

Informe

Proyecto de Bienestar Integral Comunitario Cecrea 2023



cecrea
centros de creación



cecrea
centros de creación

Coordinación y ejecución Proyecto Bienestar Integral: La Matriz Arte y Cultura.

Coordinación general Proyecto Bienestar Integral: Carla Lizama F.

Guía Metodológica Nacional Proyecto Bienestar Integral: Silvia Andreu M.

Diseño y redacción de informe Proyecto Bienestar Integral: Silvia Andreu M.

Diseño de infografías: Cristian Marambio R.

Coordinación nacional Cecrea: Teresita Calvo F.

Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio, diciembre 2023.

Programa Centros de Creación (Cecrea).

www.cecrea.cl

PROYECTO
BIENESTAR INTEGRAL COMUNITARIO 2023

Informe final

Introducción

Desde julio de este año, Cecrea emprendió el importante desafío de diseñar e implementar el proyecto [Bienestar Integral Comunitario 2023](#). El origen de esta iniciativa se vincula a la importancia de contribuir, desde el quehacer cultural y creativo de Cecrea, a la necesidad social de que niñas, niños y jóvenes desarrollen un curso de vida basado en la satisfacción respecto de su vida (bienestar subjetivo individual) y en el bienestar acerca del mundo que habitan (bienestar subjetivo con la sociedad)¹.

Esto se encuentra en línea con el marco normativo actual que, a partir de la [Ley 21.430](#), establece un sistema de garantías y protección de los derechos de la niñez y la adolescencia, instituyendo la relevancia del ejercicio efectivo de sus derechos como un pilar fundamental para su bienestar.

Por lo anterior y por la importancia de fortalecer la dimensión socioemocional, la salud mental y la convivencia cotidiana de NNJ a raíz de las diversas crisis acontecidas en varios ámbitos de desarrollo social durante los últimos años, las [Orientaciones Cecrea 2023](#) plantearon la necesidad de aportar al bienestar integral de NNJ mediante su incorporación como contenido transversal en la programación de los equipos regionales. Cabe destacar que esta decisión se vio reforzada, posteriormente, por la información recopilada en las primeras [Escuchas Creativas 2023](#) del año, en las que se pudo identificar la importancia que tiene para las/os NNJ el ser apoyadas/os en su desarrollo emocional y en la construcción de vínculos saludables con quienes les rodean como aspectos relevantes para sentirse bien, siendo esto significado por ellas/os por medio de frases como: *“bienestar es un lugar donde me protejan”, “disfrutar de cada momento de la vida”, “conocerme a mí mismo”, “poder crear y compartir”, “tener tiempo para jugar”, “estar con mi familia”,* entre otras.

En este contexto, el proyecto se propuso contribuir al bienestar integral de NNJ mediante un trabajo articulado que, además de contemplar espacios de trabajo con ellas/os, incluyera a otros actores comunitarios relevantes por su vinculación con las/os NNJ. Es así como el objetivo general del proyecto se tradujo en **fortalecer el bienestar integral de las comunidades en que se encuentra Cecrea**, lo que hace resaltar la intención sistémica que tuvo su diseño.

En esta línea, el proyecto contempló tres niveles de acción:

1. Un laboratorio con **NNJ** orientado a fortalecer sus habilidades socioemocionales mediante un proceso de laboratorio en que el bienestar integral fuera el eje de las experiencias.

¹ Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo PNUD (2012). [Desarrollo humano en Chile. Bienestar subjetivo: el desafío de repensar el desarrollo 2012](#). Santiago de Chile

2. Un trabajo dirigido a la **comunidad** vinculada a las/os NNJ con la finalidad de potenciar las relaciones de colaboración entre las/os agentes comunitarios y promover el enfoque de derechos de la niñez y la adolescencia.
3. Un proceso de **cuidado de equipo** dirigido a los equipos Cecrea con el objetivo de fortalecer las herramientas de autocuidado y apoyo mutuo entre sus integrantes, considerando la importancia de favorecer el bienestar laboral en su rol de garantes principales de derechos.

