viaje de fuerza"

Objetivo: Facilitar un ejercicio teatral que fomente la colaboración, el empa- tamiento y la exploración de las fortalezas personales y colectivas.

Materiales necesarios:

- Espacio abierto para el movimiento
- Rotuladores y hojas grandes de papel
- Pequeños objetos de atrezzo o disfraces (opcional)

Instrucciones:

- Calentamiento (15 minutos):

-Comience con un calentamiento físico para ayudar a los participantes a relajarse y concentrarse. Incluya estiramientos, ejercicios de respiración y actividades de movimiento sencillas.

- Anime a los participantes a expresarse físicamente, soltando tensiones.
- Introducción al tema (15 minutos):

-Discuta el concepto de fuerza personal y colectiva. Pida a los participantes que reflexionen sobre momentos en los que se sintieron fuertes, resistentes o apoyados por los demás.

- Comparta una breve historia inspiradora relacionada con la resiliencia para establecer un tono positivo.
- Círculo de cuentos (20 minutos):

-Forme un círculo e invite a cada participante a compartir una breve historia personal de fortaleza o resiliencia. Haga hincapié en que pueden elegir el nivel de detalle con el que se sienten cómodos compartiendo.

- Fomente la escucha activa y las respuestas de apoyo del grupo.
- Escultura de historias colectivas (40 minutos):

-Explique que el grupo creará colectivamente una "escultura viviente" que represente el viaje de la fortaleza. Cada participante contribuirá con una pose o movimiento congelado que simbolice un aspecto de la resiliencia o la fortaleza personal.

-Comience con un participante en el centro, estableciendo una postura que represente el inicio del viaje. Otros se unen gradualmente, añadiendo sus poses para crear una escultura dinámica e interconectada.

-Anime a los participantes a utilizar su cuerpo, sus expresiones faciales y sus gestos para transmitir emociones y experiencias.

- Escenas de improvisación (30 minutos):

-Divida al grupo en equipos más pequeños y proporcione a cada equipo una indicación relacionada con la resiliencia o la fortaleza.

-Los equipos dispondrán de poco tiempo para crear y representar una breve escena de improvisación basada en el guión. Fomente la creatividad y la colaboración.

- Reflexión y debate (20 minutos):

-Tras las representaciones, reúna a los participantes para reflexionar sobre la ex- periencia.

-Discuta los temas comunes que surgieron y cómo hizo sentir el ejercicio a los par- ticipantes.

-Pregunte si hay percepciones o realizaciones sobre su propia fuerza o la fuerza del grupo.

- Creación de arte simbólico (30 minutos):
- Proporcione a los participantes rotuladores y grandes hojas de papel.

-Pídales que, individualmente o en colaboración, creen obras de arte simbólicas que representen la fuerza o la resiliencia colectivas retratadas en el ejercicio teatral.

-Exposición en grupo (15 minutos): Permita que los participantes muestren sus trabajos y expliquen brevemente el simbolismo al grupo. Este puede ser un momento poderoso de logro y reflexión compartidos.

Recuerde abordar estas actividades con sensibilidad, permitiendo a los participantes elegir su nivel de compromiso y respetando sus respon- sabilidades emocionales. El objetivo es proporcionar un espacio de apoyo para la expresión, la colaboración y la exploración de las fortalezas personales y colectivas.

El ejercicio del mapa corporal puede ser una actividad terapéutica y expresiva para los jóvenes afectados por los conflictos armados y la guerra. Este ejercicio permite a los participantes representar visualmente y explorar sus emociones, recuerdos y experiencias en un esquema de tamaño natural de sus cuerpos. He aquí una guía paso a paso:

Título: "Cartografía de la resiliencia"
Objetivo: Facilitar un ejercicio de cartografía corporal para ayudar a los participantes a expresar y reflexionar sobre sus experiencias de forma visual y simbólica.
Materiales necesarios:
- Grandes hojas de papel
- Rotuladores, lápices de colores o ceras de colores
- Cinta o adhesivo para fijar las hojas a la pared
- Tijeras
- Revistas o imágenes impresas (opcional)
- Pegamento (opcional)

Instrucciones:
- Introducción (15 minutos):
- Comience creando un entorno seguro y de apoyo. Haga hincapié en que esta actividad es un viaje personal y expresivo, y que los participantes pueden elegir la profundidad con la que comparten sus experiencias.
- Calentamiento y relajación (15 minutos):
- Dirija un breve ejercicio de relajación para ayudar a los participantes a ser más conscientes de su cuerpo y sus sentimientos. Incorpore respiraciones profundas y estiramientos suaves.
- Explicación de la cartografía corporal (15 minutos):
- Discuta el propósito del ejercicio del mapa corporal. Explique que los participantes crearán una representación visual de sus experiencias, emociones y puntos fuertes dibujando o escribiendo sobre un esquema de tamaño natural de sus cuerpos.
- Creación del esquema corporal (40 minutos):
- Proporcione a cada participante una hoja de papel grande.
- Indíqueles que se tumben sobre el papel mientras un facilitador o un compañero rastrea su contorno.
- Anime a los participantes a ser creativos a la hora de colocar sus cuerpos en el papel y asegúreles que pueden elegir representar sólo partes concretas o el cuerpo entero.
- Representación simbólica (30 minutos):
- Una vez creados los esquemas corporales, los participantes pueden utilizar rotuladores, lápices de colores o ceras para representar simbólicamente sus emociones, recuerdos y experiencias en sus mapas corporales.
- Pueden utilizar colores, formas y símbolos para transmitir diferentes aspectos de su viaje, como los retos, los puntos fuertes, los sistemas de apoyo y las aspiraciones.

-Los participantes pueden recortar imágenes que les resuenen e incorporarlas a sus mapas corporales utilizando pegamento.

-Reflexión y puesta en común (30 minutos):

-Tras completar sus mapas corporales, dé a los participantes la oportunidad de reflexionar sobre sus creaciones.

-Fomente una sesión de puesta en común voluntaria en la que los participantes puedan hablar de sus obras de arte y del simbolismo que hay detrás de sus elecciones. No obstante, haga hincapié en que la puesta en común es opcional.

-Presentación y clausura (15 minutos):

-Pegue o fije los mapas corporales completados a la pared en una exposición tipo galería.

-Mantenga un debate final sobre la experiencia, centrándose en los conocimientos adquiridos y la fortaleza demostrada a través del proceso creativo.

Este ejercicio de mapa corporal proporciona una salida no verbal y simbólica para que los parti- cipantes expresen sus pensamientos y emociones relacionados con sus experiencias con los conflictos armados y la guerra. También permite expresiones individualizadas de resiliencia y fortaleza, fomentando un sentimiento de empoderamiento y conexión dentro del grupo.

Fuentes:

Clase magistral
https://www.masterclass.com/articles/7-acting-warmups-games-and-techni-ques-for-actors#sK89k81XBlKq3zVMINrtm
Teatro Folk: https://www.theatrefolk.com/blog/improv-games-for-collaboration/
0.https://kids.frontiersin.org/articles/10.3389/frym.2017.00006
1.https://www.canada.ca/en/health-canada/services/home-garden-safety/use-arts- manualidades-materiales-seguros.html
2.https://www.shamimasworkshop.com/art-and-craft-safety 3.Shelley Klammer: 100 ejercicios de arteterapia
https://intuitivecreativity.typepad.com/expressiveartinspirations/100-art-therapy-exerci- ses.html
Psicología positiva:
https://positivepsychology.com/expressive-arts-therapy/ **Juegos dramáticos:** https://dramaresource.com/drama-games/
1.https://guidedmeditationframework.com/blog/how-to-guide-a-meditation-class
2.https://www.michaelshank.tv/strategic-arts-based-peacebuilding/

Alfabetización mediática

Por Weronika Knowska

En las regiones asoladas por la guerra y los conflictos armados, los jóvenes se encuentran a menudo atrapados en una red de radicalización y polarización. El entrelazamiento de narrativas y propaganda sesgadas, propagadas tanto por sus allegados como a través de los medios de comunicación, aviva aún más las llamas del odio y la parcialidad radical. La omnipresente influencia de los medios sociales, unida a las noticias entrelazadas con métodos de guerra híbrida, crea burbujas de información que aprisionan a los jóvenes dentro de una narrativa ineludible de "nosotros contra ellos". En circunstancias tan desafiantes, se hace evidente el imperativo de la alfabetización mediática y la educación en línea del pensamiento crítico. Dotar a los jóvenes de las habilidades necesarias para navegar a través de narrativas distorsionadas, cuestionar las fuentes y discernir los matices de la información es crucial para liberarse de los grilletes de la pola- rización y fomentar una juventud más informada y resistente ante los conflictos. En el siguiente capítulo exploraremos las diferentes partes de la educación en alfabetización mediática en el contexto del trabajo con jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados.

¿Qué es la alfabetización mediática?
La Asociación Americana de Educadores en Alfabetización Mediática define la alfabetización mediática como: "La capacidad de **acceder, analizar, evaluar, crear y actuar** utilizando todas las formas de comunicación".

¿Cómo podemos explicárselo a los jóvenes con los que trabajamos? Imagínese que está desplazándose por su feed de las redes sociales y se encuentra con un artículo de noticias o un post sobre un acontecimiento de actualidad. La alfabetización mediática, en pocas palabras, es como tener un superpoder que te ayuda a dar sentido a lo que ves y lees.

Esto es lo que pretende la Asociación Americana de Educadores en Alfabetización Mediática:
El acceso: Se trata de ser capaz de encontrar y obtener información. Por lo tanto, si sabe acceder a los medios de comunicación, sabrá dónde buscar noticias o contenidos que le interesen. **Analizar:** Esto significa examinar la información detenidamente. ¿Proviene de una fuente fiable? ¿Parece equilibrada o existe una perspectiva o sesgo específico? **Evalúe:** Una vez que haya analizado la información, decida si es fiable o no. Es usted como un detective que busca pistas para saber si algo es exacto y justo.
Crear: ¡Esta parte trata de usted! La alfabetización mediática también consiste en expresarse a través de diferentes formas de comunicación. Puede ser escribiendo un blog, creando vídeos o incluso simplemente compartiendo sus pensamientos en línea.
Actuar: ¡Ahora, la parte del superhéroe! No se trata sólo de entender los medios de comunicación; se trata de utilizar ese conocimiento para tomar decisiones informadas o actuar. Puede ser compartiendo información fiable, oponiéndose a la desinformación o incluso simplemente siendo consciente de cómo influyen los medios en sus opiniones.

Así pues, estar alfabetizado en medios de comunicación es como disponer de un conjunto de herramientas para navegar por el vasto mundo de la información, comprenderlo y utilizar esa comprensión para ser un informador y un participante activo en la sociedad actual impulsada por los medios de comunicación.

¿Es toda la información engañosa igual y necesariamente mala?

Identificamos 3 tipos principales de información engañosa:

-Información errónea: Información falsa o engañosa, pero no creada con la intención de causar daño.
-Desinformación: Información falsa y creada deliberadamente para perjudicar a una persona, grupo social, organización o país.
-Malinformación: Información basada en la realidad, utilizada para infligir daño a una persona, organización o país.

¿Cómo podemos explicárselo a los jóvenes con los que trabajamos?

Utilice ejemplos de la vida real:

- La desinformación puede ser una información compartida por error, una broma o una sátira
- no han sido creados para causar daño o infligir odio. Un buen ejemplo de ello puede encontrarse en sitios web de sátira como The Onion o en sketches que se burlan de personajes públicos como los realizados por el SNL.
- La desinformación es una información falsa y creada deliberadamente para perjudicar a una persona. Puede encontrar muchos ejemplos de desinformación en línea en los sitios web de comprobación de hechos. Aquí tiene una lista de Wikipedia de los sitios de comprobación de hechos en diferentes regiones y países: https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_ fact-checking_websites

La malinformación es probablemente la más difícil de explicar de las tres, ya que se trata de una información basada en la realidad, utilizada para infligir daño a una persona, grupo o nación. Por lo general, una imagen o un vídeo de un incidente anterior se utiliza de una forma nueva para herir e incitar al odio hacia determinadas comunidades. También puede tratarse de una estadística manipulada his- toricamente. Se pueden encontrar ejemplos de esto en sitios web de comprobación de hechos; sólo asegúrese de buscar la fuente original de la imagen o cifra utilizada para ilustrar cómo el uso de información errónea puede alterar el contexto o la percepción de la misma información.

Dé a los jóvenes ejemplos de cada tipo de información manipulada, y luego déles más ejemplos mientras juegan al juego "adivina el tipo de información manipulada". Esto les permitirá practicar los conocimientos que han aprendido utilizando ejemplos del mundo real, y usted podrá determinar si comprenden los diferentes tipos de información manipulada.

NOTA IMPORTANTE PARA LOS **FACILITADORES** El objetivo de incorporar la educación en li- teracy mediática en el trabajo de los jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados no es emitir un juicio sobre sus perspectivas respecto a situaciones o grupos específicos, ni se pretende poner de relieve sus prejuicios o, lo que es más importante, exponerles a información traumática sobre acontecimientos que han vivido. Por el contrario, el objetivo primordial es dotarles de herramientas esenciales para iden- tificar la información manipulada y emplear habilidades de pensamiento crítico al navegar por diversas noticias y fuentes de información. A la luz de esto, es crucial que los facilitadores sean conscientes de los ejemplos utilizados para introducir conceptos de lite- ratura mediática. Para crear un entorno de aprendizaje seguro y neutral, los ejemplos deben evitar centrarse en los conflictos armados, los inmigrantes o los refugiados. Manteniendo una postura neutral en los ejemplos proporcionados, los facilitadores pueden capacitar eficazmente a los jóvenes para que desarrollen las habilidades necesarias para evaluar y cri-

ticamente el contenido de los medios de comunicación sin desencadenar recuerdos o sentimientos potencialmente angustiosos relacionados con sus experiencias personales.

Regla del CES para detectar información engañosa

La regla ESC (Emociones, Fuente, Afirmación) es un método muy sencillo pero eficaz que capacita a los individuos para comprometer sus habilidades de pensamiento crítico en el discernimiento de la información mani- pulada. La regla ESC sirve de valiosa guía a la hora de navegar por el complejo panorama de los contenidos de los medios de comunicación, proporcionando un enfoque estructurado para la evaluación.

¿Cómo podemos explicárselo a los jóvenes con los que trabajamos? Emociones: Piense en cómo le hace sentir algo que ve o lee. ¿Intentan hacerte realmente feliz, enfadarte o asustarte a propósito? Esa es una gran bandera roja. A veces, la gente utiliza las emociones fuertes para conseguir una reacción, así que es esencial darse cuenta de si algo está intentando jugar con sus sentimientos.
Fuente: Considere de dónde procede la información. Imagínese que es como comprobar si su tienda en línea favorita es legítima antes de comprar algo. ¿Es la fuente un lugar fiable, como un sitio de noticias de confianza o una organización conocida? Si procede de una fuente desconocida o poco fiable, es posible que no lo sea.

Afirme: Fíjese en el punto o idea principal que le están contando. ¿Tiene sentido o parece demasiado descabellada para ser cierta? Es como comprobar los hechos de la alocada historia de su amigo antes de creérsela. Si la idea central no coincide con lo que usted sabe, puede que haya gato encerrado.
Así pues, la regla ESC es como tener una lista de comprobación en nuestra mente para averiguar si lo que estamos viendo u oyendo es fiable. Se trata de tener cuidado con las emo- ciones furtivas, comprobar si la fuente es fiable y asegurarse de que la idea principal realmente tiene sentido. De este modo, podrá ser un detective inteligente de los medios de comunicación y no dejarse engañar por información engañosa.

¿Cómo podemos practicarlo?
Ofrezca a los jóvenes ejemplos de noticias diferentes, tanto manipuladas como dignas de confianza, y luego deles más ejemplos mientras juegan al juego "¿es falso?". Esto les permitirá practicar los conocimientos que han aprendido utilizando ejemplos del mundo real, y usted podrá determinar si pueden utilizar la regla ESC.

Otras preguntas que hacerse sobre la finalidad y la presentación de los medios de comunicación La norma ESC es muy útil para la primera evaluación de las noticias, pero es bastante limitada. Aquí tiene otras preguntas que debería hacerse para reflexionar más sobre la finalidad y la presentación de la información a la que está sometido:

- ¿Cuál es el mensaje principal?
- ¿Quién creó el mensaje?
- ¿Por qué se hizo este mensaje? ¿Quién pagó (o está pagando) este mensaje?
- ¿Cómo intenta el mensaje captar su atención?
- ¿Quién está representado en el mensaje? ¿Y quién falta?

¿Cómo podemos practicarlo?
Prepare los ejemplos de "estudio de caso" de los mensajes de las noticias: busque en Internet los artículos (preferiblemente de contenido manipulado), divida a los jóvenes con los que va a trabajar en grupos de 3/4 personas, entrégueles un ejemplo sobre el que trabajar y deje que respondan a las preguntas basándose en ese artículo. A continuación, deje que los participantes presenten los efectos de su trabajo y que los debatan en el plenario con el grupo.

¿Por qué debemos hablar de la alfabetización mediática en el contexto de los conflictos? Puede concluir las sesiones de alfabetización mediática con los jóvenes con los que está trabajando con un debate abierto sobre el tema de por qué deberíamos hablar de la alfabetización mediática en el contexto de los conflictos.

¿Por qué deberíamos hacerlo?
Hablar de alfabetización mediática en el contexto de los conflictos es crucial por algunas razones importantes:

-Navegue por la jungla informativa: En tiempos de conflicto, hay mucha información pululando por ahí, y no toda es exacta. La alfabetización mediática le ayuda a convertirse en un explorador experto en esta jungla de información. Es como tener un mapa del tesoro que le guía hacia fuentes fiables y le aleja de la información engañosa o sesgada.
-Protéjase de la manipulación: A veces, la gente intenta manipular la información para hacerle pensar de una determinada manera o sentir una determinada emoción. La alfabetización mediática es su poder de superhéroe para reconocer cuándo alguien está intentando hacer trucos con la información. Le ayuda a ver a través del humo y los espejos, haciéndole menos propenso a ser engañado o influenciado por la desinformación.
-Comprender las diferentes perspectivas: Los conflictos suelen implicar a diferentes bandos con sus propias historias. La alfabetización mediática es como ponerse unas gafas especiales que le permiten ver las cosas desde varias perspectivas. Le ayuda a comprender diferentes puntos de vista, fomentando la empatía y evitando que se quede atascado en una visión unilateral de la situación.
-Sea un ciudadano activo e informado: En medio de los conflictos, es esencial ser un ciudadano activo e informado. La alfabetización mediática le capacita para comprometerse con el mundo de forma crítica. Puede compartir información precisa, hacer preguntas importantes y contribuir a los debates de forma significativa. Se trata de ser parte de la solución y no un mero observador pasivo.
-Proteja su bienestar mental: Los conflictos pueden estar cargados emocionalmente, y la alfabetización mediática actúa como un escudo para su bienestar mental. Le ayuda a filtrar los contenidos que pueden ser angustiosos o perjudiciales, permitiéndole relacionarse con la información de un modo que no repercuta negativamente en su salud mental.

El proceso de evaluación y la matriz de riesgos

Por Weronika Knowska y Giulia Stefanelli

.En contextos de conflicto armado, los jóvenes, especialmente los menores, constituyen un grupo especialmente vulnerable para el que las organizaciones deben dotarse de herramientas de evaluación de riesgos. Cuando se planifica o se tiene que revisar desde la perspectiva de la protección de la infancia una actividad de un programa o proyecto, se debe llevar a cabo una evaluación de riesgos (Risk Assessment) inherente a la protección de los niños frente al riesgo de abuso o explotación, con el fin de identificar las medidas más apropiadas para mitigar y gestionar cualquier riesgo identificado.

A continuación encontrará un ejemplo de una Evaluación de Riesgos básica. Implica un análisis del proyecto de actividades en función de unos pocos puntos/preguntas clave que permiten elaborar una Matriz de Riesgos que incluya acciones de gestión e indicaciones de responsabilidades para gestionar y supervisar los riesgos identificados.

EL PROCESO DE EVALUACIÓN DE RIESGOS

Paso 1- Identificar los riesgos para la protección de la infancia.

Los diferentes enfoques que se suelen utilizar para identificar los riesgos incluyen: listas de comprobación que deben verificarse, evaluaciones y juicios basados en la experiencia, la intuición y el análisis de sistemas y situaciones.

Las preguntas clave que hay que responder para entrar en esta primera y más general Evaluación de Riesgos son:

-¿Cuáles son los detalles prácticos del proyecto (por ejemplo, de las acciones de diseño en las distintas ciudades) a la luz de los factores de riesgo clave?
-¿Qué podría ir mal/salir mal?
-¿Qué probabilidad hay?
-¿Cuáles podrían ser las consecuencias?
-¿Qué hay que hacer para minimizar los riesgos? ¿Quién debe hacerlo?
-¿Cómo supervisamos este proceso?

Cuando evaluamos el diseño de acciones o programas para asegurarnos de que son seguros para las niñas, niños y adolescentes a los que van dirigidos y para que los niños para los que trabajamos estén protegidos de cualquier tipo de abuso o explotación, tal y como establece la Política de Salvaguarda de la Infancia (PSI), tenemos en cuenta "al menos" siete factores de riesgo específicos, articulados en función de determinados aspectos de los que se dan ejemplos.

El modelo está tomado de las normas promovidas por https://www.keeping-childrensafe.global/international-child-safeguarding-standards/, que le sugerimos consultar para más detalles.