Esto expresa que el enfoque del diseño se basó en la idea de que un trabajo articulado entre estos tres niveles podría favorecer el bienestar integral comunitario y potenciar el ejercicio efectivo de los derechos de NNJ.

Habiendo señalado estos elementos de base, este informe tiene como objetivo dar a conocer las características y componentes generales del proyecto, junto con compartir las particularidades que asumió en cada una de las 12 regiones en que se implementó. Esto último se constituye en un aspecto muy interesante dentro del proceso, puesto que los rasgos y necesidades de cada territorio fueron dando una forma distinta al diseño general del proyecto, haciendo visibles diferentes posibilidades y oportunidades de abordaje que brindan una riqueza importante de ideas al momento de pensar en futuras implementaciones. Es decir, en vez de llevarse a la práctica un formato único de proyecto que sugiriera una homogeneización de todos los territorios, los equipos Cecrea crearon, de manera espontánea y a partir de una serie de complejidades que acontecieron en el período de implementación, una amplia diversidad de formas de concreción de este proyecto, siendo esto muy interesante por su coherencia con la capacidad de imaginar y crear que da sentido al quehacer de Cecrea.

Además de describir este proceso, se compartirá un análisis sobre los elementos positivos que reveló la implementación del proyecto, así como los aspectos que deben ser mejorados, todo esto con foco en cómo el proyecto aportó a fortalecer el bienestar integral de las comunidades en cada uno de los tres niveles de acción. Esto permitirá nutrir un futuro diseño e implementación del proyecto en vistas de un proceso que ponga en el centro el bienestar de los equipos Cecrea en tanto piedra angular del trabajo, y que haga visibles los elementos más necesarios de abordar con las/os NNJ y las comunidades de las que forman parte.

En coherencia con lo anterior, el informe presenta, en primer lugar, las características generales que configuraron el proyecto como propuesta nacional, es decir, los niveles de acción, sus objetivos y sus componentes. Luego, se compartirán las características específicas con que cada equipo regional dio forma al proyecto de acuerdo a sus particularidades y necesidades. Posteriormente, se comentará el análisis realizado a partir de la evaluación que los mismos equipos hicieron sobre el proceso de implementación y, por último, se presentarán las conclusiones y recomendaciones que podrían fortalecer un futuro desarrollo del proyecto.

I CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL PROYECTO

Uno de los sellos del proyecto fue el abordaje conjunto de los tres niveles ya mencionados. Si bien la programación regular de los equipos Cecrea se centra en espacios de trabajo con NNJ e instancias de irradiación en las que se convoca a la comunidad, este proyecto incorporó un nivel dirigido específicamente a actores comunitarios vinculados a NNJ, así como también contempló el cuidado de equipo, ambos componentes importantes al momento de concebir el bienestar integral de las comunidades donde se encuentra Cecrea.

Para comprender la particularidad en cuanto al contenido abordado en los tres niveles de acción, cabe mencionar que, en el caso del laboratorio con NNJ, el objetivo de fortalecer sus habilidades socioemocionales se definió a partir de la sistematización de las primeras Escuchas Creativas 2023. Dichas instancias tuvieron como objetivo construir junto a NNJ una definición de bienestar integral, a partir de la valoración que hacen de su propio bienestar/malestar, tanto en su dimensión individual como social. La significativa información que proporcionaron permitió una aproximación a las necesidades de NNJ y a su manera de entender el bienestar, lo que posteriormente guiaría el diseño de cada proyecto local.

Al hacer una revisión de todos los informes de Escuchas Creativas, se pudo obtener una visión nacional sobre algunos elementos comunes acerca de cómo las/os NNJ significan el bienestar y el malestar. Para analizar esto, se organizó la información de acuerdo a cuatro dimensiones: **la relación de NNJ consigo mismas/os, su relación con quienes les rodean, los tipos de experiencias que favorecen su bienestar y los aspectos que les provocan malestar.**

Sobre la relación consigo mismas/os, se identificó que las/os NNJ le otorgan una alta valoración a los espacios de intimidad en tanto estos les brindan tranquilidad y así también le dan importancia al autoconocimiento como habilidad que les permite explorar sus intereses. Junto a esto, aparecen como elementos relevantes la necesidad de desarrollar capacidades de autorregulación emocional para controlar los ámbitos de su afectividad que no les agradan, así como de desarrollar una imagen positiva de sí mismas/os, basada en la aceptación de sus características personales.

Respecto de la relación con quienes les rodean, se identificó lo fundamental que es para ellas/os sentirse escuchadas/os, aceptadas/os y reconocidas/os por su entorno, al igual que la experiencia de contención y seguridad que les brinda el núcleo familiar. Asimismo, el vínculo con sus pares también tiene un significado especial en tanto otorga la posibilidad de compartir experiencias significativas e intereses comunes. Cuando las/os NNJ piensan en los espacios de participación, es interesante que valoran las relaciones de colaboración y las instancias en que pueden influir en su entorno.

En cuanto a los tipos de experiencias que favorecen su bienestar, se advierte una amplitud que abarca tanto espacios físicos como formatos de actividades. Así, comentan que el contacto con la naturaleza les ayuda a estar en un estado de calma y que las experiencias artísticas son un buen canal de expresión. También valoran las instancias en que se comparte con otras personas un momento de comida y las experiencias en que sienten que se pueden expresar con libertad.

En relación a los aspectos que les provocan malestar, las/os NNJ señalaron las situaciones en que no se respetan sus espacios de intimidad, en que se sienten juzgadas/os y presionados o aquellas en que reciben malos tratos. Asimismo, la experiencia de tener un bajo control de sus emociones es relevada como una importante fuente de malestar.

Todo lo anterior condujo a definir que el aprendizaje socioemocional debía ser un eje central del proyecto en el nivel de acción dirigido específicamente a NNJ², considerando que el fortalecimiento de sus habilidades en este ámbito podría brindarles herramientas personales para avanzar en su autoconocimiento y en la construcción de vínculos positivos en favor de una experiencia personal de bienestar.

En el nivel asociado a la comunidad, el trabajo se orientó a potenciar las relaciones de colaboración entre agentes comunitarios y Cecrea. Cuando se concibió este ámbito, se contempló como comunidad tanto a personas cuidadoras de NNJ, como a organizaciones locales vinculadas al trabajo con niñez y adolescencia. En este sentido, se planteó este nivel de acción como un abordaje dirigido tanto a las/os adultos significativas/os de las/os NNJ como a las redes locales del territorio, puesto que todos estos actores comunitarios se constituyen en garantes de derechos relevantes en la generación de condiciones óptimas para el ejercicio efectivo de los derechos de NNJ.

Esta área del proyecto resultó especialmente interesante en cuanto posibilitó un involucramiento distinto de las familias en las actividades organizadas por Cecrea, ya no solo como observadoras de un trabajo realizado por NNJ, sino como agentes claves para la creación de una cultura basada en los Derechos Humanos. La psicoeducación, los espacios de bienestar y los encuentros conjuntos entre NNJ y personas cuidadoras, podían proporcionar un nuevo matiz al lugar que las familias ocupan usualmente, abriendo una oportunidad de interés y compromiso con el enfoque de derechos.

Por su parte, la vinculación con organizaciones locales permitiría potenciar el rol de otras/os profesionales en su relación con NNJ y fortalecer la alianza intersectorial en beneficio del ejercicio de derechos de NNJ. Es así como desde el diseño del proyecto se imaginó la posibilidad de alianzas con entidades culturales, programas de prevención u otros que fueran de alta relevancia para los derechos de la niñez y adolescencia.