FACTORES DE RIESGO	ASPECTOS DEL RIESGO, EJEMPLOS
EDAD/VULNERABILIDAD DEL NIÑO	-niños muy pequeños -bajo nivel de escolarización -niños huérfanos o abandonados -niños con discapacidad -niños que ya han sufrido abusos o explotación sexual -falta de supervisión parental -niños que han sido desarraigados de su comunidad/contexto
LUGAR/PROCEDIMIENTOS	-zonas aisladas -zonas catastróficas en guerra o disturbios civiles -zonas superpobladas -campamentos de refugiados -proyectos situados lejos de la comunidad o en lugares aislados -cuidadores que visitan los hogares infantiles -peligros físicos presentes en el entorno (por ejemplo, falta de agua, tráfico, etc.)
ACTIVIDADES	-trabajar en contacto directo con los niños actividades realizadas "uno a uno" -contacto físico esperado -tareas de higiene personal -utilización de voluntarios
PERSONAL	-operadores no investigados adecuadamente (por ejemplo, entrevistas, antecedentes penales y re- ferencias) -Reclutamiento rápido para responder a una emergencia -supervisión inadecuada por parte de un directivo -operadores que no conocen y no han recibido formación sobre el CSP -no firmar el código de conducta.
SUPERVISIÓN (por un responsable)	-los operarios trabajan sin la supervisión de un supervisor -voluntarios no supervisados por operadores (personal) -falta de supervisión formal -falta de responsabilidad o transparencia en las prácticas -supervisión inexistente o informal (por ejemplo, visitantes que pueden asistir al proyecto mientras se realizan actividades con niños que no son supervisado por el personal)
CULTURA ORGANIZATIVA	-organización cerrada o desconocedora de los derechos de protección de la infancia -bajo nivel de adhesión a las cuestiones de protección infantil por parte de los directivos o el personal -no promoción de medidas de protección o mensajes clave -presencia de una cultura de "no plantear preocupaciones" o de "no denunciar el comportamiento ina- propiado del personal"
FACTORES DE RIESGO LOCALES	-deficiencia en la aplicación de las leyes para la protección o el castigo del maltrato infantil -deficiencias en los servicios de bienestar infantil -territorio donde hay organizaciones criminales que afectan a los niños y a la comunidad -trata con fines de explotación sexual -trabajo infantil

La presencia o detección de uno o más de estos factores debe llevar a verificar, para cada acción individual del proyecto, la probabilidad de que los niños puedan ser víctimas de abusos, entender cuáles y por quién e identificar las acciones para mitigar o anular ese riesgo.

Paso 2- CONSIDERE LA PROBABILIDAD DE QUE EL RIESGO SE CONCRETE.
Dentro de la matriz, se asignará un número (de 5 a 1) para indicar hasta qué punto consideramos probable que se produzca el área de riesgo identificada, de acuerdo con la siguiente escala:

5- prácticamente seguro (se espera que ocurra en casi todas las circunstancias)
4- probable (probablemente ocurrirá en muchas circunstancias)
3- posible (podría ocurrir a veces) 2- improbable (no
se espera que ocurra)
1- raro (se espera que ocurra sólo en circunstancias excepcionales)
Asignar una puntuación es útil para establecer las prioridades o la urgencia de las acciones: al or- ganizar las medidas para reducir/cancelar los riesgos, empezaremos por los que tienen más probabilidades de materializarse (4 ó 5) pero también consideraremos aquellos cuyas posibles consecuencias sean graves.

Considere entonces las consecuencias del riesgo:
Son igual de importantes que la probabilidad de que ese factor de riesgo se pre- sentencie/ocurra. ocurrencia. Se definen según la siguiente escala 5-serio, 4-grande, 3-moderado, 2-menor, 1-casi ninguno.
Por ejemplo, podría ser poco probable (2) que un operador potencial tenga un historial de comportamiento sospechoso o abusivo hacia menores; sin embargo, las conse- cuencias de contratar a una persona para trabajar en una comunidad de personas vulnerables serían graves

Paso 3- ESTRATEGIAS PARA MINIMIZAR LOS RIESGOS.
A continuación, intentaremos esbozar qué estrategias o acciones podemos poner en marcha para minimizar los riesgos identificados. Algunos ejemplos de posibles intervenciones para mitigar los riesgos son:
- Supervisar y evaluar (cuando el riesgo es bajo)
- Evitar actividades (cuando el riesgo es demasiado alto)
- Modificar las políticas, los procedimientos o los planes para reducir la posibilidad de daños
- Transferir la actividad a otra organización o formar asociaciones
- Continuar con el proyecto y aceptar el riesgo de que ocurra algo
- Otros:.....

Al definir las estrategias para mitigar los riesgos, también es necesario indicar: cómo se hará, quién lo hará, cómo se supervisará 2.

Paso 4- SEGUIMIENTO DEL RIESGO.
El proceso de evaluación y gestión de riesgos inherente a la Protección de la Infancia debe ser precisamente un proceso, continuo en el tiempo. La supervisión del riesgo es también un elemento esencial en la revisión de la Política y las Directrices de Protección. Al rellenar la Matriz de Riesgos que figura a continuación, es necesario indicar cómo, cuándo y responsabilidades/roles en el seguimiento.

- ¿Siguen presentes los riesgos identificados anteriormente?
- ¿Se han reducido, controlado, gestionado gracias a las estrategias puestas en marcha?
- ¿Existen nuevos tipos de riesgos?
- ¿Qué nuevas estrategias son necesarias para reducir, eliminar o controlar los riesgos emergentes?

LA MATRIZ DE RIESGOS

Para facilitar el proceso de evaluación de riesgos utilizamos una matriz descriptiva que debe elaborarse teniendo en cuenta los puntos anteriores. La matriz sirve para indicar y resumir de forma inmediata los riesgos específicos del proyecto detectados en contextos/ubicaciones indivi- duales.

La matriz requerirá que la persona que la cumplimente resuma el contexto, un análisis del riesgo individual, la probabilidad de que se produzca y las acciones que deben ponerse en marcha para mitigar ese riesgo. Esto es para cada actividad del proyecto para la que exista una probabilidad de riesgo inherente a la protección de menores.

A continuación se muestra un ejemplo de matriz compilada para la revisión anual de las actividades del programa (Save the Children Australia, 2010)

proyecto:

Los contextos de conflicto armado es guerra pueden ser fértiles para los fenómenos de trata de seres humanos, aunque los monitores juveniles no sean trabajadores sociales es importante activar al menos algunas formas de detección primaria para identificar las situaciones de riesgo que luego se comunicarán a los profesionales y a las autoridades competentes. He aquí algunos elementos que pueden orientar la observación.

El artículo 3 del Protocolo Adicional sobre la Trata de Personas define la trata de la siguiente manera: **"**Por trata de personas se entenderá la captación, el transporte, el traslado, la acogida o la recepción de personas, recurriendo al uso o a la amenaza del uso de la fuerza u otras formas de coacción, al rapto, al fraude, al engaño, al abuso de poder o de una situación de vulnerabilidad, mediante la entrega o recepción de sumas de dinero o beneficios para obtener el consentimiento de una persona que tenga autoridad sobre otra, con fines de explotación. La explotación incluye, como mínimo, la explotación de la prostitución u otras formas de ex- plotación sexual, los trabajos o servicios forzados, la esclavitud o las prácticas análogas a la esclavitud, la servidumbre o la extracción de órganos.

La identificación de las víctimas de trata se basa en la comprensión de los elementos ge- nerales que pueden surgir de una entrevista con el trabajador social o en otras circunstancias.

La identificación de una víctima de trata es crucial para garantizarle una protección y una asistencia adecuadas, ya que constituye el primer paso para darle la oportunidad de salir de la situación de sometimiento en la que se encuentra.

Tras la identificación preliminar, por supuesto, sigue una identificación formal llevada a cabo por personas cualificadas y autorizadas tras la remisión de la organización social, el operador, etc.

CRIBADO INICIAL (IDENTIFICACIÓN PRELIMINAR)

-Primera cara (perfil de la persona, sexo, edad, origen, signos físicos, actitud de la persona, orientación sexual)
-Antecedentes (familia, situación económica)
-Mujer o menor viajando solo
-Persona vulnerable acompañada por alguien a quien no conoce o con quien no tiene una relación clara
-Presencia de un benefactor a la salida
-Ruta que presenta las características típicas de las rutas utilizadas por las organizaciones delictivas
-Escaso conocimiento del viaje
-Paso de "anfitrión" a "persona anfitriona
-Experiencias de explotación
-No pagar el viaje
-Retirada de documentos de identidad en el país de tránsito o destino
-Muchos abortos pasados
-Cierre hacia el operador
-Desconfianza y rechazo de la asistencia médica
-Personas sin hogar
-Sin domicilio fijo, hospitalidad con conocidos
-Presencia irregular en el país de acogida durante mucho tiempo
-Desconocimiento de la lengua local a pesar de estar en el territorio
-Signos físicos
-Cansancio excesivo y malestar físico
-Horario diario anormal (sale muy tarde por la noche)
-Actitud ansiosa
-Declara no tener tarjeta SIM en su teléfono o no tener teléfono
-Escasa libertad de movimiento en la zona
-Ropa y accesorios llamativos y nuevos a pesar de afirmar que no trabajan

El papel del monitor juvenil durante la hipotética identificación preliminar es la observación de factores; además de los mencionados anteriormente, también existen detalles muy útiles para el reconocimiento de las víctimas potenciales como:

-Miedo, ansiedad, falta de confianza, temor a la policía;
-Falta de claridad tanto en el relato del viaje como en la información personal;
-La víctima permite que otros hablen por ella;
-Pasa mucho tiempo al teléfono;
-Tiene tatuajes, marcas u otros símbolos que recuerdan el concepto de "pertenencia"; NB. En un principio, el operador deberá prestar especial atención a la comunicación no verbal, los signos físicos y la actitud de la persona.

Una víctima de trata puede ser físicamente muy cerrada, suele mantener la mirada baja, nunca mira a la cara a su interlocutor, se aísla del grupo

(a menos que se trate de un grupo de personas que hablan el mismo dialecto que él/ella y que potencialmente podrían ser un grupo de víctimas).
Cada situación es diferente, pero el papel del monitor juvenil es controlar la imaginación, que "puede crear muchas trampas". A veces nos informamos, estudiamos ciertos temas y factores de riesgo relacionados con fenómenos del ámbito en el que trabajamos y nos centramos tanto en ellos que dejamos de ver las situaciones como son en realidad.

A veces, algunas personas que pueden parecer víctimas no lo son.

Por lo tanto, el operador debe encontrar la objetividad de la situación sin forzar una víctima hipotética y sin crear fac- tores de riesgo o de identificación que no existen.

En el caso de una posible víctima, es importante distanciarla (incluso con una excusa), si está presente, de la persona vecina que podría ser hipotéticamente el explotador. (A menudo pueden presentarse como un miembro de la familia, el marido, un amigo íntimo de la familia)

¿CÓMO IDENTIFICAR A LA PERSONA "INSEGURA" AL LADO DE LA VÍCTIMA?
(si está presente)
-habla en el lugar de la víctima
-se apodera de los bienes materiales de la víctima (dinero, teléfono, docu- mentos)
-no conoce los datos personales de la víctima (fecha de nacimiento, pasiones, datos de su infancia, ambiciones)
-si se acerca a la víctima, ésta tiene una actitud de "miedo", distanciándose

Es necesario apartar a esta persona para encontrar un espacio adecuado y seguro para realizar una entrevista con la víctima potencial.
Un espacio adecuado garantiza la confidencialidad.
NB. Algunas víctimas de la trata, especialmente las mujeres jóvenes, pueden no ser capaces de reconocer las experiencias traumáticas que han sufrido. Además, es posible que no confíen en el facilitador porque lo ven como algo parecido a una fuerza autó- ritara.
Una forma de crear un espacio seguro es proporcionar una trabajadora y mediadora en el caso de una víctima femenina e informarse sobre la cultura, la religión del país de origen.

AMBIENTE SERENO:

-actitudes tolerantes
-sin prejuicios
-respeto por el sufrimiento y el tiempo de la persona
-no concentrarlo todo en una entrevista
No concentrarlo todo en una entrevista permite al profesional ob- servar a la víctima incluso en los momentos cotidianos.

Es muy importante dar a la víctima información útil, aunque no haya

confirmación de la víctima. Informe a una posible víctima sobre las posibilidades que tiene, los servicios, los profesionales que pueden intervenir.

Hemos hablado largo y tendido en el capítulo de prevención y respuesta a los riesgos relativos al grupo objetivo de nuestro proyecto, pero también podemos construir una matriz de análisis de riesgos para las actividades y los operadores del proyecto.
Proponemos aquí una Herramienta de Evaluación y Gestión de Riesgos desarrollada por Save the Children, elegimos esta herramienta porque nos pareció que tenía elementos de afinidad con el trabajo con jóvenes y porque Civico Zero, un pro- yecto de Save the Children en Turín, Italia, fue uno de los contextos en los que desarrollamos la experimentación local de los contenidos del proyecto.

La herramienta SRM se utiliza para identificar los riesgos (B-J); identificar las medidas de mitigación (K- O); identificar las medidas de contingencia, es decir, qué estrategias activar cuando se produce la situación de riesgo (P)
La plantilla consta de 6 campos y debe rellenarse si es posible en el con- texto de las discusiones de equipo cada 3 meses o si se producen cambios sustanciales en el entorno de trabajo:

1) Evaluación del riesgo en la que se describan cualitativamente el riesgo y el contexto

Evaluación de riesgos

Tipo de riesgo	***Análisis de la situación***
Ejemplo: Ataques/amenazas	

2) Evaluación específica de los proyectos y programas individuales con respecto al riesgo específico. Cuáles son las vulnerabilidades del programa individual con respecto al riesgo específico y cuáles son los puntos fuertes y las posibles mitigaciones del riesgo que presenta el programa.

Análisis de vulnerabilidad

Programa	***Vulnerabilidad***	***Fortalezas/mitigaciones***
Evaluación		

3) El objetivo del análisis de riesgos es dar un valor cuantitativo y numérico de 1 a 5 al impacto del riesgo en el proyecto si se ma- terializa y a la probabilidad de que se materialice. El riesgo viene dado por la relación entre estos dos elementos.

Análisis de riesgos

Impacto	*Probabilidades*	*Riesgo*
3	*3*	

4) La columna de estrategias de mitigación del riesgo requiere una descripción cualitativa de las estrategias para evitar que se produzca el riesgo.

Mitigación

Estrategias propuestas

5) En el riesgo residual, se requiere cuantificar de nuevo el riesgo, en este punto residual, tras la aplicación de las estrategias de mitigación.

Riesgo residual

Impacto	*Probabilidades*	*Riesgo*
3		

6) Las estrategias de contingencia son las que se aplican en caso de que se produzca un riesgo para mitigar su impacto negativo en el programa.

Contingencia

Estrategias propuestas

Referencias

"Identificazione delle vittime di tratta tra i richiedenti protezione internazionale e procedure
di remisión"
"Manuale formativo sulla tratta di esseri umani per operatori e operatrici di centri di acco- glienza per persone migranti, richiedenti asilo e rifugiate"
"Piano nazionale d'azione contro la tratta e il grave sfruttamento 2022-2025"

Security Risk Assessment & Management (SRM) tool, Simona Mortolini, Operations Quality, Innovation and Support Lead, Safety and Security focal point, Save the Children Italia

Defensa y participación de los jóvenes en contextos afectados por la guerra Por Erion Krasniqi

Introducción

La defensa es la encarnación de la acción, impulsada por el compromiso apasionado de apoyar, recomendar o poner en práctica acciones alineadas con causas que resuenan profundamente en nosotros. Es la afirmación de nuestro derecho a tener voz en las decisiones que afectan a nuestras vidas, independientemente de nuestra edad o condición. Cuando nos ad- vocamos a una causa, nos erigimos en guardianes vigilantes de nuestros derechos, haciendo que quienes ostentan la autoridad rindan cuentas para garantizar la preservación y el cumplimiento de nuestros derechos fundamentales.

Es crucial reconocer que la defensa de los derechos no consiste en buscar favores o dádivas, sino en hacer resonar nuestras voces, especialmente en nombre de los segmentos más vulnerables de la sociedad. A través de la promoción, aprovechamos la fuerza colectiva de la juventud para defender los derechos, defender iniciativas e impulsar el cambio. Es una potente herramienta capaz de moldear políticas, programas, comportamientos, instituciones e inversiones, impulsando cambios transformadores en la sociedad.

Aunque a menudo los focos se centran en los movimientos de defensa a gran escala, como #FeesMustFall, #FridaysForFuture y #BlackLivesMatter, es esencial comprender que la defensa abarca un espectro de acciones, tanto grandiosas como sutiles. Desde el arrollador impulso de los movimientos mundiales hasta la silenciosa determinación de los gestos individuales, la defensa se manifiesta de múltiples formas. Puede ser tan simple como intervenir para prevenir el acoso escolar, difundir información sanitaria para promover el bienestar o expresar ideas a través de blogs y relatos personales. Además, la defensa se extiende a efectuar cambios legislativos a través de manifestaciones y concentraciones organizadas, amplificando las voces para catalizar el progreso de la sociedad.

("Guía de promoción juvenil de UNICEF")

Partimos del conocimiento de que todos los cambios sociales, políticos y culturales han sido impulsados por los jóvenes dentro de la sociedad. En sus textos sobre análisis de conflictos, Lederach habla de los jóvenes como potenciales para la paz. Potenciales porque son un grupo social que puede generar cambios positivos y tienen una mayor motivación para buscarlos y perseguirlos, también porque son precisamente los jóvenes las principales víctimas de la paz.porque son precisamente los jóvenes las principales víctimas de la violencia directa, cultural y sistémica.Ser potenciales significa que la sociedad y quienes trabajan con los jóvenes deben activar vías que permitan que este potencial se exprese. Fundamental es no utilizar una lente paternalista y una visión adultocéntrica que se centre en las supuestas carencias, desde el punto de vista adulto, de los jóvenes, y no en sus capacidades.

En el estudio publicado en 2021 por la Asociación para la Juventud entre la Unión Europea y el Consejo de Europa en el ámbito de la juventud titulado "Participación política significativa de los jóvenes" se analizaban las nuevas tendencias en la participación política de los jóvenes. En concreto se habla de "participación política individualizada", una forma de participación que se ha desarrollado de la mano, según Benne- tt (2012), de la fragmentación social y el declive de la pertenencia a grupos, dando paso a una forma de participación basada en expresiones y elecciones individuales que desembocan en acciones colectivas capaces de contribuir a causas políticas. Esto podría definirse como la "politización de las elecciones individuales".

Las guerras y los conflictos armados actuales, caracterizados en la mayoría de los contextos por una geo- pardización de las experiencias, llevan al extremo esta individualización de las elecciones: algunos jóvenes optan por alistarse en el ejército o en grupos armados, incluso irregulares, algunos huyen dentro o fuera del país, algunos se implican en la sociedad civil, algunos intentan sobrevivir y mantener su propio nivel y hábitos de vida, casi ignorando la guerra, algunos adoptan una postura firme contra la guerra o se encuentran cuestionando su propia identidad, muchos experimentan fuertes traumas psicológicos que se manifiestan en forma de retraimiento social, apa- sia, depresión y, en algunos casos, verdaderas enfermedades psiquiátricas. En este con- texto, es muy difícil animar y apoyar la construcción de movimientos juveniles que sitúen los derechos de los jóvenes en el centro y que vean a los jóvenes como protagonistas en la construcción de sociedades resistentes a la violencia organizada.

Pero, ¿por qué promover la participación de los jóvenes?

1. La Convención sobre los Derechos del Niño establece ante todo el derecho a participar en los asuntos que les afectan directamente porque el derecho a participar es
   relevantes para el ejercicio de otros derechos.
2. La participación permite a los jóvenes promover el cambio a su alrededor, un reparto del poder y la inclusión de los jóvenes en los procesos de toma de decisiones.
3. Los jóvenes son los más experimentados con respecto a los retos que les afectan personalmente , su implicación permite analizar las necesidades y estructurar las
   soluciones más eficaces.
4. Porque proporciona una experiencia concreta en la que desarrollar aptitudes personales y profesionales.

El modelo de participación de Lundy describe 4 necesidades centrales para que los jóvenes se impliquen en los procesos de participación:

- la necesidad de Espacio: los jóvenes necesitan espacios seguros y oportunidades inclusivas.
- la necesidad de hacer oír la propia voz; apoyar la capacidad de expresar las propias opiniones y de argumentarlas; valorar las opiniones de los jóvenes y garantizar que puedan
  ir acompañados de análisis territoriales y de necesidades;
- la necesidad de tener una audiencia: las opiniones de los jóvenes deben ser comunicadas a través de canales eficaces y horizontales a quienes tienen la responsabilidad y el deber de escucharles, pero también a la opinión pública, para que los jóvenes dejen de estar estigmatizados
  como grupo social;
- la necesidad de influir: primero en la propia vida y después en la realidad que nos rodea, influyendo directamente en los procesos de toma de decisiones o ayudando a construir
  soluciones en respuesta a los problemas que los propios jóvenes identifican.

No existe una jerarquía de formas de participación juvenil, todas pueden ser constructivas y útiles siempre que se tenga en cuenta a) la ten- dencia hacia la participación política individualizada, b) la finalidad específica para la que se pretende promoverla, c) el entorno de participación política que se pretende desarrollar, d) a qué jóvenes se pretende involucrar en los procesos participativos;
- La participación de los jóvenes es directamente proporcional a la accesibi- lidad de los procesos, relacionada con el nivel de compromiso requerido y la eficacia percibida de las acciones llevadas a cabo.

Por lo tanto, a la luz de estos elementos, la primera gran pregunta es: ¿Cómo hacer que los procesos de parti- cipación sean accesibles para los jóvenes?
¿Podemos activar vías que sean interseccionales y que tengan en cuenta las múltiples identidades de los jóvenes de la zona, que den lugar a movimientos y vías de participación que sean conscientes de las intersecciones entre la justicia medioambiental, social, la igualdad de género y la lucha contra todas las formas de dis- criminación y mantener estos temas como prioritarios también en TIEMPO DE GUERRA y para los jóvenes procedentes de contextos de guerra?

La interseccionalidad debe guiar la elección de los lugares en los que iniciar los procesos, los lenguajes utilizados, la valorización de las diferentes herramientas, al tiempo que se intenta construir nuevas solidaridades sobre la dimensión "paritaria" de ser igualmente jóvenes.

Pero, de nuevo, ¿por qué promover la participación activa de los jóvenes en contextos de guerra, conflicto armado y post-conflicto y por qué promover la parti- cipación activa de los jóvenes de este tipo de contextos?

El Secretario General de la ONU destacó, en su informe de 2012 sobre "La consolidación de la paz después de los conflictos", que "un proceso de consolidación de la paz exitoso debe ser transformador y crear un espacio para que un conjunto más amplio de actores -incluidos, entre otros, representantes de las mujeres, los jóvenes, las víctimas y las comunidades margi- nalizadas; líderes comunitarios y religiosos; actores de la sociedad civil; y refugiados y desplazados internos- participen en la toma de decisiones públicas sobre todos los aspectos de la gobernanza y la recuperación después de los conflictos".
La participación de los jóvenes es, por tanto, un elemento central para el éxito de un proceso de consolidación de la paz. En la literatura de los últimos 20 años, existen al menos 4 enfoques en términos de políticas que se han promovido para fomentar la participación de los jóvenes en los procesos de consolidación de la paz:

(1) Un enfoque basado en los derechos humanos, fundamentado en la Convención de la ONU sobre los Derechos del Niño, la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW) y el Programa de Acción Mundial para los Jóvenes;
(2) Un enfoque económico que identifique a los jóvenes como elemento central del desarrollo económico de su país y promueva su acceso a las oportunidades eco- nómicas como algo esencial para su propio desarrollo;
(3) Un enfoque sociopolítico que conecte a los jóvenes con la sociedad civil y el ámbito político, y les ofrezca oportunidades, formación y apoyo para su compromiso activo y su participación en la vida pública; y
(4) Un enfoque sociocultural que analice el papel de los jóvenes en las estructuras existentes y apoye el diálogo, incluido un diálogo intergeneracional, sobre estas estructuras.

Actualmente existe un consenso en la literatura de que ninguno de estos enfoques

pueden utilizarse de forma exclusiva sino que los 4 enfoques deben entrelazarse y presentarse de forma complementaria y fuertemente vinculada al con- texto local. Por lo tanto, resulta prioritario desarrollar políticas en estos cuatro ámbitos junto con la población juvenil, con su participación firme y activa, para que las políticas propuestas sean eficaces y respondan a las necesidades locales. Sin olvidar otros principios mencionados en esta publicación, como el de "no hacer daño", que exige tomar conciencia y evitar activamente las consecuencias negativas que las intervenciones puedan crear inadvertidamente.

Hay varias razones por las que debe darse prioridad a la participación de los jóvenes en los procesos de consolidación de la paz:

-La primera es demográfica: Se calcula que 408 millones de jóvenes (es decir, el 23% de la población mundial de entre 15 y 29 años) viven en un contexto afectado por un con- flicto armado o por la violencia organizada,10 lo que significa que 1 de cada 4 jóvenes se ve influido diariamente de alguna manera por las guerras o los conflictos armados.11 Millones de estos jóvenes se encuentran desplazados, la mayoría de ellos en países vecinos donde siguen siendo vulnerables. Y en las dos últimas décadas se han firmado más de 900 acuerdos de paz en todo el mundo, a través de negociaciones en las que las voces de las generaciones jóvenes han estado en gran medida ausentes..

-La segunda está relacionada con los prejuicios que rodean a las nuevas generaciones, vistas como autores de violencia, víctimas o ciudadanos del futuro pero no realmente como participantes activos en el presente de la sociedad;

-La tercera está vinculada a la infrarrepresentación de los jóvenes en las instituciones representativas, alrededor del 2% de los representantes electos del mundo tienen menos de 30 años, por lo que se convierte en una prioridad construir vías alternativas de participación en la sociedad civil y el trabajo juvenil puede desempeñar un papel central en estos procesos de empoderamiento.

Comprender la defensa

La participación de los jóvenes es un amplio paraguas que abarca diversas vías de compromiso. Aunque todas las formas de defensa emprendidas por los jóvenes se engloban bajo el paraguas de la participación juvenil, no todas las instancias de participación juvenil se califican como defensa. Para desmitificar esta distinción, profundicemos.

La participación de los jóvenes puede manifestarse de dos formas principales: participación activa y pasiva. La participación activa denota una postura proactiva, en la que los individuos se implican activamente o están dispuestos a comprometerse. Por el contrario, la parti- cipación pasiva conlleva la voluntad de permanecer como espectadores, aceptando los acontecimientos sin intervenir ni influir.

Por ejemplo, la participación pasiva puede consistir en limitarse a escuchar a un orador en un acto sin intención de emprender acciones o efectuar cambios. Por otro lado, la participación activa implica llevar a cabo una investigación, identificar los pasos a seguir y concienciar con el objetivo de instigar un cambio de comportamiento en los demás.

Ambos modos de participación son pertinentes en diversos contextos. Hay casos en los que la participación pasiva puede ser apropiada, mientras que en otros escenarios, el compromiso activo se convierte en imperativo. Reconocer la distinción entre ambos y discernir su aplicabilidad a las circunstancias individuales-

ces es esencial para una defensa eficaz. Capacita a los defensores para elaborar estrategias, implicar a otros y negociar hábilmente con los responsables de la toma de decisiones.

("Guía de promoción juvenil de UNICEF")

Ahora, delimitemos mejor los términos promoción, presión política y campaña, que aunque están interconectados, representan facetas distintas del panorama de la promoción:

La promoción abarca un amplio espectro de acciones e iniciativas emprendidas por la sociedad civil, las empresas u otras partes interesadas para influir en los responsables de la toma de decisiones en lo que respecta al desarrollo, la modificación y la aplicación de las políticas. Estas decisiones abarcan los ámbitos político, económico y social, y van desde la defensa de las asignaciones presupuestarias hasta la realización de cambios legislativos o iniciativas políticas.

El cabildeo, que a menudo se utiliza indistintamente con la defensa de intereses, tiene una connotación específica relacionada con las acciones emprendidas principalmente por las partes interesadas del sector privado, como las empresas o las asociaciones comerciales. Aunque el cabildeo implica la defensa de intereses específicos, también puede abarcar el compromiso directo con los políticos y los responsables de la toma de decisiones para influir en los resultados de las políticas.

Las campañas, a diferencia de la defensa y los grupos de presión, giran en torno a la movilización del apoyo público, la concienciación y la organización de las comunidades para lograr el cambio. Implica una serie coordinada de actividades destinadas a galvanizar la participación generalizada y fomentar la movilización pública hacia una causa u objetivo común.

Comprender los matices de estos términos dota a los defensores de los derechos de los conocimientos necesarios para navegar con eficacia por el panorama de la defensa de los derechos. Permite la planificación estratégica, fomenta la colaboración entre diversos sectores y facilita un compromiso significativo con los responsables de la toma de decisiones y las partes interesadas.

(3) ("Manual de abogacía")

Importancia de la defensa

Para los jóvenes, la promoción no es sólo una herramienta para el cambio; es una fuerza transformadora que les capacita para dar forma a su futuro, influir en los procesos de toma de decisiones y defender causas que resuenen con sus valores y aspiraciones. He aquí por qué la abogacía reviste especial importancia para los jóvenes:

-Empoderamiento: La promoción capacita a los jóvenes para reclamar su agencia y hacer valer su voz en asuntos que afectan directamente a sus vidas. Al participar en actividades de promoción, los jóvenes adquieren la confianza, las aptitudes y los conocimientos necesarios para hacer frente a los complejos retos de la sociedad, fomentando un sentimiento de propiedad y responsabilidad sobre sus comunidades y su futuro.

-Educación y sensibilización: A través de la incidencia política, los jóvenes adquieren una comprensión más profunda de los problemas sociales, medioambientales y políticos acuciantes, fomentando el pensamiento crítico, la empatía y el compromiso cívico. Al concienciar e iniciar el diálogo en torno a estas cuestiones, los jóvenes defensores se convierten en catalizadores del cambio social, encendiendo conversaciones y movilizando a sus compañeros para que pasen a la acción.

-Representación e inclusión: La promoción amplifica las voces de los jóvenes, garantizando que sus perspectivas, preocupaciones y experiencias sean escuchadas y valoradas en los procesos de toma de decisiones. Al abogar por políticas e iniciativas centradas en la juventud, los jóvenes contribuyen a construir sociedades más inclusivas y equitativas, en las que se reconozcan y respeten todas las voces.

-Desarrollo del liderazgo: El compromiso con la defensa cultiva las habilidades de liderazgo,

resiliencia y adaptabilidad entre los jóvenes, preparándolos para convertirse en agentes eficaces del cambio en sus comunidades y más allá. Al asumir papeles de defensores, organizadores y portavoces, los jóvenes perfeccionan sus capacidades de comunicación, negociación y resolución de problemas, sentando las bases para futuros papeles de liderazgo.

-Impacto social: Las iniciativas de promoción dirigidas por jóvenes tienen el poder de impulsar un cambio social significativo y abordar las desigualdades sistémicas, desde la defensa de la reforma educativa hasta la lucha contra el cambio climático y la degradación medioambiental. Movilizando a compañeros, aliados y partes interesadas, los jóvenes defensores pueden conseguir mejoras tangibles en sus comunidades, dejando un legado duradero de cambio positivo.

-Diálogo intergeneracional: La promoción crea oportunidades para el diálogo y la colaboración intergeneracional, fomentando la tutoría, el aprendizaje mutuo y la solidaridad entre los jóvenes y las generaciones mayores. Al salvar las brechas generacionales y aprovechar la sabiduría y la experiencia de los mayores, los jóvenes defensores pueden crear coaliciones y alianzas que amplifiquen su impacto e impulsen un cambio sostenible.

-Construir un futuro mejor: En última instancia, la promoción dota a los jóvenes de las herramientas, los recursos y la resiliencia necesarios para construir un futuro mejor para ellos mismos y para las generaciones venideras. Al defender políticas progresistas, la justicia social y el desarrollo sostenible, los jóvenes contribuyen a crear un mundo más justo, equitativo e inclusivo para todos.

En resumen, la promoción tiene una profunda importancia para los jóvenes, ofreciéndoles un camino hacia la capacitación, la educación, la representación y el impacto social. Aprovechando el poder de la defensa, los jóvenes pueden convertirse en catalizadores de un cambio positivo, impulsando cambios transformadores en la sociedad y forjando un futuro más brillante para ellos mismos y para las generaciones venideras.

Planificación paso a paso de la promoción

Antes de iniciar cualquier proceso de promoción, tiene que empezar por usted mismo. Piense un poco en lo que quiere hacer y por qué. Piense también en lo que usted aporta al debate y en dónde podría marcar la diferencia. Recuerde que la defensa no siempre es inmediata y que a veces sus esfuerzos deben continuar a largo plazo. También es importante identificar las áreas que necesita desarrollar y en las que debe mejorar. La defensa es un proceso constante de aprendizaje y comprensión. Reflexionar sobre estas áreas también le ayudará a identificar a otras personas con las que necesita trabajar. Algunas de las principales funciones de las personas que participan en el proceso de promoción son las de investigador, orador, escritor o ejecutor.

Investigador Investigar es indagar, averiguar por qué las cosas son de una determinada manera, cómo llegaron a ser así y cómo podrían cambiar. Orador Hablar con la gente es una forma poderosa de compartir ideas. Los buenos oradores conectan con su público y pueden inspirar a la gente a pasar a la acción de diferentes maneras. Escritor La buena escritura conecta las cosas - ideas, conceptos, realidades - y ayuda a contar una historia con la que la gente puede conectar. Implementador A un implementador le gusta hacer las cosas, implicarse en las actividades y ensuciarse las manos. Tienen un papel importante que desempeñar en todo el proceso de promoción, ayudando a que las actividades avancen de forma sistemática

La abogacía tiene un lugar para todos. Cada individuo aporta un conjunto único de destrezas y habilidades que desempeñan un papel en el proceso. Por eso es tan importante el trabajo en equipo. Puede reunir a un grupo de personas que aporten colectivamente todas las destrezas y habilidades necesarias para alcanzar eficazmente sus objetivos de cabildeo. El proceso de defensa incluye la investigación de los hechos, la planificación, el compromiso con la política, la creación de impulso y la toma de decisiones individuales sobre el estilo de vida. En cierto modo, estos componentes son lineales - usted recopila información y se informa antes de desarrollar un plan. En otros sentidos, son circulares: cuanto más se involucre en la política, más podrá identificar actividades para incluir en su plan o cuestiones que necesite investigar más a fondo.(4)

Planificación paso a paso de la promoción

"¡Ya basta! Algo tiene que cambiar!" Como activista de una organización juvenil, este es un sentimiento con el que probablemente se encuentre a diario. Es necesario. Es el sentimiento que canalizará su energía hacia el cambio y alimentará la lucha por su causa. Este sentimiento está en la base misma de todos los procesos de defensa. Pero una vez que ha pasado la rabia provocada por una situación injusta o un derecho vulnerado, empiezan a surgir las preguntas:

¿Cómo puedo demostrar que la situación actual es mala?
¿Cómo puedo cambiar esta situación?
¿Cómo es la situación ideal? ¿Cuál es la situación actual?
¿Qué soluciones puedo aportar?
¿Soy el único que piensa que hay un problema? ¿Quién tiene poder para cambiar la situación?
¿Qué hago para llamar su atención y convencerles de que actúen? ¿Cómo hago que se escuche mi punto de vista en la sociedad?
¿Cómo puedo ver si realmente he desencadenado el cambio?

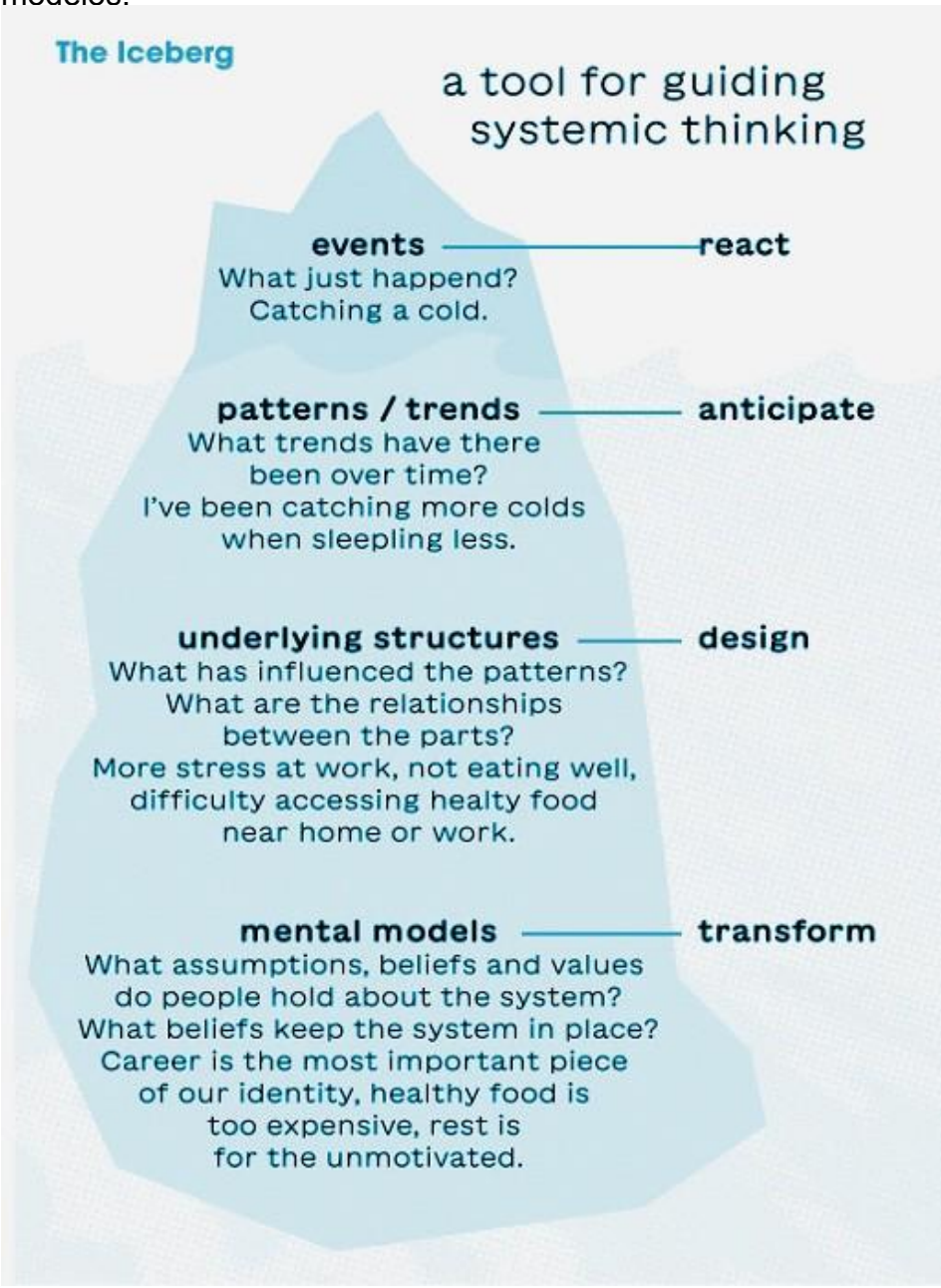
Un proceso completo de promoción consiste en responder a todas estas preguntas de forma estructurada. De este modo, usted y su organización podrán planificar y llevar a cabo una serie de acciones que conduzcan a un cambio positivo para los jóvenes a nivel político y social

1. Defina su visión y sus objetivos: ¿qué debe cambiar?
2. De los problemas a las soluciones: ¡modelos, modelos y más modelos!
3. Investigue: hechos y datos.
4. Mapee su ecosistema - mapeo del poder de las partes interesadas.
5. Elabore su mensaje: encuadre, narración y relatos.
6. Difunda su mensaje: trabaje con los medios de comunicación.
7. Construya, comprometa y active su comunidad: ¡el poder para el pueblo!
8. Planifique sus acciones.
9. Supervise y evalúe: mida el cambio que ha creado.
10. Actualice sus habilidades: competencias para defensores.

Defina su visión y sus objetivos: ¿qué debe cambiar?

Puede que su organización tenga una visión y una misión muy claras, puede que esté luchando por un cambio muy concreto y bien definido. Si es así, tiene suerte y probablemente pueda saltarse el primer paso. Pero lo más frecuente es que le resulte difícil precisar con exactitud lo que falla, lo que hay que cam-

ge: al principio puede ser una vaga sensación de que algo va mal o puede ser la acumulación de situaciones individuales inaceptables. Este primer paso consiste en poner en común sus pensamientos de forma estructurada sobre el problema en cuestión. Responder a algunas preguntas estándar puede ser muy útil: - ¿Cuál es el problema que quiere abordar? - ¿Por qué es un problema? - ¿Lo que estoy viendo es el problema real o el síntoma de otro problema subyacente? - ¿Cuál es la causa del problema? ¿Cuáles son las estructuras subyacentes y los sistemas de creencias que sustentan este estado disfuncional? - ¿Quiénes son los individuos o grupos afectados por el problema? - ¿Cómo sería la situación ideal para estos individuos o grupos? A partir de esta primera capa de reflexión, ya puede dibujar una visión de conjunto del cambio que desea lograr. Intente describir en una frase el cambio al que deberían conducir sus acciones de defensa. 12/68 Para mantenerse en el nivel de la visión de conjunto, pero también para estructurar un poco más sus reflexiones, puede utilizar el modelo del iceberg De los problemas a las soluciones: ¡modelos, modelos y más modelos!