Con respecto al tercer nivel de acción, el cuidado de equipo, el proyecto contempló instancias orientadas a trabajar el autocuidado y apoyo mutuo entre las/os integrantes de cada equipo, en consideración de la importancia que tiene el bienestar laboral de toda/o funcionaria/o que trabaja en Derechos Humanos. Esto implica poner el cuidado en el centro del quehacer, contemplando tanto prácticas institucionales de cuidado de equipo, como prácticas personales de autocuidado, por lo que desde este nivel de acción se buscó generar instancias de reflexión de los equipos sobre su quehacer, experiencias de contención emocional, técnicas corporales para su autoconocimiento y promoción de prácticas de apoyo mutuo, todas ellas pensadas como recursos que los equipos pudiesen poner en

² Para información más detallada sobre los elementos identificados en la revisión de los informes de Escuchas Creativas, se puede revisar el [Proyecto Nacional Bienestar Integral Comunitario 2023](#).

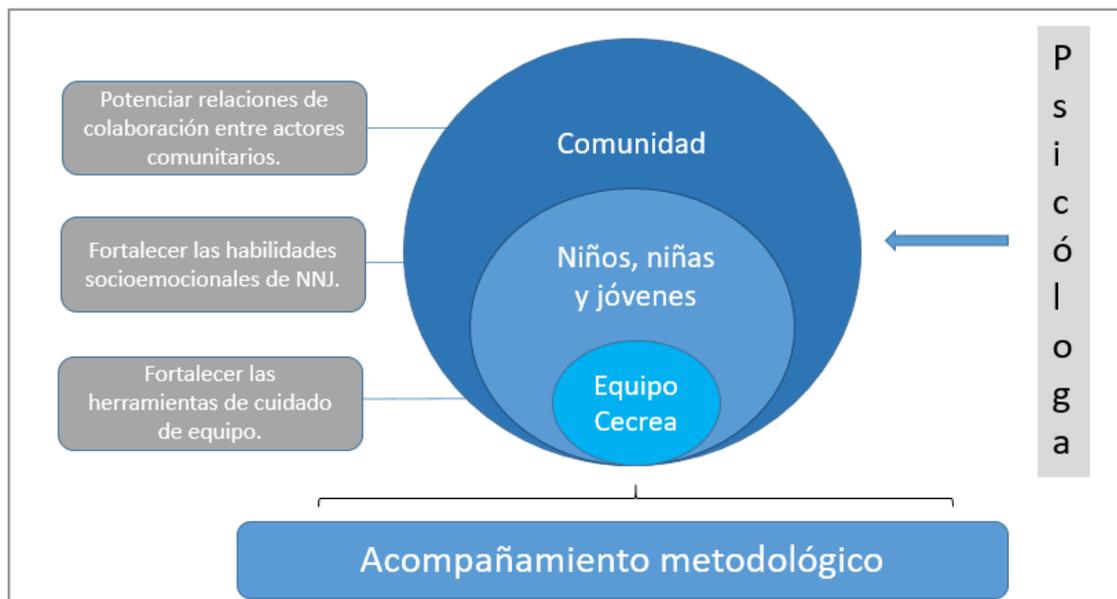
práctica durante y después de desarrollar el proyecto, en beneficio de su propio bienestar laboral, así como del vínculo que establecen con la comunidad.

Además de este enfoque sistémico caracterizado por estos tres niveles de acción, otro rasgo fundamental para todo el desarrollo del proyecto, desde su diseño hasta su evaluación, fue la incorporación de una psicóloga en cada equipo Cecrea. Una de las necesidades que los equipos han manifestado como relevantes en su quehacer con NNJ es la carencia de profesionales del área de la psicología que aporten con una comprensión sobre las problemáticas que presentan las/os NNJ y con estrategias de abordaje pertinentes y oportunas que contribuyan a dar una respuesta acertada a aquellas. En este contexto, se conformó un equipo de 12 psicólogas, cada una con el rol de liderar el desarrollo del proyecto local de su región, en el marco de un trabajo colaborativo con las/os integrantes de cada equipo Cecrea.

Este aspecto conllevaba cierto grado de complejidad, puesto que en un corto periodo las psicólogas debían apropiarse de las características del proyecto, además de conocer al equipo Cecrea, incorporarse en su dinámica de funcionamiento y generar una sinergia que permitiera, en primer lugar, co-diseñar un proyecto local pertinente a la realidad del territorio y, a su vez, implementar oportunamente las acciones involucradas en él. Sin embargo y pese a esta complejidad, la incorporación del equipo de psicólogas resultó fundamental para el desarrollo del proyecto.