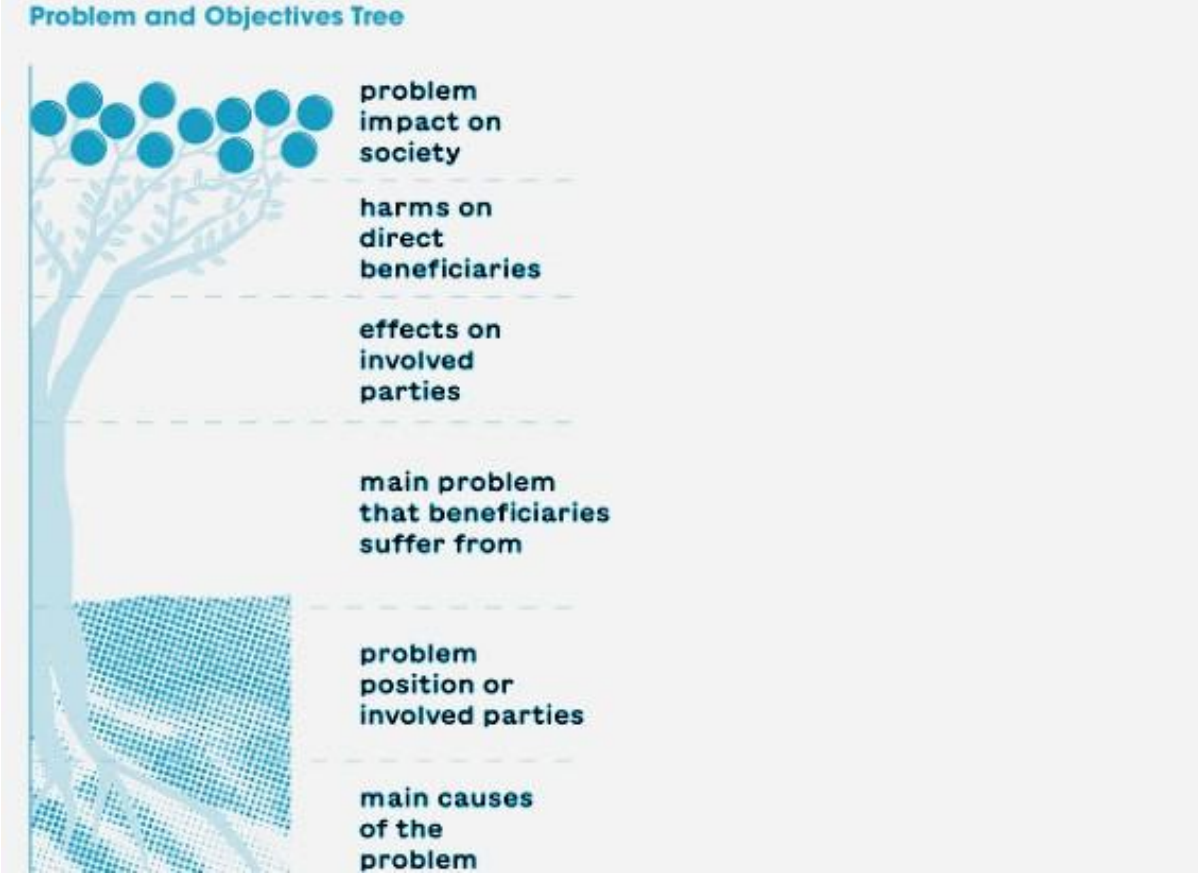


Se ha planteado una serie de preguntas generales y es un muy buen comienzo. Sin embargo, aún está todo un poco esponjoso y turbio: muchas de sus respuestas se basarán en suposiciones que aún no ha aclarado. 13/68 De eso trata esta se- cond etapa: de estructurar sus pensamientos hacia un enfoque más sistemático del problema en cuestión. Los libros de texto, manuales y kits de herramientas de la abogacía están repletos de modelos que puede utilizar para ayudarle en este paso. He aquí tres que nos parecen especialmente pertinentes y fáciles de utilizar.

Análisis PEST

PEST es una amplia actividad de recopilación de datos destinada a averiguar los fac- tores externos que influyen en su asunto. Son las siglas de Political, Economic, Sociological, Tech- nological

Political	Economic	Sociological	Technological
Stability of government	Economic growth	Demographic influences	International influences
Potential changes to legislation	Employment rates	Lifestyle factors	Changes in information technology
Global influences		Culture changes	



El árbol de problemas es una herramienta eficaz de reflexión y visualización para analizar las causas y los efectos del problema o problemas principales que haya identificado. En el centro del árbol, su tronco, representa su problema principal que ya debería haber identificado. Debajo del tronco, las raíces representan las causas de su problema: por supuesto, puede haber varias causas y pueden tener varias capas. Responden a la pregunta: "¿por qué se produce su problema?". Encima del tronco se alzan las ramas y las hojas, representan los efectos ulteriores de su problema. Responden a la pregunta "¿cuál es el impacto del problema sobre las personas y los grupos?". Empiece escribiendo el problema en el tronco. A continuación, utilice tarjetas o post-its para identificar y articular las causas que pueda identificar. A continuación, escriba los efectos e impactos concretos del problema sobre las personas y los grupos destinatarios. En esta etapa su árbol estará lleno de afirmaciones negativas. La última etapa consiste en convertir todos los efectos e impactos negativos en afirmaciones positivas: a menudo utilizando términos como aumentar, mejorar, disminuir, etc.

Objetivos SMART

A partir de este pensamiento general, puede ir a lo concreto e intentar definir objetivos pre cisos para su proceso de promoción. Intente formular el cambio deseado en forma de los famosos objetivos SMART: - Específicos: ¿qué debe cambiar y para quién? - Mensurables: ¿Cómo puede medirse el cambio? Por ejemplo, ¿cuántas personas se verán afectadas y cómo? - Alcanzables: ¿es realista el cambio teniendo en cuenta el contexto y sus capacidades? - Orientado a los resultados: ¿cuáles son los pasos concretos que pueden conducir y conducirán al cambio? - Limitado en el tiempo: ¿tiene ya un calendario amplio y realista sobre cuándo debe producirse el cambio?

Investigación y cartografía de las partes interesadas en la promoción:

Antes de embarcarse en cualquier acción de sensibilización, es esencial llevar a cabo una investigación exhaustiva para dotar a los defensores de los conocimientos y la comprensión necesarios para abordar eficazmente los problemas en cuestión. Al profundizar en los entresijos del problema y sus posibles soluciones, los defensores pueden dar forma a sus propuestas y acciones de una manera específica y pertinente. He aquí por qué la investigación es crucial en la promoción:

-**Creación de experiencia:** Involucrarse en la investigación no sólo mejora la comprensión del problema por parte de los defensores, sino que también aumenta sus conocimientos, lo que resulta muy valioso en las fases posteriores de la defensa. Al conocer bien los matices del problema, los defensores pueden intercambiar información de forma eficaz con sus socios y las partes interesadas, aumentando la credibilidad y la legitimidad de sus esfuerzos de defensa.

-**Recopilación de información:** La investigación implica la recopilación de una amplia gama de información, incluidas las iniciativas existentes, las estadísticas clave, los argumentos a favor y en contra del cambio y el encuadre de la cuestión por parte de las diversas partes interesadas. Esta comprensión global sirve de base para estrategias y acciones de defensa bien fundadas.

-**Recopilación de información con recursos:** Incluso con recursos limitados, los defensores pueden recopilar información valiosa a través de diversos medios. Las políticas existentes, los documentos académicos y los esfuerzos de defensa de otras organizaciones pueden proporcionar información valiosa. Además, comprometerse directamente con el grupo objetivo afec-

ted por el tema permite a los defensores recopilar perspectivas y experiencias de primera mano, lo que enriquece su comprensión del problema.

Para resumir el proceso de investigación:

-Paso 1: Investigue a fondo su tema, recopilando información de políticas, documentos académicos, fuentes de los medios de comunicación y conocimientos de la sociedad civil.

-Paso 2: Prepare una hoja informativa en la que se describan las cuestiones clave, las estadísticas, los testimonios y los argumentos de ambos lados de la cuestión.

-Paso 3: Cree una carpeta de conocimientos exhaustiva para uso interno de los miembros y las partes interesadas.

-Paso 4: Comparta estos conocimientos con los miembros y organice reuniones de aprendizaje para garantizar que todos estén informados y preparados.

Además de la investigación, el mapeo de las partes interesadas es esencial para una ad- vocación eficaz. Comprender la diversidad de individuos y grupos con un interés o una participación en el asunto es crucial para la colaboración, la comunicación y la confrontación. A continuación le explicamos cómo realizar un mapeo de las partes interesadas:

-**Identifique a las partes interesadas:** Elabore una lista exhaustiva de todas las partes interesadas relacionadas con el tema, incluidas las organizaciones juveniles, los responsables de la toma de decisiones, los grupos objetivo, los beneficiarios y otros actores relevantes.

-**Analice a las partes interesadas:** Analice el nivel de interés, los recursos, el poder y la alineación potencial de cada parte interesada con sus objetivos de promoción. Este análisis ayuda a determinar las estrategias más adecuadas para el compromiso.

-**Defina las relaciones:** Basándose en el análisis, defina la naturaleza de su relación con cada parte interesada, identificando a los aliados, a los oponentes y a los posibles influenciadores. Esta claridad permite a los defensores adaptar sus enfoques y mensajes en consecuencia.



Una vez que haya dibujado su matriz, el siguiente paso es rellenarla: - Para cada parte interesada identificada como de alta prioridad, debe intentar definir cómo se puede influir en ella y quién y qué influye en ella. - Para las partes interesadas identificadas como de baja influencia y escaso interés, debería dedicar, por supuesto, menos tiempo y recursos a intentar implicarlas.

Cómo elaborar su mensaje en la promoción:

En el centro de toda labor de promoción se encuentra la comunicación, el arte de convencer a los individuos y grupos de poder para que adopten cambios políticos mediante mensajes eficaces. La elaboración de mensajes que no sólo lleguen a los principales interesados, sino que también provoquen un cambio en las creencias y el comportamiento, es primordial para el éxito de los esfuerzos de promoción. Aunque no existe una fórmula única para elaborar un mensaje convincente, ciertas estrategias pueden mejorar su impacto y resonancia. He aquí cómo dar forma a un mensaje relevante e impactante:

-**Enmarque su mensaje principal:** Seleccionar cuidadosamente el lenguaje de sus mensajes principales o eslóganes es esencial para enmarcar su narrativa de defensa. Al igual que el encuadre del debate sobre el aborto de "a favor del aborto" frente a "a favor de la vida", enmarcar su mensaje de forma eficaz proporciona una base narrativa sólida para su causa.
-**Hable al corazón, a la cabeza y a la mano:** Atraiga a su audiencia emocionalmente (corazón) desencadenando emociones como la esperanza, la ira o el miedo. Apele al intelecto (cabeza) presentando hechos impactantes y soluciones prácticas. Por último, motive a la acción (mano) incluyendo en su mensaje una clara llamada a la acción.
-**Comprenda a su público:** Adapte sus mensajes a los distintos segmentos de público en función de sus intereses, conocimientos y disponibilidad. Un mensaje que resuene en un activista novato puede no gustar a un político experimentado. Adapte el tono, el contenido y la forma de transmitirlo a las preferencias y prioridades de cada público.
-**Ponga a prueba su mensaje:** Realice pruebas reales de su mensaje para calibrar su eficacia. Solicite la opinión de los afiliados y pruebe las reacciones a los distintos mensajes de su campaña. Además, pruebe sus mensajes en audiencias no relacionadas con su trabajo para garantizar su claridad y resonancia.
-**Más allá del texto:** Recuerde que su mensaje abarca algo más que texto. Considere la posibilidad de incorporar imágenes, vídeos y sonidos para mejorar su impacto y memorabilidad. Los elementos no textuales pueden evocar emociones poderosas y transmitir ideas complejas con más eficacia que las palabras por sí solas.

Difunda su mensaje - Trabaje con los medios de comunicación:
En el panorama en constante evolución de la difusión de información, las plataformas de medios tradicionales como la televisión, la prensa y la radio siguen ejerciendo una influencia considerable en la formación de la opinión pública. Aunque su poder puede haber disminuido en los últimos años, siguen siendo canales vitales para amplificar su mensaje de defensa y captar la atención de los responsables políticos. He aquí cómo puede aprovechar los medios de comunicación tradicionales para comunicar eficazmente su campaña de defensa:
-**Adopte la novedad:** La clave para atraer la atención de los medios reside en la novedad de su mensaje. Los periodistas se sienten atraídos por las historias que ofrecen una perspectiva fresca o descubren nuevos ángulos sobre temas ya existentes. Busque elementos de conmoción, sorpresa o escándalo que puedan hacer que su mensaje destaque. Además, alinear su tema con tendencias sociales más amplias aumenta su interés periodístico.
-**Accesibilidad y atractivo:** Asegúrese de que su mensaje es accesible y fácil de entender para un público diverso. Elabore mensajes que no sólo sean fáciles de digerir, sino que también resuenen en un amplio abanico de personas, lo que aumentará sus posibilidades de captar la atención de los medios de comunicación dominantes. Utilice plataformas de medios sociales como Twitter para relacionarse con los periodistas y aumentar su visibilidad.

-**Estrategias de compromiso tradicionales:** Emplee métodos tradicionales para relacionarse con los medios de comunicación, como la redacción y el envío de comunicados de prensa, la obtención de entrevistas en periódicos, radio o televisión y la redacción de artículos de opinión para su publicación. Los comunicados de prensa deben ser concisos y contener elementos de interés periodístico, citas, imágenes y títulos pegadizos para captar el interés de los periodistas. Haga un seguimiento de los periodistas tar- minados mediante llamadas telefónicas para maximizar el impacto.

-**Prepárese para las entrevistas:** Las entrevistas son oportunidades valiosas para transmitir directamente su mensaje a un público más amplio. Asegúrese de prepararse a fondo, cubriendo los temas de conversación clave, los datos y las anécdotas para comunicar eficazmente sus objetivos de promoción. Proporcione a los periodistas toda la información de fondo necesaria antes del acto y acompáñeles durante el mismo para facilitar la cobertura de los momentos clave.

-**Expansión a los nuevos medios:** Considere la posibilidad de aprovechar las nuevas plataformas de medios de comunicación como YouTube, los blogs y los podcasts para llegar a públicos especializados pero muy comprometidos. Aunque estas plataformas pueden atraer a audiencias más reducidas, ofrecen la oportunidad de conectar con simpatizantes bien informados que pueden convertirse en defensores de su causa.

-**Escribir OpEds:** Muchos periódicos aceptan OpEds, lo que permite a colaboradores externos compartir sus puntos de vista sobre diversos temas. Explore la posibilidad de escribir OpEds para difundir su mensaje a un público más amplio y estimular el discurso público.

-**Construir relaciones:** Considere las relaciones con los medios de comunicación como un esfuerzo a largo plazo, procure cultivar las relaciones con los periodistas incluso cuando no tenga una historia de interés periodístico que compartir. Establecer una buena relación y comprender los intereses de los periodistas puede aumentar sus posibilidades de conseguir cobertura en el futuro.

Al comprometerse estratégicamente con las plataformas de los medios de comunicación tradicionales y nuevos, puede amplificar su mensaje de defensa, llegar a un público más amplio y ejercer in- fluencia en la opinión pública y la formulación de políticas. Un compromiso eficaz con los medios de comunicación es esencial para elevar su campaña de defensa e impulsar un cambio significativo en la sociedad.

Construir, comprometer y activar su comunidad:

En el panorama actual de la promoción, términos como gestión comunitaria, movilización digital y organización están ganando protagonismo por una buena razón: son parte integral de las campañas de promoción exitosas. Estos enfoques reconocen que la comunicación ya no es una vía unidireccional; los ciudadanos de base ejercen una influencia significativa y desempeñan un papel crucial en los esfuerzos de promoción.

Movilizar e implicar a su comunidad puede reportarle numerosos beneficios:

-**Movilice a más gente:** Las comunidades activas pueden reforzar la participación en acciones de alto perfil, amplificando su impacto y visibilidad.

-**Multiplique los recursos:** La contratación de voluntarios diversifica su conjunto de habilidades y amplía sus recursos, lo que le permite abordar una gama más amplia de tareas e iniciativas.

- **Llegue a nuevos públicos:** Aprovechar las redes comunitarias le permite llegar a públicos más allá de su alcance inmediato, ampliando el alcance y el impacto de su labor de promoción.

- **Aumente la presión sobre los responsables de la toma de decisiones:** Una comunidad unida y activa ejerce una mayor presión sobre los responsables de la toma de decisiones, amplificando la in- fluencia y la eficacia de su defensa.

Comprender la tradicional escalera o embudo de compromiso es clave para aprovechar todo el potencial del compromiso comunitario. Este marco le ayuda a visualizar la progresión de los niveles de compromiso dentro de su comunidad, guiando sus esfuerzos para profundizar en las conexiones, fomentar la participación y empoderar a los defensores en cada etapa del viaje de promoción.
Al dar prioridad a la creación, el compromiso y la activación de la comunidad, usted capacita a los individuos para que se conviertan en agentes del cambio, impulsando la acción colectiva y haciendo avanzar sus objetivos de defensa.

Planifique sus acciones:
La promoción abarca una amplia gama de acciones, desde estrategias basadas en la comunicación, como las relaciones con los medios de comunicación, hasta iniciativas basadas en acontecimientos, como la organización de protestas y concentraciones. Para dirigir una campaña de promoción con éxito, es esencial una planificación cuidadosa y la gestión de los recursos. A continuación le explicamos cómo abordar la planificación de sus acciones con eficacia:

- **Decida sus acciones:** Determine qué acciones se alinean mejor con sus objetivos y recursos de ad- vocación. Planifíquelas con antelación, organizando eficazmente los recursos financieros y humanos. Anticipe los posibles retos y desarrolle planes de contingencia.
- **Aspectos básicos de la gestión de proyectos:** Trate la planificación de la promoción como una gestión de proyectos. Cree listas de tareas detalladas, calendarios inteligentes y presupuestos realistas. Asigne responsabilidades, prevea las competencias necesarias dentro de su equipo y determine las necesidades de recursos, tiempo y financiación.
- **El momento oportuno es clave:** Tenga en cuenta tanto la gestión del proyecto como el calendario estratégico a la hora de planificar sus acciones. Deje tiempo suficiente para una ejecución fluida al tiempo que se alinea con el calendario político. El éxito de la promoción depende a menudo del momento oportuno, como las etapas clave de la elaboración de políticas o acontecimientos políticos significativos como las elecciones.
- **Presupuestación y gestión de riesgos:** Elabore presupuestos bien planificados, que incluyan los riesgos y que se actualicen y supervisen con regularidad. Mantenga presupuestos equilibrados que tengan en cuenta tanto los escenarios optimistas como los pesimistas. Comparta la responsabilidad de la gestión del presupuesto entre los miembros del equipo para mitigar los riesgos de forma eficaz.

Si aplica los principios de gestión de proyectos, consideraciones estratégicas de calendario y prácticas presupuestarias sólidas, podrá optimizar la eficacia de sus acciones de abogacía y aumentar la probabilidad de lograr los resultados deseados.

Seguimiento y evaluación:
El seguimiento y la evaluación son procesos esenciales para valorar la eficacia de sus acciones de promoción e impulsar mejoras. He aquí cómo funcionan:

- **Supervisión:** Este proceso continuo implica el seguimiento de sus acciones a medida que las implementa, asegurándose de que cumplen las normas de calidad y eficacia. La supervisión permite la flexibilidad y el ajuste de las estrategias en entornos dinámicos.
- **Evaluación:** Valora el éxito final de sus acciones. Mide si sus objetivos se alcanzaron y si se produjeron los cambios políticos y sociales deseados como resultado. A pesar de las limitaciones de recursos, el seguimiento y la evaluación son cruciales para el aprendizaje organizativo y para garantizar una incidencia política con impacto.

- **Mediciones clave:** En la promoción, el seguimiento y la evaluación se centran en determinar si las acciones se desarrollaron según lo previsto, si se alcanzaron los objetivos directos y si se produjeron los cambios deseados. Establecer indicadores de éxito ayuda a calibrar los resultados con eficacia.

Mejore sus habilidades:

Para superar con eficacia los retos de la abogacía, es esencial desarrollar continuamente las competencias. Considere las siguientes competencias:

-Habilidades de comunicación: Redacción de comunicados de prensa, participación en las redes sociales, diseño gráfico, edición de vídeo, oratoria, creación de redes, encuadre y narración de historias.

-Habilidades políticas: Negociación, capacidad analítica y jurídica, redacción de documentos políticos, búsqueda de información y conocimiento de las instituciones y las partes interesadas.

-Habilidades de gestión de proyectos: Gestión de eventos, planificación presupuestaria y tiempo
gestión.

-Liderazgo y don de gentes: Gestión de voluntarios, formación y escucha efecti- va.

Evaluar y actualizar periódicamente estas habilidades equipa a su equipo para ejecutar con éxito las campañas de promoción y adaptarse a la evolución de los retos(5). ("Manual de abogacía")

Elija sus acciones

En la promoción, seleccionar las acciones adecuadas es crucial para maximizar el impacto y lograr los resultados deseados. Cada acción conlleva sus propias ventajas, requisitos, dificultades y riesgos. Esta sección explora diversas accio- nes de defensa, desde las campañas en línea hasta las protestas, capacitando a los defensores para elegir estratégicamente los métodos más eficaces para su causa. Al comprender los matices de cada acción, los defensores pueden adaptar su enfoque para implicar a las partes interesadas, concienciar e impulsar un cambio significativo.

Organice una campaña en línea:

En la era digital, las campañas en línea se han convertido en herramientas indispensables para la abogacía, ofreciendo un alcance y unas oportunidades de participación sin precedentes. Desde los movimientos en las redes sociales hasta las peticiones por correo electrónico, las campañas en línea permiten a los defensores movilizar a sus partidarios, concienciar e influir en los responsables de la toma de decisiones. Esta sección profundiza en las ventajas, los requisitos, las dificultades y los riesgos asociados a la organización de campañas en línea, equipando a los activistas con los conocimientos necesarios para aprovechar todo el potencial de la promoción digital.

-Ventajas: Amplio alcance, rentable, fácilmente compartible, potencial de impacto viral, permite diversas estrategias de compromiso (por ejemplo, peticiones, hashtags en las redes sociales, campañas por correo electrónico).

-Requisitos: Acceso a Internet y a las plataformas digitales, grandes dotes de comunicación y marketing digital, objetivos de campaña y mensajes claros.

-Dificultad: Moderada. Requiere conocimientos digitales y planificación estratégica, pero es ge- neralmente accesible.

-Riesgos: Compromiso o impacto limitados si no se promociona bien o si el mensaje no es claro. Potencial de reacción o atención negativa en las plataformas de medios sociales.

Organice una protesta:

Las protestas han servido durante mucho tiempo como poderosas expresiones de disidencia y demandas de cambio, captando la atención pública e impulsando movimientos. Ya sea en las calles o en Internet, las protestas proporcionan una plataforma para la acción colectiva, amplificando las voces y ejerciendo presión sobre los responsables políticos. Esta sección explora los entresijos de la celebración de protestas, desde la planificación logística hasta la mitigación de riesgos, capacitando a los defensores para utilizar eficazmente esta táctica de defensa consagrada.

-Ventajas: Demostración visible de apoyo público, puede atraer la atención de los medios de comunicación, fomenta la solidaridad y el empoderamiento de la comunidad, puede presionar a los responsables de la toma de decisiones.

-Requisitos: Permisos (dependiendo del lugar), planificación logística (por ejemplo, lo- cación, señalización, altavoces), medidas de control de multitudes, concienciación legal.

-Dificultad: De moderada a alta. Requiere organización, coordinación y garantizar la seguridad de los participantes.

-Riesgos: Posibilidad de enfrentamiento con las autoridades o los contramanifestantes, repercusiones legales, imagen negativa en los medios de comunicación si no se lleva a cabo de forma pacífica.

Celebrar una conferencia o reunión:

Las conferencias y reuniones ofrecen oportunidades inestimables para el diálogo, la colaboración y el intercambio de conocimientos entre los defensores, las partes interesadas y los responsables de la toma de decisiones. Al convocar a los actores clave, estos eventos facilitan la creación de consenso, el intercambio de ideas y la planificación estratégica de las iniciativas de promoción. En esta sección se examinan las ventajas, los requisitos, los retos y los riesgos asociados a la organización de conferencias y reuniones, que permiten a los defensores aprovechar el poder del compromiso cara a cara para hacer avanzar su causa.

-Ventajas: Facilita el diálogo y la colaboración, oportunidad de educar e informar a las partes interesadas, puede dar lugar a oportunidades de creación de redes y asociaciones.

-Requisitos: Lugar de celebración, ponentes o presentadores, elaboración del programa, comercialización y promoción, arreglos logísticos.

-Dificultad: Moderada. Requiere planificación y coordinación, pero puede adaptarse a diversos presupuestos y escalas.

-Riesgos: Escasa asistencia, falta de compromiso o interés del público objetivo, problemas logísticos que provoquen interrupciones.

Establezca una petición:

Las peticiones son herramientas accesibles e impactantes para movilizar apoyos, amplificar voces y presionar a los responsables de la toma de decisiones para que actúen en temas específicos. Tanto si circulan en línea como en persona, las peticiones permiten a los individuos expresar sus preocupaciones, demostrar su solidaridad y lograr un cambio a través de la acción colectiva. Esta sección explora el proceso de creación de peticiones, destacando sus ventajas, requisitos, dificultades y riesgos, para dotar a los defensores de los derechos de los conocimientos necesarios para aprovechar esta táctica de defensa de forma eficaz.

-Ventajas: Forma de compromiso fácilmente accesible, puede demostrar el apoyo público a un tema, puede compartirse ampliamente y atraer la atención de los medios de comunicación.

-Requisitos: Objetivo claro y alcanzable, plataforma en línea para albergar la peti- ción, promoción y esfuerzos de divulgación.

-Dificultad: De baja a moderada. Requiere mensajes claros y promoción, pero su puesta en marcha es relativamente sencilla.

-Riesgos: Escaso impacto si no se promociona bien, posibilidad de firmas fraudulentas, puede no conducir a resultados tangibles si no se apoya en otros esfuerzos de promoción.

Organizar un acto en el que participen medios de comunicación o plataformas en línea:
El compromiso con los medios de comunicación y las plataformas en línea ofrece a los defensores una vía directa para amplificar su mensaje, llegar a un público más amplio y moldear el discurso público. Ya sea a través de ruedas de prensa, entrevistas o campañas en las redes sociales, el compromiso con los medios permite a los defensores de la causa captar la atención, crear credibilidad e influir en la opinión pública. Esta sección profundiza en los entresijos de la organización de actos para comprometerse con los medios de comunicación y las plataformas en línea, examinando las ventajas, los requisitos, las dificultades y los riesgos que entraña el aprovechamiento de estos canales para la promoción.
-Ventajas: Interacción directa con periodistas o personas influyentes en línea, oportunidad de cobertura mediática, amplifica el mensaje de promoción a un público más amplio.
-Requisitos: Contactos o relaciones con los medios de comunicación, historia o ángulo convincente, planificación y logística del evento.
-Dificultad: Moderada. Requiere habilidades para establecer contactos, una narración eficaz y la coordinación de eventos.
-Riesgos: Interés o cobertura limitada de los medios de comunicación, tergiversación del mensaje de defensa por parte de los medios, reacción negativa o crítica.

Mantener el bienestar mental como defensor
El trabajo de defensa es muy gratificante, pero también puede ser emocionalmente agotador, sobre todo para los jóvenes activistas que se enfrentan a problemas complejos y a entornos difíciles. Desde el estrés y el agobio hasta los sentimientos de culpa y desesperanza, la carga emocional de la defensa es real y válida. Reconocer y afrontar estos retos es esencial para mantener tanto el bienestar personal como la eficacia de los esfuerzos de defensa.
Como jóvenes activistas, a menudo os mueve la empatía y un deseo genuino de marcar la diferencia en el mundo. Aunque su pasión por el cambio social es admirable, es importante priorizar el autocuidado y el bienestar mental para evitar el agotamiento y mantener la resiliencia ante la adversidad. Esta sección explora estrategias prácticas para gestionar las emociones, buscar apoyo y priorizar el autocuidado, capacitando a los jóvenes activistas para navegar por los altibajos de la defensa de causas al tiempo que se mantienen mentalmente sanos y resilientes.

Cuidar sus emociones
La regulación emocional es clave para mantener el bienestar tanto físico como mental. He aquí algunas estrategias que le ayudarán a identificar y gestionar sus emociones: Compruébelo usted mismo con regularidad: Tómese un tiempo cada día para reflexionar sobre sus emo- ciones. Hágase preguntas como ¿Qué sentimientos he experimentado hoy? ¿Cuáles son los tres sentimientos más comunes que he experimentado esta semana? Identificar patrones en sus emociones puede ayudarle a reconocer los desencadenantes y a comprender mejor cómo responde a las distintas situaciones.
Recuérdese a sí mismo que todos los sentimientos están bien: Es importante validar sus emo- ciones y reconocer que es normal experimentar una amplia gama de sentimientos. Evite descartar o reprimir sus emociones, ya que esto puede tener consecuencias negativas. En su lugar, practique la aceptación y la autocompasión cuando

experimentar emociones difíciles.
Reformule los pensamientos negativos: Las emociones negativas a veces pueden conducir a pensamientos negativos, afectando a su comportamiento y a sus mecanismos de afrontamiento. Intente replantear estos pensamientos desafiando las creencias negativas y centrándose en perspectivas más positivas. Por ejemplo, en lugar de pensar "no soy lo bastante bueno", refrámelo como "soy capaz y merezco el éxito".
Si se controla a sí mismo con regularidad, valida sus emociones y refrena los pensamientos negativos, podrá desarrollar habilidades de regulación emocional más sanas y gestionar mejor los altibajos del trabajo de defensa.

ENCONTRAR FORMAS POSITIVAS DE AFRONTAR LA SITUACIÓN

Cuando experimente sentimientos negativos o difíciles, es importante encontrar formas po- sitivas y seguras que le ayuden a superarlos. Algunas ideas son

- Escuchar música
- Ver su película o programa de televisión favorito
- Comer sano
- Hablar con un amigo
- Recibir un abrazo de alguien de confianza
- Pedir consejo a un adulto de confianza
- Mover el cuerpo para hacer algo de ejercicio
- Reducir el tiempo de pantalla en línea

Otra actividad consiste en escribir tres cosas que le resulten divertidas y agradables y tres personas de su vida que siempre le ayuden a sentirse bien. Manténgalos como sus "go-tos" cuando sienta que está pasando por un momento difícil.

COMUNIQUE RESPETUOSAMENTE LO QUE QUIERE Y NECESITA

Los comentarios de los defensores de los jóvenes de todo el mundo revelan un tema común: A veces, puede resultar difícil decir que no o pedir las cosas que uno necesita. De hecho, ser asertivo es una habilidad que se aprende y, como ocurre con cualquier otra habilidad, se mejora con la práctica. Como activista y defensor de los jóvenes, puede que se le dé bien comunicar lo que piensa y defender los problemas o a los demás. ¿Cómo podría aplicar esas mismas habilidades para comunicar y defender sus propias necesidades? He aquí algunos consejos:

- Tómese su tiempo para pensar en lo que usted quiere y necesita, en contraposición a lo que los demás quieren y necesitan de usted.
- Utilice frases con 'yo'. Pida lo que quiere o necesita empezando por 'yo' o 'mi':
- "Mi preocupación es que..."
- "Creo que yo..."
- "Siento que yo..."
- "Cuando estoy..."
- "Necesito..."
- "Me gustaría..."
- "Espero que..."
- Diga no. Aprender cuándo y cómo decir no es una forma importante de cuidarse. Decir que no puede ser difícil.

He aquí algunas ideas y frases que pueden ayudarle.
-Haga saber a los demás que ellos importan, pero usted también:
-"Se lo agradezco, pero no, gracias".
-"Me preocupo por ti, pero no puedo".
-"Puedo ver por qué esto podría convenirle, pero no funciona bien para mí".
-Sugiera una alternativa, pero asegúrese de que es una que funciona para usted:
-"Hoy no tengo tiempo, pero ¿quizás dentro de unas semanas?"
-"Esto no es muy realista para mí, ¿quizás podría preguntarle a X?"
-"No quiero hacer X ahora mismo, pero ¿qué le parece si en su lugar hacemos Y?

GESTIONAR EL ESTRÉS

Muchas experiencias o acontecimientos pueden causar estrés en la vida diaria, y algunos acontecimientos de mayor envergadura pueden provocar una tensión mayor. Usted no está solo. Todo el mundo experimenta estrés en algún momento de su vida, y diferentes técnicas pueden ayudarle a manejarlo de forma po- sitiva. Controlarse a sí mismo, como se ha indicado anteriormente, es un buen comienzo. Simplemente haga una pausa para pensar y reflexionar. ¿Cuáles son las tres cosas que más le han estresado esta semana? ¿Cuáles son las tres cosas que más le han ayudado a reducir el estrés esta semana? No puede escapar del estrés, pero puede intentar mantener el equilibrio en su vida.

También puede ser útil reconocer cómo afecta el estrés a su cuerpo y a su mente:
-Los síntomas emocionales pueden incluir sentirse triste o retraído o experimentar un miedo abrumador repentino, una preocupación intensa o cambios de humor severos.
-Los síntomas físicos pueden incluir un corazón acelerado, respiración rápida, sudoración, dolores de cabeza, náuseas o vómitos, pérdida de apetito o cambios drásticos de peso.
-Los síntomas conductuales pueden incluir discusiones o arrebatos repentinos de ira, autolesiones, aumento o consumo inusual de drogas o alcohol o de tabaco, alejamiento de amigos o familiares, cambios en los patrones de sueño o cambios drásticos de personalidad.
-Los síntomas cognitivos pueden incluir pensamientos acelerados, incapacidad para concentrarse o pensamiento nublado.

Ejercicios calmantes

La respiración lenta y profunda es una de las formas más sencillas y rápidas de calmar el cuerpo cuando se siente demasiado estresado o experimenta fuertes sentimientos difíciles. Aquí tiene un enlace a un vídeo de ejercicios de respiración que le servirá de guía.

Guarde este truco en su bolsillo trasero para los momentos de agobio. Este breve vídeo de la Organización Mundial de la Salud también proporciona una técnica de conexión a tierra que puede ayudar:
-Cierre los ojos y siéntese cómodamente.
-Fíjese en cómo se siente y en lo que piensa.
-Desacelere y conecte con su cuerpo realizando tres respiraciones lentas y profundas.
-Vuelva a centrarse en lo que le rodea poniendo en marcha sus diferentes sentidos: ¿qué ve, qué oye, qué huele, qué saborea y qué siente? (Si en algún momento se siente incómodo, no dude en hacer una pausa o parar y reajustarse. Puede requerir un poco de práctica hacerlo bien y obtener todos los beneficios, pero siga con ello).

Para obtener más conocimientos prácticos que le ayuden a hacer frente al estrés, consulte la publicación de la OMS 'Hacer lo que importa en tiempos de estrés: Una guía ilustrada'. Unos minutos al día bastan para practicar las técnicas de autoayuda que se exponen en la guía, que puede utilizarse sola o con los ejercicios de audio que la acompañan.

Determinar cuándo necesita ayuda

Puede dar miedo admitir que necesita apoyo, pero hacerlo es un signo de valentía y fortaleza.



He aquí ocho señales de que puede necesitar apoyo para gestionar sus honorarios o apoyar su salud mental y su bienestar:

- Le cuesta levantarse de la cama o se siente cansado todo el tiempo
- Retirarse y evitar a los amigos o las tareas que necesita hacer
- Pérdida de interés por las actividades habituales
- Tener problemas de concentración
- Experimentar irritabilidad
- Sentirse triste la mayor parte del día, casi todos los días
- Tener pensamientos o sentimientos de querer hacerse daño, o sentir que la vida no tiene sentido
- Experimentar cualquiera de las anteriores durante más de un par de semanas

Encontrar ayuda

Mantener una mente y un cuerpo sanos significa buscar constantemente diferentes acciones que pueda emprender y métodos que pueda utilizar para apoyar su viaje. Es igualmente importante saber dónde obtener información y apoyo cuando los necesite. Nunca está solo. Tiene a su disposición diferentes estructuras y métodos de apoyo en diferentes momentos de su viaje de defensa. Construir un sólido conjunto de herramientas repleto de recursos de apoyo puede ayudarle en los momentos difíciles. Ya dispone de algunas herramientas que le han enseñado a respirar, a reflexionar sobre una situación o unos sentimientos y a atravesar la adversidad con suavidad. Si en algún momento siente que está sufriendo una verdadera crisis de salud mental, llame al número local de emergencias o a sus contactos médicos para que le deriven a un especialista. Sin embargo, si no se enfrenta a una emergencia, puede encontrar apoyo en sus amigos y colegas.

Cuando lo necesite:

- Consuelo, hable con un amigo en quien confíe
- Orientación, recurra a un adulto en quien confíe
- Apoyo, hable con un líder comunitario o con alguien de su comunidad que le apoye
- Perspectiva, interactuar y comprometerse con otros jóvenes que atraviesan situaciones similares

Aunque pedir ayuda puede dar miedo, la ayuda de otras personas puede cambiar positivamente su vida. Si tiene dificultades y no sabe qué decir o cómo expresar que necesita ayuda, pruebe con algunos de estos ejemplos:

-Cuando no sabe lo que necesita: "Me siento . No estoy segura de qué pedir, pero creo que necesito apoyo. ¿Está libre para hablar (día/hora)?".
-Cuando se sienta atascado: "Tengo dificultades. ¿Podemos (quedar/ etc.) en (fecha)? Me encantaría que me ayudara a pensar algunas ideas y a hacer un plan".
-Cuando no quiere hablar de ello: "Estoy en un mal momento pero tampoco estoy preparada para hablar de ello. Me encantaría charlar/hacer una actividad juntos para ayudarme a distraerme".
-Cuando necesite sentirse conectado: "¿Puede ponerse en contacto conmigo (en la fecha/ todos los días) para asegurarse de que estoy bien?"
-"No me ha ido bien. ¿Te importaría mandarme un mensaje cada mañana para saludarme? Me ayudaría mucho".
-"Hola amigo. He estado algo triste últimamente. ¿Quieres que nos enviemos selfies por Snapchat antes de acostarnos cada noche, sólo para ver cómo estamos?"
-"Me siento mal. ¿Qué te parece ser compañeras de autocuidado? Podríamos enviarnos un mensaje de texto una vez al día, con algo que hayamos hecho para cuidarnos, y me encantaría recibir cualquier idea que tengas".
-"Últimamente me he estado aislando. ¿Qué te parece si nos vemos unas cuantas veces a la semana? Me encantaría estar más en contacto".
-¿Puede compartir conmigo algún recuerdo favorito o recordarme alguno de nuestros buenos momentos juntos?

Su lista personal de recursos

Su caja de herramientas no está completa sin recursos adicionales. Tómese su tiempo para encontrar las organizaciones y grupos de apoyo en sus comunidades (antes de que los necesite).

Algunos ejemplos son:

-Líneas de ayuda: Encuentre los números de teléfono o las direcciones web de las líneas de ayuda locales, provinciales, nacionales e internacionales de apoyo a la salud mental y física.
-Grupos de apoyo: Busque información de contacto de diversos grupos que ofrezcan apoyo entre iguales, ya sea en línea o en persona.
-Sitios web: Mantenga una lista de organizaciones centradas en la salud mental y el bienestar de las personas, junto con la información de sus sitios web.
-Redes sociales: Siga cuentas que le proporcionen motivación diaria, así como las cuentas de organizaciones centradas en la salud mental y el bienestar.
-Grupos profesionales: Únase a grupos de personas con intereses similares para apoyar su causa y su viaje; también pueden ayudarle cuando se sienta abrumado.
-Profesional: Acuda a un profesional de la salud mental en los momentos difíciles

Sentirse atascado

En varios momentos del proceso de defensa puede sentirse atascado, confuso o desmotivado. No se desespere. Se trata de una parte normal del pro- ceso, y a menudo en esos momentos hará todo lo posible por aprender

Consiga apoyo.

Intente encontrar a alguien con quien pueda hablar y compartir ideas: un amigo, tutor, padre, profesor o colega. El apoyo y el aliento personal son importantes, así que intente encontrar a alguien con quien relacionarse.

Recuerde que no está sola.
A veces usted será la primera persona en abrir un camino que otros puedan seguir, y ésta puede ser una experiencia solitaria. Recuerde que jóvenes de todo el mundo han emprendido tareas similares y se han enfrentado a retos parecidos. Lea las historias de los demás, busque ejemplos similares al suyo y vea cómo otras personas han manejado sus situaciones. Conéctese con jóvenes en diferentes plataformas -en su comunidad local o en un grupo en línea- para compartir ideas. Al hacerlo, empezará a desarrollar soluciones creativas o innovadoras.

No intente hacerlo todo usted solo.
Puede que usted sea el principal impulsor de una causa, pero no es un superhombre y no puede hacerlo todo solo. Es fácil asumir demasiado y quemarse con facilidad, así que asegúrese de cuidar de sí mismo, así como de su causa. Empiece a formar un equipo de personas que puedan ayudarle a alcanzar sus objetivos. Recuerde que cada persona tiene un conjunto diferente de habilidades y capacidades, y trabajando con un equipo puede empezar a distribuir la carga de trabajo y participar en el proceso de defensa de forma más eficaz.

Recurra a los recursos y a las personas disponibles.
Existen muchos recursos para apoyarle durante su viaje de promoción. Eche un vistazo a La Juventud Opina, Internet de las Cosas Buenas y otras plataformas en busca de inspiración y orientación. Busque organizaciones que trabajen en su área temática para obtener apoyo y una posible colaboración con otros jóvenes. ("Guía de promoción juvenil de UNI- CEF")

Navegar por la defensa ética: No hacer daño en la defensa de los jóvenes

-Evitar la instrumentalización de los jóvenes y sus objetivos
-En la defensa de la juventud, es crucial proteger a los jóvenes y sus objetivos para que no sean utilizados con otros fines, especialmente en lugares donde los desequilibrios de poder podrían aprovecharse de su entusiasmo e idealismo. Este peligro es particularmente alto en zonas afectadas por conflictos, donde diferentes grupos podrían intentar utilizar los movimientos juveniles por razones políticas o para mantener la violencia.
-Para reducir este riesgo, los defensores deben centrarse en capacitar realmente a los jóvenes. Eso significa asegurarse de que sus opiniones no sólo se escuchan, sino que también se toman en serio y se actúa en consecuencia. Algunas formas de hacerlo son animar a los jóvenes a asumir papeles de liderazgo, enseñarles a pensar de forma crítica y a defender sus intereses, y hacer que los procesos de toma de decisiones sean más abiertos y responsables.
-Navegar por la defensa en sociedades divididas y comprometer a distintas comunidades
-Abogar por la paz en sociedades profundamente divididas exige navegar por dinámicas sociales, políticas e históricas complejas. En las zonas de conflicto, las comunidades pueden estar polarizadas por líneas étnicas, religiosas o ideológicas, lo que dificulta el fomento de la unidad y la reconciliación.
-Una defensa eficaz implica tender puentes por encima de las divisiones, promover el diálogo y la comprensión y abordar las causas profundas de los conflictos. Es esencial comprometerse con comunidades diversas de forma respetuosa e inclusiva.

manera, reconociendo sus perspectivas y experiencias.

-Los enfoques que tienen en cuenta los conflictos, como el análisis de conflictos y la educación para la paz, pueden ayudar a los defensores a abordar cuestiones delicadas y a generar confianza entre las partes interesadas. La colaboración con las organizaciones locales de base y los líderes comunitarios también es crucial para garantizar la relevancia y la legitimidad de los esfuerzos de promoción.

-Abogar por la paz en zonas de conflicto

-Abogar por la paz en zonas de conflicto conlleva riesgos inherentes debido al entorno volátil y a menudo hostil. Además de enfrentarse a la oposición de los grupos armados y de las estructuras de poder atrincheradas, los defensores de la paz también pueden encontrar la resistencia de segmentos de la población que se benefician del statu quo o que perciben los esfuerzos de paz como una amenaza para sus intereses.

-Los riesgos para los defensores incluyen amenazas a la seguridad personal, intimidación, acoso e incluso violencia. En las regiones afectadas por conflictos, abogar por la paz puede verse como un desafío a la dinámica de poder existente y a los intereses creados, lo que hace a los defensores vulnerables a las represalias.

-A pesar de estos riesgos, abogar por la paz es esencial para romper el ciclo de la violencia y construir una paz sostenible. Los defensores deben dar prioridad a su propia seguridad y a la de sus comunidades, al tiempo que buscan el apoyo de aliados locales e internacionales para amplificar sus voces y proteger sus derechos.