Por último, otro componente del proyecto fue el acompañamiento metodológico de un equipo psicosocial encargado de proporcionar los apoyos metodológicos necesarios para el diseño y la implementación de cada proyecto local, así como de sistematizar el proceso para contar con información clara y a tiempo que permitiera tomar decisiones certeras cuando fuera necesario. Este equipo estuvo conformado por una socióloga y una psicóloga, quienes cumplieron este rol a nivel nacional.

Es así como el proyecto se organizó en base a los siguientes componentes:



Con respecto al periodo de desarrollo del proyecto, primero se llevó a cabo una **etapa de co-diseño** entre los equipos Cecrea, las psicólogas y el equipo de acompañamiento metodológico, en los meses de julio y agosto. Para facilitar esto, se realizó una instancia de inducción al equipo de psicólogas en la que se transmitieron los sentidos y componentes del proyecto para facilitar el ejercicio de su rol en cada región.

Esta etapa de co-diseño contempló un análisis situacional de derechos basado en la sistematización de las primeras Escuchas Creativas 2023. Esto se complementó con información sobre las capacidades y necesidades de las comunidades, que fue recopilada desde las percepciones y opiniones de las/os integrantes de los equipos Cecrea. Toda esta información se organizó en una matriz de [Análisis Situacional](#) que brindó un panorama amplio sobre los principales aspectos a trabajar en el proyecto. Luego, se elaboraron orientaciones metodológicas de forma colaborativa con todos los equipos Cecrea, las que junto al análisis situacional, fueron un insumo importante para la elaboración del proyecto nacional y de los proyectos locales.

El diseño local del proyecto en cada región fue elaborado por las psicólogas en conjunto con los equipos Cecrea siendo, cada una de estas propuestas, retroalimentadas desde el equipo de acompañamiento metodológico.

La **etapa de implementación** se desarrolló entre los meses de septiembre y noviembre, y en este período, las psicólogas contaron con un [Cuaderno de Bitácora](#) a modo de documento guía en el que se incluyeron orientaciones y recursos para cada acción involucrada en el proyecto, y en el que fueron dejando registro de su desarrollo. Este instrumento favoreció no solo el registro del trabajo, sino también un ejercicio reflexivo sobre el proceso, lo que resultó fundamental en tanto uno de los desafíos del proyecto fue la creación de un vínculo entre cada psicóloga y su equipo, y el ejercicio de un rol que implicó comprender con rapidez las características locales y dar forma al proyecto en función de estas. Para apoyar este inicio de implementación, se realizó una reunión con el equipo de psicólogas que propició un intercambio de experiencias sobre los desafíos que se estaban presentando, lo que fue valorado positivamente como instancia de apoyo mutuo.

El acompañamiento metodológico durante esta etapa se concretó por medio de reuniones remotas con cada psicóloga con el propósito de orientar el abordaje de las necesidades de los equipos y sus comunidades. Asimismo, se realizaron visitas en terreno a las regiones para conocer y apoyar la implementación del proyecto, lo que se complementó con un reporte con ideas metodológicas que posteriormente se envió a cada equipo y psicóloga.

Por último, la etapa de evaluación se orientó a identificar los aspectos positivos del proyecto y sus áreas de mejora en el marco de los objetivos planteados para cada nivel de acción. Esto se realizó utilizando cuatro fuentes de información: la información recopilada en las visitas de acompañamiento, la información levantada en una reunión de evaluación que cada psicóloga realizó con el equipo Cecrea al término de la implementación del proyecto, una reunión nacional con todos los equipos Cecrea y una reunión nacional con todo el equipo de psicólogas. Toda esta información fue organizada en una matriz de [Evaluación del proyecto](#) que otorgó una comprensión sobre aquellos elementos que fueron

transversales a casi todos los proyectos locales, así como sobre otros que reflejaron particularidades de acuerdo a cada región.