-Mitigar los riesgos y aumentar la resiliencia

-Para mitigar los riesgos y fomentar la resiliencia, los defensores de la paz en zonas de conflicto deben realizar evaluaciones exhaustivas de los riesgos, identificar las amenazas potenciales y desarrollar planes de contingencia para casos de emergencia. Esto puede incluir el establecimiento de redes de comunicación, espacios seguros y rutas de evacuación en caso de peligro.

-Establecer alianzas con organizaciones de la sociedad civil, defensores de los derechos humanos e iniciativas internacionales de consolidación de la paz puede proporcionar apoyo y solidaridad adicionales. Los defensores también deben abogar por la protección jurídica de los defensores de los derechos humanos y por mecanismos de rendición de cuentas para los autores de actos de violencia e intimidación.

-Al dar prioridad a la seguridad y el bienestar y, al mismo tiempo, mantenerse firmes en su compromiso con la paz, los defensores pueden superar los retos que supone abogar por la paz en zonas de conflicto y contribuir a un cambio positivo en sus comunidades.

Conclusión

A medida que continúe su viaje como defensora, recuerde que cuidar de su bienestar emocional es tan importante como luchar por su causa. Si practica la regulación emocional, se examina a sí misma con regularidad y replantea los pensamientos negativos, podrá cultivar la resiliencia y mantener una base sólida para sus esfuerzos de defensa.

Es esencial reconocer que el trabajo de defensa puede ser emocionalmente ca-lligante, y está bien buscar apoyo cuando sea necesario. Ya sea hablando con un amigo de confianza, buscando ayuda profesional o realizando actividades de autocuidado, dé prioridad a su bienestar mental mientras trabaja para crear un cambio positivo en el mundo.

Aunque la abogacía puede ser increíblemente gratificante, es importante abordarla con cautela y atención. Tenga cuidado de evitar el agotamiento estableciendo límites, marcándose un ritmo y buscando el equilibrio en su vida. Recuerde que su bienestar es primordial y que, cuidando de sí mismo, podrá seguir teniendo un impacto significativo en su comunidad y más allá.

Descargo de responsabilidad: El trabajo de defensa implica riesgos inherentes, como la tensión emocional y el agotamiento. Es esencial dar prioridad al autocuidado y buscar apoyo cuando sea necesario. Además, sea consciente de sus límites y fronteras, y recuerde que está bien tomarse descansos y pedir ayuda. Cuidándose, podrá mantener sus esfuerzos de defensa y seguir marcando la diferencia en el mundo.

Recuerde, ¡hasta los superhéroes duermen la siesta! Cuídese, porque el mundo necesita sus poderes, pero también necesita que recargue las pilas.

Recursos

"Manual de incidencia política". Foro Europeo de la Juventud, https://www.youthforum.org/topics/advo- cacy-handbook. Consultado el 27 de abril de 2024.
"Guía de promoción de la juventud de UNICEF". UNICEF, 29 de julio de 2022, https://www.unicef.org/lac/en/re- ports/unicef-youth-advocacy-guide. Consultado el 27 de abril de 2024.
Reforzar el papel de los jóvenes en la prevención y resolución de conflictos, Informe1 Comisión de Cultura, Ciencia, Educación y Medios de Comunicación Asamblea Parlamentaria, Consejo de Euroe, Ponente: Sra. Inka HOPSU, Finlandia, Grupo de los Socialistas, Demócratas y Verdes PRINCIPIOS RECTORES SOBRE LA PARTICIPACIÓN DE LOS JÓVENES EN LA CONSTRUCIÓN DE LA PAZ, Interagencia
Network pon Youth Development, Naciones Unidas,

El debate no violento como herramienta para la participación de los jóvenes y para contrarrestar la polarización y la radicalización juveniles.

Por el Centro Studi Sereno Regis

El enfoque del Debate No Violento, desarrollado por el Centro Studi Sereno Regis, entre 2020 y 2024 se basa en pilares esenciales, cada uno de ellos destinado a construir un diálogo eficaz y significativo:

-La creación de un espacio seguro donde cada voz pueda expresarse libremente y ser escuchada con respeto;

-La promoción de la escucha activa, inspirada en el modelo de Marianella Sclavi, que hace hincapié en la importancia de comprender realmente los puntos de vista de los demás.

-Se centra en la toma de conciencia de los dilemas personales y las con- tradicciones internas y sociales, un enfoque inspirado en Betzavá. Incluye la distinción entre posiciones, intereses y necesidades, esencial para comprender la dinámica del adebate.

El enfoque aborda la escalada de la violencia y la toma de conciencia de sus fundamentos, siguiendo las enseñanzas de Pat Patfoort. Hace hincapié en la importancia de comunicar "por los fundamentos", de nuevo según el enfoque de Patfoort, y explora diversas técnicas de facilitación para guiar eficazmente los debates. Estos pilares constituyen el núcleo del proyecto, garantizando que cada debate sea constructivo, integrador y transformador.

El debate no violento puede ser una buena práctica y un enfoque interesante que puede utilizarse para desarrollar competencias esenciales para apoyar la participación cívica en contextos de guerra o posconflicto, para apoyar la resiliencia del tejido social y para contrarrestar los fenómenos de pola- rización y radicalización entre la población juvenil.
Ejemplo de flujo de un taller utilizando el debate no violento

PROCESOS DE DEBATE

Los participantes se emparejan y discuten sus expectativas y temores sobre el curso que comienzan. Posteriormente, las parejas se agrupan en equipos más grandes, y cada equipo tiene la tarea de sintetizar elcontenido surgido de las parejas que lo componen.
Debriefing en sesión plenaria sobre el proceso (palabra, liderazgo, poder):
¿Cómo fue la organización para que todos pudieran hablar?
¿Cree que hubo un uso igualitario de la palabra? ¿Alguien tomó la iniciativa? ¿Por qué? ¿Cómo?

Los participantes se emparejan y debaten "qué ofrezco, qué necesito que me dé el grupo para crear un espacio seguro" para el curso que están empezando. Posteriormente, las parejas se agrupan en equipos más grandes y cada equipo se encarga de unificar el contenido surgido de sus parejas constituyentes. enriqueciéndose con el contenido y las necesidades de otras personas.
Debriefing en plenario sobre el proceso (palabra, liderazgo, poder): ¿Cómo fue la organización para que todos pudieran hablar?
¿Cree que hubo un uso igualitario de la palabra? ¿Alguien tomó la iniciativa? ¿Por qué? ¿Cómo?
¿Este ejercicio ha sido diferente del anterior?

CREACIÓN DE EQUIPOS

Se forman grupos. Cada grupo tiene la tarea de construir una torre utilizando únicamente hojas de papel. La estructura debe cumplir criterios de estabilidad y altura y debe mantenerse en pie de forma independiente durante un minuto.Los equipos disponen de tiempo dedicado a discutir y definir la estrategia de construcción: pensar de forma creativa, intercambiar ideas y desarrollar un plan bien meditado que utilice sus habilidades y puntos fuertes colectivos. Una vez armados con un plan claro, los equipos se embarcan en la fase de cons- trucción del reto. Los facilitadores y los participantes miden cada torre contando el tiempo.

Debriefing en sesión plenaria:
¿Hubo retos u obstáculos que encontrara durante la construcción de la estructura?
¿Cómo los superó?
¿Su equipo experimentó desacuerdos o conflictos durante el proceso? ¿Cómo se resolvieron?
¿Cambió el plan o la estrategia inicial de su equipo a medida que construía la estructura? En caso afirmativo, ¿qué motivó estos cambios?
Reflexionando sobre el proceso de toma de decisiones, ¿cómo hizo su equipo para elegir y dar prioridad a determinadas ideas o enfoques?
¿Su equipo experimentó algún descubrimiento inesperado durante el proceso? En caso afirmativo, ¿cómo se adaptó?
Mirando hacia atrás, ¿qué haría de forma diferente si tuviera que enfrentarse de nuevo al reto?

EQUITY

Divídanse en parejas. Cada pareja sólo dispone de una hoja y un marcador. La tarea consiste en dibujar la palabra "equidad" en la misma hoja sin hablar.
Debriefing en sesión plenaria:
¿Fue equitativo conseguir el objetivo? Equidad
de la vida cotidiana

LIBERTAD

El animador se sitúa en el centro de la sala y formula la pregunta ¿Qué importancia tiene para usted la libertad?
Se invita a los participantes a alinearse (situarse cerca o lejos del facilitador en función de su respuesta personal).
Los participantes se dividen en grupos y escriben una definición colectiva de la libertad.

Comparación en el pleno:
¿Quedó satisfecho con la definición que escribió? ¿Se sintió
libre en el proceso de la definición?

Pausa de 20 minutos durante la cual los participantes permanecerán atados a los grupos (grupos anteriores) por los dedos con un hilo. Sesión informativa en sesión plenaria tras el descanso:

¿Cómo se sintió?
¿Soportó la definición la prueba de la prescripción?
¿Mantuvo los principios de libertad en los que pensaba en un contexto en el que la libertad estaba privada?
¿Cómo se entrelazan/intermedian mis valores personales con las relaciones sociales? ¿Hasta qué punto es democrático?
¿por qué le resuena esta opinión?

El facilitador lee en voz alta una serie de afirmaciones potencialmente polarizadoras (por ejemplo, el servicio militar obligatorio a los 18 años debería ser obligatorio) y cada participante se sitúa en una línea imaginaria que va del 0% de acuerdo al 100% de acuerdo (o se sitúa más o menos cerca del facilitador en función de lo de acuerdo que esté). También es posible hacer que los propios participantes escriban en un post-it los temas que consideran polarizantes, que el facilitador recogerá y leerá en voz alta. Los temas más polarizantes se debatirán en parejas durante un paseo reflexivo, utilizando la escucha activa (es decir, repitiendo, antes de exponer la propia opinión, lo que ha dicho el interlocutor para asegurarse de que uno lo ha entendido) y los fundamentos*(véase la sección de definiciones). El objetivo es profundizar cada vez más a través de preguntas como éstas:
¿Por qué le resuena esta opinión? ¿Cómo he llegado a tener esta opinión?
Quién o qué ha influido en mi vida para formarme esta opinión

LA MAYORÍA DECIDE

Cada participante reflexiona individualmente sobre su posición con respecto a las siguientes cuestiones, escribiendo sí o no al lado de cada una de ellas; después las discute en parejas mediante el método anterior (paseo reflexivo, escucha activa, fundamentos): La mayoría debe decidir...
¿Se me permite fumar en espacios públicos?
¿Si se deben permitir símbolos religiosos en las escuelas?
¿Si debe construirse un aeropuerto en mi barrio?
¿Recortar la financiación de las ONG?
¿Deberían prohibirse las bolsas de plástico?
¿Si la interrupción del embarazo debe ser legal? ¿Si la eutanasia debe ser legal?
¿Dejar entrar o no inmigrantes en mi país? Si la adopción por personas del mismo sexo debe ser legal

MÁSCARAS

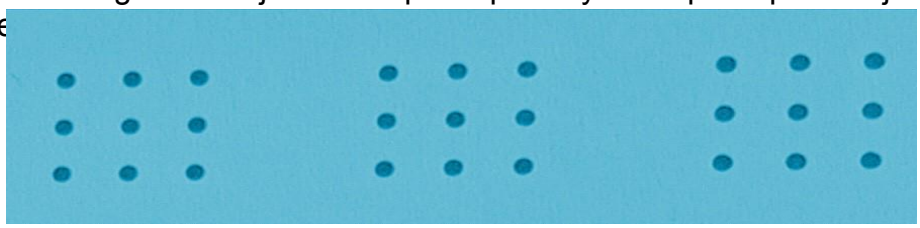
Cada participante ha creado una máscara que le representa en las discusiones/debates, reflexionando sobre cuestiones como:
¿Llevo máscaras en ciertos temas?
¿Prefiero llevar una máscara en ciertas discusiones para conformarme con la opinión más aceptada? ¿Y por qué: para evitar la incomodidad, el miedo al rechazo o para evitar el debate? ¿Creo que tengo una opinión fuerte cuando en realidad no la tengo?
A continuación, cada participante construye su máscara y la presenta.Por parejas se for-

med para la reflexión final.

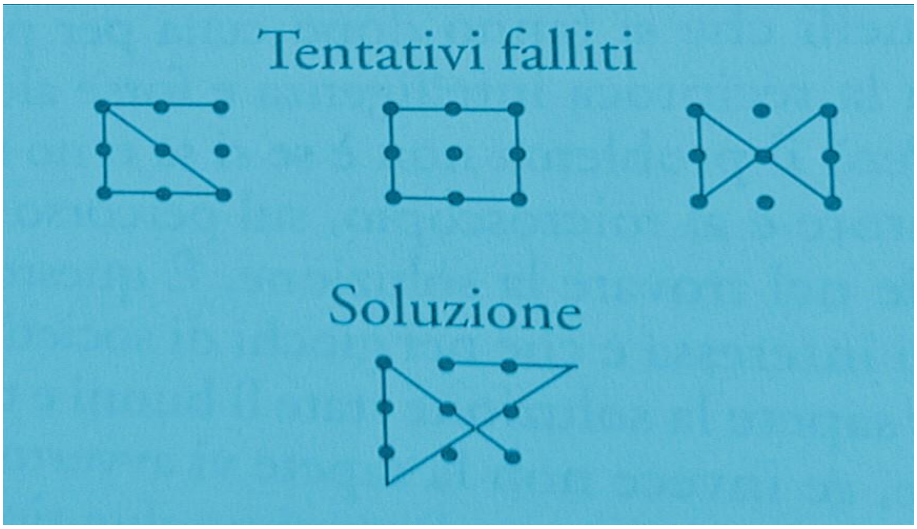
7 reglas del arte de escuchar

Se propone a los participantes una serie de actividades, cada una de ellas relacionada con una regla del arte de escuchar (véase Marianella Sclavi).La actividad se propone antes de leer la regla a losparticipantes, para que puedan reflexionar sobre la base de laexperiencia que acaban de tener y deducir la regla de la forma más independiente posible.

Puntos: Se entrega una hoja a cada participante y se le pide que dibuje en ella al menos tre



El objetivo es conectar los 9 puntos con 4 líneas rectas sin levantar el lápiz del papel. Donde acaba una línea, debe empezar otra. Se pide a los participantes que hagan visibles los distintos caminos que se les ocurran dibujando rápidamente tres intentos en las tres reproducciones de los nueve puntos, aunque se den cuenta de que esos caminos no resuelven el problema y parecen inútiles.



Como puede verse en la Fig. 2, la mayoría de la gente se imagina un marco al ver los puntos. Mientras uno se mantenga dentro de este **"marco imaginario",** no es posible resolver el problema.

Debriefing en sesión plenaria

La regla asociada a esta actividad **es: lo que ve depende de su punto de vista. Para ver su punto de vista, necesita cambiar de perspectiva.**

Cliente/Recepcionista: El grupo se dispone en círculo. Entre el grupo de participantes, se elige a una persona para que sea la recepcionista y a otra para que sea un cliente del hotel. Es fundamental que ambas personas hablen un idioma que la otra no entienda. El recepcionista sale de la habitación mientras elcliente, con ayuda del resto del grupo, inventa una situación o problema absurdo

para informar a la recepcionista.
Cuando el recepcionista vuelve a entrar en la habitación, comienza la conversación: el cliente expone la situación y el recepcionista intenta comprender y ayudar a resolver el problema. Cada una de las dos personas sólo puede hablar en la lengua que la otra no entiende. El resto del grupo observa. Al cabo de unos minutos, la discusión se interrumpe.
Debriefing en sesión plenaria.

La regla asociada a esta actividad es: **si quiere entender lo que otro dice, debe estar dispuesto a creer que tiene razón y pedirle que le ayude a entender por qué lo piensa.**

Videomarketing: Los participantes se dividen en grupos. Cada grupo tiene un objeto (cualquier objeto vale) y debe montar una presentación de videomarketing, presentándolo como esencial para la supervivencia en una isla desierta. Disponen de 20 minutos para prepararse. Cada grupoperforma.
Debriefing en sesión plenaria.

La regla asociada a esta actividad es: **para convertirse en un experto en el arte de escuchar, debe utilizar un método humorístico, perouna vez que ha aprendido a escuchar, el humor surge de forma natural.**

Alubias: Los participantes se organizan en grupos formados en círculo. A cada grupo se le gi- ven una cantidad de alubias secas que supere en dos el número de miembros del grupo. Estas judías se colocan en el centro del círculo. Cada participante puede coger tantas alubias como desee, con el objetivo de alcanzar un número total predeterminado de alubias (este total se establece en función de la asignación inicial de alubias a cada grupo). El juego se desarrolla en rondas y, al final de cada ronda, el animador duplica las judías que quedan en el centro de cada círculo y que nadie cogió, proporcionando judías adicionales para la siguiente ronda. El objetivo de cada grupo es **elaborar una estrategia eficaz** para que uno de sus miembros pueda acumular el número necesario de judías para ganar.
El principio ligado a esta actividad es que un buen oyente explora los **ámbitos de lo posible.** Las señales de mayor importancia son las que se per- ciben como insignificantes y molestas, al margen e irritantes, sobre todo cuando desafían las creencias establecidas.

10 PASOS

Los participantes se disponen al azar por la sala y comienzan a caminar libremente por el espacio siguiendo las instrucciones del animador:
dar diez pasos con los ojos abiertos
dar ocho pasos con los ojos abiertos y dos con los ojos cerrados dar seis pasos con los ojos abiertos y cuatro con los ojos cerrados dar cuatro pasos con los ojos abiertos y seis con los ojos cerrados dar dos pasos con los ojos abiertos y ocho con los ojos cerrados dar diez pasos con los ojos cerrados

Se pide a los participantes que permanezcan con los ojos cerrados y se dispongan

en parejas con la persona que tengan al lado (sin saber quién es esa persona). Cada pareja se coloca espalda con espalda y, aún con los ojos cerrados, comienzan a bailar al ritmo de la música.
Sesión plenaria informativa.

La regla asociada a esta actividad es **"las emociones son las herramientas cognitivas básicas si puede entender su lenguaje. No le informan sobre lo que ve, sino sobre cómo lo ve. Su código es relacional y analógico".**

GUERRA DE SILLAS

Los participantes forman un círculo. El animador dice a cada persona una tarea(hablándole al oído para que los demás no puedan oírla).Cada participante sólo conoce su propia tarea y no la de los demás. Hay tres tareas: disponer todas las sillas en círculo,hacer que todos los participantes se sienten en las sillas, disponer todas las sillas alrededor de una columna (o de otra cosa de la sala). Cuando cada participante haya recibido su tarea, comenzará la actividad.
Sesión plenaria de información.

La regla asociada a esta actividad es **"un buen oyente no evita los con- flictos, sino que los aborda como oportunidades para practicar en un campo que le apasiona: la gestión creativa de conflictos".**
Las Reglas restantes:

si quiere entender lo que otro dice, debe estar dispuesto a creer que tiene razón y pedirle que le ayude a entender por qué lo piensa.

lo que usted ve depende de su punto de vista. para ver su punto de vista, necesita cambiar de perspectiva.

Algunas píldoras teóricas....
Fundamentos: los fundamentos están en la base de los puntos de vista. Son la razón de ser de los puntos de vista: necesidades, emociones, objetivos, intereses, valores, hábitos. Reglas para expresar los fundamentos:
Toda fundación debe responder a la pregunta "¿por qué?"; toda
fundación debe comenzar con la palabra "yo";
Evite verbos como "quiero". "lo sé" y expresiones como "creo que..."; Utilice
verbos que expresen emociones.

¡Atención!:
No transformar nuestros fundamentos en argumentos positivos→Generalizar
nuestro pensamiento;
No transformemos nuestros fundamentos en unaargumentación negativa contra otro punto de vista;No transformemos nuestros fundamentos en unaargumentación negativa contra otra persona.

La violencia: La raíz y los mecanismos

El modelo subyacente de la violencia es el modelo mayor (M) - menor (m). En este modelo, las dos partes en conflicto se encuentran en una posición de disparidad, lo que produce la dominación de una y la sumisión de la otra. Por otra parte, el modelo subyacente de la no violencia es el modelo de equivalencia (E - E), en el que las dos partes se encuentran en una posición de igualdad y el objetivo es resolver el conflicto de forma que ambas queden satisfechas.

Tanto una reacción violenta (agresión) como una reacción no violenta (re-sistencia no violenta) se basan en el instinto de autoconservación. En el mecanismo de la violencia, la agresión puede producirse en forma de escalada de violencia (M ataca a m, que reacciona atacando a su vez a M), la cadena de violencia (M ataca a m, que reacciona poniendo a un tercero en la posición de m), y la interiorización de la violencia (Mattacks m, que no reacciona atacando a su vez a M ni poniendo a un tercero en la posición de m, sino que descarga la violencia sobre sí mismo).

Método Betzavta: Betzavta es una palabra hebrea y significa "juntos". El título de este método de aprendizaje de la democracia, desarrollado por el Instituto Adam de Israel, constituye al mismo tiempo el programa y el trasfondo filosófico. El método Betzavta pretende sacar a la luzdilemas y con- flictos, tanto en la sociedad como en uno mismo.A menudo, en un conflicto, cada parte cree que tiene "razón". Adilemma permite experimentar ambos lados, yendo más allá de la necesidad de tener razón o de demostrar que el otro está equivocado.Sacar a la luz el dilema proporciona a las personas una comprensión más profunda de sí mismas. Los participantes llegan a darse cuenta de cosas que pueden haber sido obvias para los demás pero ocultas a su propia visión (por ejemplo: "Quiero la igualdad, pero en realidad no quiero la igualdad").

Consejos para diseñar y facilitar un debate no violento

Enfatice la dimensión del No Juicio. Cree un clima no competitivo para la exploración.
Deje espacio para la reflexión sobre las creencias y los valores personales. Pase de la dimensión grupal a la interpersonal.
Proponga preguntas que echen por tierra las certezas para reconstruir el diálogo con los demás.
No medie, pero ayude a la gente a permanecer en el proceso.
No aspire a un resultado de aprendizaje predefinido; no busque soluciones. Céntrese en el proceso.
Acoger la vulnerabilidad de no saber; no forzarse a tener una opinión.

Ralentice la discusión.

Consejos para distribuir democráticamente el poder de palabra

Los facilitadores deben ser conscientes del contexto: dinámica de grupo, evitar entablar discusiones individuales.

Utilice un lenguaje inclusivo.

Mantenga la complejidad y no simplifique en exceso.

Consejos para preparar las preguntas: sencillas y claras, estimulantes, deben aportar energía, invitar a una exploración e investigación más profundas, hacer visible lo implícito y abrir nuevas posibilidades de razonamiento.

Acciones locales en el contexto del proyecto

En este capítulo, exploramos los impactantes esfuerzos de las organizaciones socias in- volucradas en el proyecto "Trabajo juvenil para la rehabilitación de jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados". Estas acciones locales tuvieron lugar del 5 de enero al 31 de agosto de 2023 en nueve países socios. Trabajadores juveniles dedicados dirigieron iniciativas para apoyar a jóvenes de entre 14 y 30 años afectados por la guerra.

Buscando un impacto cada taller se estructuró en torno a tres módulos - Conócete y compréndete a ti mismo, Conoce y comprende a los demás y Conoce y comprende a la sociedad - las actividades abarcaron temas esenciales como la salud, el autocuidado, la identidad, los valores y el compromiso social.

Asimismo, las organizaciones asociadas recibieron instrucciones para medir el impacto y los resultados mediante:

- Grupos focales con trabajadores juveniles dirigidos por cada socio.
- Exploró la preparación, implementación y creación de espacios seguros.
- Eficacia evaluada en el apoyo a la socialización y la integración.
- Evaluación del impacto a través de los cambios observados en el comportamiento, las actitudes y los pensamientos de los jóvenes participantes.

La intención era evaluar cada metodología, comprender su potencial y también sus puntos débiles e identificar las mejores prácticas de los facilitadores con el fin de desarrollar un conjunto de herramientas para mejorar nuestros repertorios a la hora de trabajar con jóvenes afectados por la guerra.

Este capítulo engloba los esfuerzos de nueve organizaciones asociadas de todo el mundo:

- Centro de Euroiniciativas (Ucrania)
- Red de Jóvenes Embajadores de la Paz (Francia)
- ¡Paz arriba! - Verein für Friedenspädagogik und gewaltfreier Konflikttrans- formation (Alemania)
- Asociación de libre-pensadores de la sierra (LPS) (España)
- Local Peace Kosovo (Kosovo)
- SAGLAMDU SUNCE GENCLER TESKILATI ICTIMAI BIRLIYI (Azerbaiyán)
- CENTRO DE INICIATIVAS JUVENILES GYUMRI ONG (Armenia)
- Fundacja Help.NGO Polska (Polonia)

Cada organización desempeñó un papel crucial en la configuración de las acciones locales, haciendo hincapié en el potencial de las iniciativas dirigidas por jóvenes para fomentar la resiliencia, la esperanza y la curación en las comunidades afectadas por conflictos armados.

Lo más importante es que las actividades de trabajo con jóvenes fueron orquestadas por animadores juveniles formados que habían seguido un curso de formación especializada. Armados con los conocimientos adquiridos durante este curso, estos animadores elaboraron planes de estudios que comprendían al menos cinco sesiones de 90 minutos, adaptadas a las necesidades específicas de las comunidades en las que se desarrollaban las actividades. El enfoque era doble: trabajo juvenil de emergencia para los desplazados y trabajo juvenil a largo plazo para los que buscaban integrarse en sus comunidades.

FRANCIA

Nombre de la acción Trabajo juvenil para la rehabilitación de jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados a través de la danza
Organización líder: Jóvenes Embajadores de la Paz Francia
Lugar Thonon-les-Bains
Resumen: Thonon-les-Bains, una ciudad situada en la región de Auvernia-Ródano-Alpes, al igual que muchas ciudades de Francia, se enfrenta a varios problemas sociales. Entre ellos destacan las preocupaciones relacionadas con el desempleo, sobre todo entre los jóvenes, y la integración de los inmigrantes, como los refugiados ucranianos, que pueden tener dificultades para adaptarse a un nuevo entorno cultural y social. La iniciativa de YPAN Fran- ce aborda la rehabilitación de los jóvenes afectados por la guerra, en particular los refugiados ucranianos, a través de una serie de innovadores talleres de danza y movimiento como herramientas de curación e integración.
El objetivo principal de la iniciativa era proporcionar una salida terapéutica y expresiva a los jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados a través de la danza y el movimiento, permitiéndoles procesar sus traumas y emociones de una forma creativa y no verbal.
Los objetivos incluyen mejorar el bienestar físico y mental, fomentar la capacitación y la confianza en uno mismo, promover la comprensión intercultural y medir el impacto de los programas de rehabilitación en el bienestar emocional y social.



Los talleres informaron:
La iniciativa arrancó con una serie de talleres dirigidos por la facilitadora Vavenko Nataliia. Los talleres, de tres horas de duración cada uno, se centraron en diferentes as- pectos de la danzaterapia:

-Taller de improvisación (5 de octubre de 2023): Haciendo hincapié en la expresión de las emociones, la conciencia corporal y la interacción entre los participantes.
-Taller de estiramientos (12 de octubre de 2023): Utilizar los estiramientos como herramienta de rela- ción y bienestar general.
-Taller de danza contemporánea (22 de octubre de 2023): Dirigido a los aspectos terapéuticos de la danza contemporánea para el alivio de los síntomas postraumáticos.

El proyecto utilizó los lugares disponibles, incluidas las sedes de la organización y los espacios públicos, y un número sostenible de 10 participantes acudió a cada una de las tres reuniones.
Un claro indicador de la carga emocional preexistente de los participantes es que algunos de ellos dudaron en firmar o ser fotografiados, lo que refleja un mayor nivel de miedo y una falta de seguridad percibida en la comunidad. Los organizadores abordaron esta cuestión asegurando a los participantes que podían comprometerse sin firmar la lista ni aparecer en las fotos. La iniciativa también expresó su deseo de llegar a un público más amplio, haciendo hincapié en la relevancia universal del tema más allá del grupo objetivo.

Los participantes encontraron la experiencia transformadora, ya que les proporcionó una salida terapéutica y creativa para procesar el trauma y las emociones. La iniciativa mejoró con éxito el bienestar físico y mental, aumentó la confianza en sí mismos y facilitó la integración social y el entendimiento intercultural. En esta línea, un participante declaró *"El intercambio cultural a través de la danza ha sido revelador. No se trata sólo de movimiento; se trata de comprender las historias de los demás y de encontrar el respeto mutuo. Aquí he hecho amigos para toda la vida y estoy agradecida por ello".*

La iniciativa pretende seguir creando un espacio seguro e inclusivo a la vez que in- corpora las reacciones para mejorar. La sensibilidad cultural sigue siendo una priori- dad, y los planes incluyen implicar a la comunidad, conseguir más recursos y llevar a cabo una investigación continua para obtener mejores resultados. El objetivo final es lograr un impacto más significativo en la rehabilitación e integración de las personas afectadas por la guerra y los conflictos armados.

ALEMANIA

Nombre de la acción: Construir puentes de paz: Un viaje transformador en HeleneCamp
Duración de las acciones:
Organización líder: ¡Paz arriba!
Lugar: Brandemburgo, Francfort
Resumen: Comprensión intercultural, concienciación sobre la salud mental y un sentimiento de paz y reconciliación entre 60 jóvenes participantes de Polonia, Alemania, Bulgaria, Ucrania, Francia e Israel.

En colaboración con el socio Pewobe gGmbH de Fráncfort (Oder), la iniciativa "Pasado y futuro: Construyamos el puente de la Paz" se desarrolló en el sereno entorno del HeleneCamp, cerca de Fráncfort del Oder, en Brandeburgo. Este proyecto, realizado en el marco del campamento de verano anual de las Ciudades Hermanadas en el lago Helene, tenía como objetivo fomentar el entendimiento intercultural, la concienciación sobre la salud mental y un sentimiento de paz y reconciliación entre 60 jóvenes participantes de Polonia, Alemania, Bulgaria, Ucrania, Francia e Israel.

Situado a 8 km de Fráncfort, en la localidad de Oder, en medio del bosque, el remoto lugar proporcionó un telón de fondo inestimable para el crecimiento personal, la formación de equipos y una experiencia holística. El diverso grupo de participantes, que se enfrentaba a diversos retos, se reunió para explorar la paz y construir conexiones en medio de sus singulares orígenes.

La iniciativa constaba de seis módulos, cada uno diseñado para abordar ob- jectivos específicos y contribuir a los objetivos generales del proyecto:

-Día 1/17 de junio de 2023 Conocerse. Mensaje de paz: Centrado en la construcción de la comunidad, en la elaboración de un mensaje de paz compartido y en inspirar a los participantes para que inicien o se comprometan en proyectos relacionados con la paz.
-Día 2/30 de julio de 2023 Conocerse. Identidad individual y colectiva. Estereotipos - Prejuicios - Discriminación: Profundizar en el im- pacto de los estereotipos, los prejuicios y la discriminación, fomentando el pensamiento crítico, la autorreflexión, la empatía y la tolerancia.
-Día 3/31 de julio de 2023 Objetivos Europeos de la Juventud: Presentó a los participantes los Objetivos Europeos de la Juventud, fomentando el debate sobre el papel de la juventud en la construcción de un futuro mejor y explorando la conexión entre estos objetivos y la paz.
-Día 4/1 de agosto de 2023 Mi paz interior. Salud Mental: Online VS Offline. ¿Qué determina nuestra salud mental? Exploración de la autoconciencia, factores que influyen en la salud mental y estrategias para el bienestar mental, incorporando prácticas de mind- fulness.
-Día 5/2 de agosto de 2023 Conflictos. Comprensión de la paz en diferentes países: Fomentó la comprensión de las perspectivas de paz, alentó el diálogo, el pensamiento crítico, la empatía y la cooperación para abordar los retos mundiales.
-Día 6/3 de agosto de 2023 Recuerdo y reconciliación: Facilitó debates sobre el recuerdo histórico y la reconciliación, y preparó a los participantes para una visita al Memorial y Museo de Sachsenhausen.



Durante los debates sobre las perspectivas de paz en los distintos países surgió un reto inesperado, relacionado concretamente con el sentimiento de las participantes israelíes de no estar suficientemente representadas. Esto dio lugar a una sesión adaptada y a debates en grupos más pequeños, fomentando un ambiente más inclusivo.

La iniciativa produjo resultados tangibles, como una exposición fotográfica, un artículo, un podcast, un vídeo y pinturas, que muestran las perspectivas de los participantes sobre la paz y su visita al Memorial y Museo de Sachsenhausen. Además, se expusieron 49 mensajes de paz en Fráncfort del Oder el Día Internacional del Niño.

La iniciativa tuvo un impacto positivo en los participantes al promover la comprensión cultural, reducir los prejuicios, aumentar la concienciación sobre la salud mental y capacitar a los jóvenes para un compromiso comunitario positivo. Se espera que estos cambios se extiendan a sus respectivas comunidades, mejorando la cohesión social, el apoyo a la salud mental, el compromiso de los jóvenes, la resolución de conflictos y la promoción de la ciudadanía global.

Testimonio de un participante:
"¿Por qué la gente sigue teniendo conflictos y guerras? ¿Tal vez porque no se comunican entre sí? ... Así que, ¡comparta, explique, profese, discuta e intente comprender!" - Liza, Alemania, 15 años

Conclusión:

La iniciativa "Pasado y futuro: Construyamos el puente de la paz" logró tender puentes entre orígenes diversos, fomentando la comprensión, la empatía y la paz. La participación de múltiples moderadores y el meditado diseño de los modu- les garantizaron la facilitación eficaz de la dinámica de grupo, haciendo de esta iniciativa un modelo para el diálogo intercultural y el crecimiento personal.

ITALIA

Nombre de la acción: CivicoZero Torino: Nutrir la pertenencia y la identidad de los jóvenes refugiados mediante el intercambio cultural
Organización líder: Centro Studi Sereno Regis
Lugar: Turín, Italia
Resumen: Reconstruir un sentimiento de pertenencia e identidad mediante la creación de un entorno seguro, recuperando la dimensión del juego y la diversión, y ofreciendo espacios estéticamente evocadores para experimentar la belleza.

En colaboración con CivicoZero Torino, el Centro Studi Sereno Regis de Tori- no, se embarcó en una iniciativa transformadora centrada en la rehabilitación de jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados. Esta iniciativa de trabajo juvenil se dirigía específicamente a menores no acompañados y jóvenes migrantes de entre 14 y 19 años recién llegados al país de acogida, Italia. Estos menores se enfrentaban a los retos de la adquisición del idioma y corrían el riesgo de ser marginados en el contexto de la polarización política y la presencia de campañas de desinformación y de los medios de comunicación dirigidas a este grupo específico.

El programa, que se llevó a cabo en lugares de Turín como la sede de CivicoZero, un Mercado Abierto, la biblioteca del Centro Studi Sereno Regis y el Caffé San Carlo, pretendía abordar las necesidades de estos jóvenes. Los par- ticipantes fueron reclutados a través de una academia de italiano especializada e identificaron sus necesidades junto con el profesor. Entre ellas se incluían la creación de un espacio seguro, el fomento de la confianza, la recuperación del sentido de la infancia y la reconstrucción de un sentimiento de pertenencia e identidad.

El objetivo general era reconstruir el sentimiento de pertenencia y de identidad, perdido debido a la separación del país de origen, mediante la valorización de su cultura de origen a través de actividades como juegos típicos y recetas de comida. Los objetivos específicos incluían crear un entorno seguro, recuperar la dimensión del juego y la diversión, y ofrecer espacios estéticamente evocadores para experimentar la belleza.

La iniciativa constó de cuatro reuniones, en cada una de las cuales se empleó la educación no formal con metodología no violenta:

-Cortile del Maglio, 23/08/11: Actividades introductorias para fomentar la introspección y la creación de relaciones (90 min).
-Centro Studi Sereno Regis (CSSR), 18/08: Actividades para reforzar la confianza y el sentimiento de pertenencia mediante la identificación de intereses comunes (90 min).
- CSSR, 24/08: Expresión a través del intercambio de juegos infantiles y respetuosos
interacción (90 min).
- Mercado de Porta Palazzo, CSSR, Caffè San Carlo, 28/08: Recrear un familiar ambiente preparando y compartiendo comida típica (todo el día).

Cada reunión contó con 15-20 participantes, dirigidos por un facilitador experto, apoyado por cuatro facilitadores, 2-3 mediadores lingüísticos y un profesor de idiomas.



Dado que las participantes acababan de llegar a Italia y todas estaban aprendiendo el idioma local, la iniciativa abordó con éxito las barreras lingüísticas gracias a las capacidades multilingües de las facilitadoras. Un reto adicional que implicaba una posible exclusión durante la visita a una cafetería local se gestionó de forma proactiva estableciendo comunicación con el personal de antemano.

Los adolescentes, que inicialmente desconfiaban de otras culturas, mostraron curiosidad y gradualmente formaron lazos de amistad. Las reuniones se convirtieron en citas regulares anticipadas, lo que provocó un aumento de las actitudes positivas y de los intercambios de información con- táctica entre los participantes. Los comentarios de los participantes destacaron el disfrute de los momentos de intercambio cultural con juegos y comida. Se subrayó la importancia de los mediadores lingüísticos, y los planes futuros incluyen informar a los profesores sobre las actividades previstas y diseñar itinerarios educativos más largos para lograr un impacto más significativo.

A través del intercambio cultural, la creación de confianza y las actividades divertidas, la iniciativa ha dejado un impacto positivo en las vidas de estos jóvenes, proporcionándoles una comunidad de apoyo mientras afrontan los retos de su nueva realidad.

UCRANIA

Nombre de la acción: Títeres para la paz: La juventud ucraniana empodera a los niños desplazados por la fuerza
Organización líder: Centro de Euroiniciativas
Lugar: Sumy, Ucrania
Resumen: Teatro de marionetas para proporcionar una salida creativa y momentos de paz a los niños desplazados internos en Sumy, Ucrania

Tras su participación en el programa de formación "Youth Work for Re- habilitation of Young People Affected by War and Armed Conflicts", el equipo de la organización ucraniana Center for Euroinnitiatives, inició un proyecto significativo destinado a implicar a los jóvenes en actividades relacionadas con la paz. Se centró en la creación de un teatro de marionetas para proporcionar una salida creativa y momentos de paz a los niños desplazados internos de Sumy, reconociendo los retos a los que se enfrentan debido a la guerra que se está librando en Ucrania.

La elección del teatro de marionetas fue intencionada, dada su naturaleza inmersiva e imaginativa, que permite a los niños escapar de las duras realidades de la guerra a la vez que fomenta la creatividad, la comunicación y la autoexpresión. Dirigido a adolescentes de 14 a 19 años, el equipo reclutó a 17 participantes entusiastas a través de plataformas de medios sociales y de la organización del Centro de Euroiniciativas.

El proyecto se desarrolló a través de varias reuniones, cada una dedicada a diferentes aspectos de la creación de un espectáculo de marionetas:
- Día 1 "Conocerse. Los fundamentos teóricos de la paz y consolidación de la paz" (15.06.2023)
- Día 2 "Escribir historias para el guión del futuro espectáculo de marionetas" (20.06.2023)
- Día 3 "Taller artístico de preparación del futuro espectáculo de marionetas" (22.06.2023)
- Día 4 "Trabajar con la pantalla" (27.06.2023)
- Día5 "Cómo trabajar con marionetas, con público" (29.06.2023)
- Día 6 "Ensayar los papeles, el trabajo con el público, combinar todos los elementos: marionetas, música, luz, trabajo con el público" (30.06.2023)
- Día 7 "El ensayo general" (06.07.2023)



Todas las jornadas fueron actividades de medio día por la mañana en el centro juvenil local de Sumy.

El proyecto de teatro de marionetas del equipo ucraniano es un testimonio del poder transformador de las iniciativas dirigidas por jóvenes. Al implicar a los jóvenes desplazados internos, el proyecto no sólo proporcionó momentos de paz sino que también empoderó a participantes y espectadores por igual. El éxito de la iniciativa pone de relieve el potencial del arte y la creatividad para aportar consuelo y alegría a los afectados por los conflictos. El compromiso del equipo y el impacto positivo en los participantes y los espectadores ponen de relieve la importancia de este tipo de proyectos para fomentar la resiliencia y la esperanza en las comunidades que se enfrentan a la adversidad.

KOSOVO:
Nombre de la acción: Festival de Arte en Mitrovica: Fomentar la curación, el diálogo y el desarrollo de habilidades
Duración de las acciones: 3 días
Organización líder: Paz Local
Lugar: Mitrovica Sur
Resumen: cooperación bicomunitaria en el festival de arte por el diálogo y los derechos hu- manos

El "Festival de Arte" de Mitrovica, Kosovo, organizado por Localpeace en colaboración con el Espacio Social para la Deconstrucción, surgió como un acontecimiento transformador que abordaba el trauma de posguerra, las tensiones étnicas y el desarrollo de habilidades entre los jóvenes. El singular contexto histórico de Mitrovica, marcado por las divisiones étnicas, sirvió de telón de fondo para una experiencia de inmersión de tres días ai- meditada para implicar y rehabilitar a los jóvenes afectados por el conflicto.

Mitrovica es una ciudad dividida por el río Ibar, con la parte norte poblada por serbios de Kosovo y la parte sur por albaneses de Kosovo. La tensión entre las dos comunidades es visible y está muy presente en la idiosincrasia de la ci- dad mientras que cada año se producen varios episodios de escalada. El grupo destinatario del proyecto "Art Fest" incluía a jóvenes de varias comunidades y el evento, de tres días de duración, abordó temas relacionados con el trauma de posguerra, las tensiones étnicas y el desarrollo de habilidades, dando respuesta a las necesidades identificadas de antemano mediante la investigación en línea y el compromiso de la comunidad.

Utilizando espacios de Mitrovica Sur, el proyecto se benefició de un gar- den abierto proporcionado por el Espacio Social para la Deconstrucción y de las instalaciones interiores de la Asociación de Sordomudos.

El objetivo principal del "Festival de Arte" era implicar y rehabilitar a los jóvenes afectados por el conflicto. Los objetivos incluían fomentar la autoexpresión a través del arte, concienciar sobre los Derechos Humanos, promover el diálogo intercomunitario y proporcionar oportunidades de desarrollo de habilidades prácticas.

Resumen del programa:

-Día 1/28.07.2023: Comenzó con un Taller de escritura colectiva, que animó a los participantes a expresar sus recuerdos y traumas de forma anónima a través del arte. Culminó con la exposición "Inscribiendo el cuidado", fomentando la reflexión y el diálogo.
-Día 2/29.07.2023: Presentó una "Estación de Arte Abierto", pintura de caras y debates sobre Derechos Humanos. Concluyó con un taller de lenguaje y comunicación inclusivos para mejorar el entendimiento entre las comunidades.
-Día 3/30.07.2023: Incluyó otra "Estación de Arte Abierto", una sesión sobre la profundidad de la paz y un taller de construcción de la paz, que inspiró a los participantes a contribuir activamente a los esfuerzos por la paz.

Abordar temas delicados y tratar el trauma de posguerra y las ten- siones étnicas exigió una facilitación cuidadosa para garantizar que los participantes se sintieran seguros y apoyados, mientras que, al mismo tiempo, los diversos orígenes lingüísticos plantearon retos en la comunicación, lo que exigió que los facilitadores encontraran formas eficaces de garantizar una comprensión clara. A nivel logístico, la coordinación del uso de diferentes lugares presentó retos, exigiendo una planificación y coordinación meticulosas.



Por otro lado, la participación de jóvenes trabajadores de Alemania, Francia y Suiza, junto con organizaciones locales como Bone Vet Mitrovica, que ofrecieron cursos gratuitos de impresión en 3D el segundo día, añadió un valor inesperado al evento.

Los resultados tangibles, como exposiciones de arte y escritura que muestran la creatividad de los participantes y una mayor concienciación sobre los Derechos Humanos. El proyecto también tuvo repercusiones más amplias, ya que fomentó la mejora de las relaciones entre participantes de distintas comunidades y proporcionó conocimientos prácticos de costura e impresión en 3D.

Para futuras actividades, se recomienda implicar activamente a los socios locales para alinear las iniciativas con las necesidades de la comunidad. Adaptar las actividades a los retos específicos del público destinatario aumenta la pertinencia, mientras que buscar oportunidades para una mayor participación de la comunidad garantiza un alcance más amplio. Para amplificar el impacto, es crucial explorar vías de financiación adicional que garanticen un éxito sostenido y contribuciones significativas a las comunidades implicadas.

ARMENIA

Nombre de la acción:
- Desarrollo personal: Autoconciencia, autoestima y autoeducación.
- Comprender las distinciones entre conflicto y violencia.
- Practique técnicas eficaces de comunicación y gestión de conflictos.
- Aprenda estrategias de gestión del estrés y explore nuestros valores.

Duración de las acciones: 9 días
Organización líder: YIC Armenia: Centro de Iniciativa Juvenil
Lugar: Gyumri, Armavir y Gavar, Armenia
Resumen: Fomentar el crecimiento personal de los jóvenes mediante la exploración de la autoconciencia, la autoestima, la autoeducación, la resolución de conflictos, la comunicación eficaz, la gestión del estrés y el descubrimiento de valores.

Tras participar en los programas de formación del proyecto "Trabajo juvenil para la rehabilitación de los jóvenes afectados por la guerra y los conflictos armados", los participantes de YIC Armenia (ONG "Youth Initiative Centre") dirigieron 9 (nueve) actividades diferentes en los centros juveniles abiertos "Youth Hous" de las comunidades de Gyumri, Armavir y Ga- var, con el objetivo de fomentar el crecimiento personal de los jóvenes de 13 a 18 años a través de la exploración de la autoconciencia, la autoestima, la autoeducación, la resolución de conflictos, la comunicación eficaz, la gestión del estrés y el descubrimiento de valores.

A través de las actividades, los jóvenes exploraron elementos clave cruciales para el crecimiento per- sonal e interpersonal. Profundizamos en la importancia de la autoconciencia, la autoestima y la autoeducación, reconociendo su papel fundamental en la formación de los individuos. Además, examinamos las disparidades entre conflicto y violencia, haciendo hincapié en la importancia de la resolución constructiva de conflictos. También discutimos las estrategias para una comunicación eficaz y la gestión de conflictos, habilidades esenciales para fomentar unas relaciones sanas. Por otra parte, exploramos técnicas de gestión del estrés para promover el bienestar y descubrimos la importancia de descubrir nuestros valores y alinearnos con ellos.

Al abordar estos temas, pretendíamos capacitar a los jóvenes como individuos para afrontar los retos de la vida con resiliencia y autenticidad.



AZERBAIJÁN

Nombre de la acción: Necesidades simbólicas en la transformación de conflictos: identidad nacional y memoria colectiva
Duración de las acciones: Dos talleres de media jornada
Organización líder: "SENTIDO COMÚN
Lugar: Sumgait, Azerbaiyán
Resumen: Talleres de media jornada sobre identidad y nacionalismo en el contexto de un conflicto armado con jóvenes desplazados internos

En las ciudades de Sumgait y Barda, cerca de la capital, Bakú, donde aún resuenan los ecos de la guerra de Karabaj, la Or- ganización Juvenil "SENTIDO COMÚN" llevó a cabo una iniciativa de transformación del conflicto ai- mando a comprender mejor el simbolismo de la guerra, centrándose en la identidad nacional y la memoria colectiva.

En la región se ha asentado un número importante de refugiados desde la guerra de los 90 con Armenia, por lo que constituyó un telón de fondo pertinente para esta exploración. El grupo objetivo de esta actividad estaba formado por jóvenes de entre 15 y 25 años, principalmente de la región de Absheron, afectada por el conflicto. Muchos de los participantes habían tenido experiencias directas o indirectas con la guerra y una parte notable había participado anteriormente en actividades de consolidación de la paz, lo que demostraba un gran interés por la resolución de conflictos.

Para comprender las necesidades de los participantes, se adoptó un enfoque dinámico; en lugar de un esquema predefinido de evaluación de las necesidades, se invitó a los participantes a compartir sus perspectivas sobre los conflictos, la prevención de la violencia, la consolidación de la paz y la reintegración al inicio de la sesión de formación. La organización se dotó de los recursos necesarios, incluidos el lugar de celebración, el apoyo técnico y los voluntarios, y facilitó un programa que pretendía explorar el papel de las necesidades simbólicas en la resolución de conflictos.



Resumen de actividades:

La actividad 1 duró medio día (8.8.2023) de 11:00 a 15:00 en Barda. 16 personas participaron. Un facilitador - Vafa Farajli.

La actividad 2 duró media jornada (17.09) de 11.00 a 15.00 horas en la Casa de la Juventud de Sumgayit. Asistieron 8 participantes. Una facilitadora, Nigar Muzaffarova, dirigió la sesión de formación.

- Introducción y presentación del tema (11:00 - 11:15)
- Acción - "¡Soy yo!" (11:15 - 11:45)
- Proyección de un cortometraje sobre los orígenes del conflicto + debate (11:45 - 12:15)
- La identidad nacional y su papel en los conflictos, incluidos los subtemas (12:15 - 13:00)
- Almuerzo y pausa para el té (13:00 - 13:45)
- "La memoria colectiva como necesidad simbólica en la transformación de conflictos" (13:45 - 14:15)
- Actividad (14:15 - 14:45)
- Observaciones finales, clausura de la sesión y reflexión (14:45-15:00)

El principal reto al que se enfrentaron fue la escasa representación juvenil debido a la infravaloración social de los temas de consolidación de la paz y transformación de conflictos. A pesar de la activa promoción en los medios sociales, sólo asistió un tercio de los participantes previstos. El reto persistió hasta el último momento de la puesta en marcha. Sin embargo, el compromiso activo del pequeño grupo compensó el número limitado, contribuyendo positivamente a la calidad de la formación.

Ejemplo de actividad - "Yo o no yo"

Coloque dos tarjetas en la sala, una tarjeta con las palabras "yo", y "no yo". Lea en voz alta las preguntas y deje que los participantes elijan la tarjeta y adopten su posición. Tras adoptar la posición haga una breve pausa y los participantes podrán mirar a su alrededor y preguntarse: ¿Con quién estoy de pie? ¿Pertenezco a la mayoría o a la minoría? ¿Cómo me siento en la posición elegida? No se permiten comentarios. Cada uno puede decidir por sí mismo si quiere responder a una pregunta en voz alta o no.

Ejemplos de preguntas:

- ¿Quién vive todavía en la zona donde nació?
- ¿Quién de ustedes es una chica/mujer?
- ¿Quién de ustedes es un niño/hombre?
- ¿Quién de ustedes es zurdo?
- ¿Quién de vosotros ha venido hoy a la escuela en coche?
- ¿Quién de ustedes creció de niño con un padre y una madre?
- ¿Quién de ustedes tiene más de dos hermanos?
- ¿Quién de ustedes puede hablar más de dos idiomas?
- ¿Quién hace deporte con regularidad? - ¿Quién toca un instrumento?
- ¿Quién de ustedes tiene ya hijos propios?

Preguntas informativas:

•¿Cómo se sintió? - ¿Qué notó? - ¿Qué preguntas provocaron las reacciones más fuertes? - ¿En qué grupo (mayoritario/minoritario) me encontré más a menudo? ¿Qué sentimientos le provocó esto?

Un elemento positivo inesperado fue la participación de escolares, que aportaron nuevas perspectivas y vitalidad a los debates. Esta contribución imprevista aumentó la calidad general y el interés de las sesiones. A pesar de la escasa concienciación inicial, el compromiso de los participantes más jóvenes puso de relieve la importancia de abordar estos temas entre los jóvenes de Sumgait.

Los comentarios de los participantes al final de la sesión reflejaron la relevancia de la formación para sus necesidades de aprendizaje. Todos los participantes reconocieron la importancia de las narrativas relacionadas con la identidad en la transformación de conflictos. Dos par- ticipantes indicaron un cambio completo en sus puntos de vista, mientras que cuatro estuvieron parcialmente de acuerdo en que la formación influyó positivamente en sus perspectivas sobre el nacionalismo y la identidad en el contexto de un conflicto.

Para amplificar el impacto, la organización reconoce la necesidad de programas de formación más largos y completos, haciendo hincapié en un efecto multiplicador. Las sesiones de un día, aunque impactantes, pueden no ser suficientes para concienciar a grupos más amplios. Un proyecto global y a largo plazo que aborde diversos aspectos de la formación de la identidad, su impacto en los conflictos y los retos sociopolíticos más amplios se considera esencial para crear un impacto duradero en la comunidad.

POLONIA

Nombre de la acción: Tender puentes entre los jóvenes afectados por la guerra y
Comunidad local: Capacitar a los jóvenes mediante acciones locales
Duración de las acciones: 4 talleres **Organización líder**:
Fundacja Help.NGO **Lugar:** Gdańsk, Gdynia
Resumen:

Actividad 1. Taller de trabajo juvenil informado sobre el trauma
En colaboración con Embajadores de la Paz Polonia, Fundacja Help.NGO con- dujo un taller de Trabajo Juvenil Informado por el Trauma titulado "Trabajando con Jóvenes Afectados por la Guerra en Ucrania". El acto tuvo lugar en The Social Zone de Gdansk, un lugar destacado para las celebraciones de las ONG. Este encuentro atrajo a 150 ONG, movimientos cívicos y grupos de toda Polonia.
El grupo destinatario incluía a representantes de ONG que trabajan con jóvenes en Polonia y Ucrania, trabajadores juveniles y jóvenes afectados por la guerra. El taller pretendía abordar los problemas de salud mental, los trastornos educativos y las dificultades económicas a las que se enfrentan los jóvenes afectados por la guerra. La promoción del evento se llevó a cabo a través de los canales de las redes sociales y en colaboración con Embajadores de la Paz Polonia.

El taller, impartido bilingüe en polaco y ucraniano, duró 90 mi- nutos. Abarcó estadísticas sobre traumas, principios de trabajo juvenil informados sobre traumas y el método de los "4 Espíritus". A pesar de las preocupaciones sobre la franja horaria y el ruidoso lugar, el evento formó con éxito a 12 personas interesadas en trabajar con jóvenes afectados por la guerra. El entusiasmo y las ganas de aprender de los participantes fueron resultados positivos notables.
Un aprendizaje importante para futuros eventos es considerar un entorno más cerrado para mejorar la atención de los participantes.

Actividad 2. Taller de análisis y resolución de conflictos
En colaboración con Embajadores de la Paz Polonia, Fundacja Help.NGO organizó dos talleres titulados "Construir puentes entre comunidades en conflicto" en la Academia Naval Polaca de Gdynia. La dinámica social del lugar, in- fluenciada por la cultura marítima y el nacionalismo, proporcionó un telón de fondo único.

El grupo destinatario incluía a estudiantes de la Academia Naval Polaca que cursan estudios de relaciones internacionales y pedagogía, trabajadores juveniles en potencia y futuros responsables de la toma de decisiones. El taller pretendía facilitar una comprensión global de la dinámica de los conflictos y reflexionar sobre los conflictos y la radicalización.

El acto tuvo lugar en una sala de conferencias de la biblioteca de la Academia Naval Polaca, equipada con recursos como rotafolios, rotuladores, agua y asientos. El taller abarcó dos sesiones de 90 minutos que incluyeron debates en grupo, mapeo de necesidades, identificación de factores y reflexión final.
A pesar de desafíos como la comunicación violenta y las limitaciones de tiempo, el evento formó con éxito a 10 personas interesadas en trabajar con personas afectadas por la guerra.

El entusiasmo de los participantes y su gran interés por aprender fueron sorpresas positivas. Las recomendaciones para futuros eventos incluyen considerar sesiones más largas y organizar actividades de seguimiento.

Actividad 3. Taller de lucha contra el discurso del odio
En colaboración con Embajadores de la Paz Polonia, Fundacja Help.NGO con- dujo un taller sobre "La lucha contra el discurso del odio y la interacción con personas con experiencia de guerra y conflictos armados" en la Academia Naval Polaca de Gdynia.

Al igual que en el evento anterior, el grupo destinatario estaba formado por alumnos de la Academia Naval Polaca que estudian relaciones internacionales y pedagogía, trabajadores juveniles potenciales y futuros responsables de la toma de decisiones. El taller pretendía dotar a los participantes de conocimientos y habilidades para combatir la incitación al odio e interactuar con sensibilidad con personas que han vivido la guerra.
El acto tuvo lugar en una sala de conferencias de la biblioteca de la Academia Naval Polaca, con recursos y disposición de asientos similares. Las dos sesiones de 90 minutos abarcaron la definición del discurso del odio, la reflexión sobre las consecuencias, la interacción con personas afectadas por la guerra y la reflexión final. Superando retos como la comunicación violenta y la escasa participación, el taller formó con éxito a 15 personas interesadas en trabajar con personas afectadas por la guerra.

El entusiasmo de los participantes y su gran interés por aprender fueron sorpresas positivas. Las recomendaciones para futuros eventos incluyen considerar sesiones más largas y organizar actividades de seguimiento.

ESPAÑA

Nombre de la acción: Explorando el Contexto Local: La naturaleza en Cercedilla y Explorando las oportunidades que tenemos como ciudadanos
Organización líder: Libre Pensadores de la Sierra con la asociación Diaconía
Lugar: Cercedilla, zona noroeste de Madrid
Resumen:

En Cercedilla, un pueblo rural de la zona noroeste de Madrid, se da una gran variedad de problemas sociales, especialmente entre los refugiados procedentes de zonas de conflicto armado y los jóvenes que necesitan integración y apoyo. Libre Pensadores de la Sierra, en colaboración con Diaconía, organizó actividades destinadas a fomentar el intercambio cultural y ofrecer oportunidades locales a estos jóvenes indivi- duales, de entre 14 y 35 años y afectados por contextos violentos en su lugar de origen.

El objetivo principal de la iniciativa era crear un espacio en el que los jóvenes refugiados y la población local pudieran reunirse, intercambiar aprendizajes culturales y explorar las oportunidades que se les ofrecían en España. Los objetivos incluían dar a conocer Erasmus Plus y las oportunidades locales, fomentar las amistades y crear una red sostenible de personas locales e inmigrantes.

Talleres:
La iniciativa comenzó con una serie de talleres el 2 de febrero de 2024, dirigidos por dos facilitadores y a los que asistieron nueve participantes. Las actividades se con- dujeron a lo largo de todo el día en un albergue gestionado por Diaconía en Cercedilla: Introducción y energizante: Comenzó con una breve introducción a Libre Pen- sadores de la Sierra, seguida de una sesión de dinamización para romper el hielo y crear un ambiente relajado.

Exploración de oportunidades: Explicación de las oportunidades disponibles para los participantes en España, adaptada a sus situaciones específicas.
Sesión de lluvia de ideas: Debate sobre lo que los participantes sentían que faltaba en sus vidas actuales, que desembocó en una lluvia de ideas sobre posibles soluciones.
Identificación de intereses: Se identificaron los intereses de los participantes en pintura, música y escritura, y se creó una lista de recursos locales, personas y asociaciones para apoyar estos intereses.
Invitaciones a la formación: Informó a los participantes sobre las sesiones de formación y les invitó per- sonalmente a participar.

La incomodidad inicial y la reticencia de los participantes a comprometerse abiertamente se superaron utilizando rompehielos y creando un ambiente relajado. Las barreras lingüísticas se abordaron con la ayuda de facilitadores para la traducción y aprovechando Google Translate. Además, los participantes bilingües ayudaron a traducir a los que sólo hablaban su lengua materna.

La curiosidad desempeñó un papel importante una vez establecida la confianza.
El disfrute de los participantes dio lugar a vínculos más fuertes y a una experiencia más atractiva, lo que aumentó el impacto de las actividades. Este disfrute y esta vinculación fomentaron un sentimiento de comunidad y de apoyo mutuo.

Los resultados de la acción local son:

- Creó un grupo de apoyo sostenible.
- Mayor conocimiento de las oportunidades locales y europeas.
- Fomentó nuevas relaciones y planes entre las comunidades locales y migrantes.
- Una cita de un participante que muestra la cruda realidad de la falta de integración es "Desde que llegué, nunca nadie me invitó a un acto".



Conjunto integral de herramientas para la capacitación y la rehabilitación de los jóvenes

El trabajo de los jóvenes en los conflictos

Conjunto integral de herramientas para la capacitación y la rehabilitación de los jóvenes

Conjunto de herramientas aplicadas en el marco del proyecto Trabajo juvenil para la rehabilitación de jóvenes afectados por la guerra

Diseñado y editado por Arturo Ongil Rodríguez.

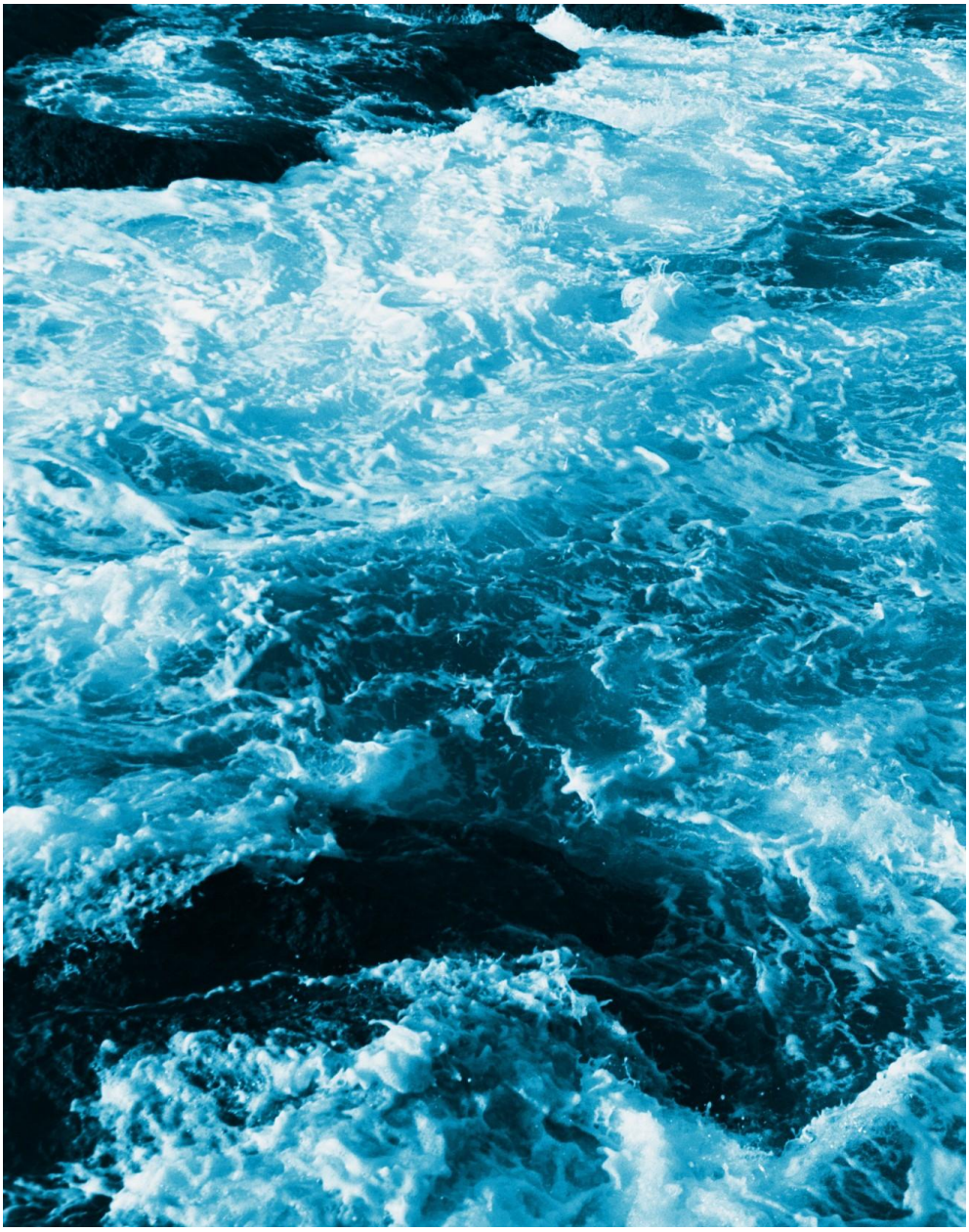
Co-funded by the European Union

Proyecto cofundado por la Unión Europea

Con contribuciones de:

2024

Caja de herramientas implementada en el marco del proyecto Trabajo Juvenil para la Rehabilitación de Jóvenes Afectados por la Guerra por:
LISTA DE ORGANIZACIONES ASOCIADAS



Conjunto integral de herramientas para la capacitación y la rehabilitación de los jóvenes

Co-funded by
the European Union