En esta línea, todo este proceso reveló como primer gran aspecto que el proyecto Bienestar Integral Comunitario adquirió una forma muy específica en cada región, puesto que cada equipo Cecrea y psicóloga debieron integrarlo dentro de la programación previamente establecida por el equipo regional, la cual es diferente en cada territorio. En este sentido, fue un gran desafío para los equipos adaptar su programación para la incorporación del proyecto, sin embargo, esto brindó una riqueza importante al momento de mirar las diferencias en la implementación de todos los proyectos locales a lo largo del país, lo que se verá reflejado en el próximo apartado.

II PROYECTOS LOCALES

El desafío de diseñar una propuesta local pertinente a las características de cada región, tuvo como resultado una amplia variedad de formas de implementación del proyecto. Las particularidades que adquirió en cada territorio tuvieron relación con diferentes aspectos, por ejemplo, tipos de abordajes aplicados en cada nivel, lugar de implementación, periodicidad de las acciones, organizaciones locales con las que se hizo vínculo, entre otros.

Desde esta amplitud, algunos equipos crearon un laboratorio para NNJ directamente orientado a trabajar su bienestar integral, mientras que en otros casos este nivel de acción del proyecto se insertó en alguno de los laboratorios que ya estaban en marcha, lo que en muchos casos fue respuesta a una intensa programación que ya se encontraba establecida y que dificultó la posibilidad de levantar un dispositivo específico para este proyecto. Lo interesante de esto último es que, pese a no crearse un laboratorio específico para el bienestar integral de NNJ, se logró brindar al laboratorio ya en marcha una comprensión de las experiencias y del proceso desarrollado por NNJ desde una perspectiva psicológica junto a la aplicación de actividades que abrieron el diálogo sobre el bienestar.

También fue posible apreciar que, en algunos casos, el laboratorio de NNJ fue realizado en establecimientos educacionales con cursos completos de estudiantes, en otros se convocó de forma abierta a NNJ vinculados a Cecrea y en otras regiones se trabajó con NNJ de alguna organización local como un aula hospitalaria o una residencia.

Para el abordaje con la comunidad, la mayoría de los equipos optaron por generar dispositivos de trabajo con personas cuidadoras de las/os NNJ con que trabajan habitualmente, mientras que otros equipos decidieron potenciar el trabajo de alguna organización local a través de un abordaje orientado al bienestar laboral de sus funcionarias/os.

En cuanto al cuidado de equipo, en algunas regiones se trabajó desde una perspectiva psicoeducativa brindando a las/os integrantes del equipo Cecrea una comprensión sobre las características de las etapas y procesos psicológicos de NNJ con foco en desarrollar herramientas que

pudiesen ser aplicadas en el quehacer, y en otros casos se realizó un proceso orientado a fortalecer el conocimiento mutuo, la cohesión grupal y la reflexión al interior del equipo.

La periodicidad de las acciones también fue distinta en cada caso. A modo de ejemplo, algunos equipos concentraron las sesiones del laboratorio de NNJ en varios días consecutivos y otros optaron por implementar sesiones con una periodicidad más distanciada, la que mayormente fue semanal.

Todas estas decisiones resultaron interesantes y se ajustaron a las necesidades que cada equipo identificó en relación a las características de su comunidad y al desarrollo de su programación anual. Esto refleja la importancia de que un proyecto como este ofrezca un margen de flexibilidad que permita que sus objetivos se aborden de una forma específica de acuerdo a la estrategia territorial de cada equipo.

Considerando lo anterior, a continuación se comparten las principales características de cada proyecto local.

Proyecto local de Arica

ARICA Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en Arica?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes
Una sesión de laboratorio, con NNJ de 10 a 16 años y sus familias, sobre la naturaleza como espacio de bienestar.

Comunidad
Una sesión de laboratorio, con NNJ de 7 a 10 años y sus madres, como momento de encuentro, comunicación y placer entre hijas/os y madres.

Cuidado de equipo
Una sesión de cuidado de equipo, con dos integrantes de Cecrea, para la contención sobre experiencias emocionales propias del quehacer en Cecrea.

cecrea centros de creación

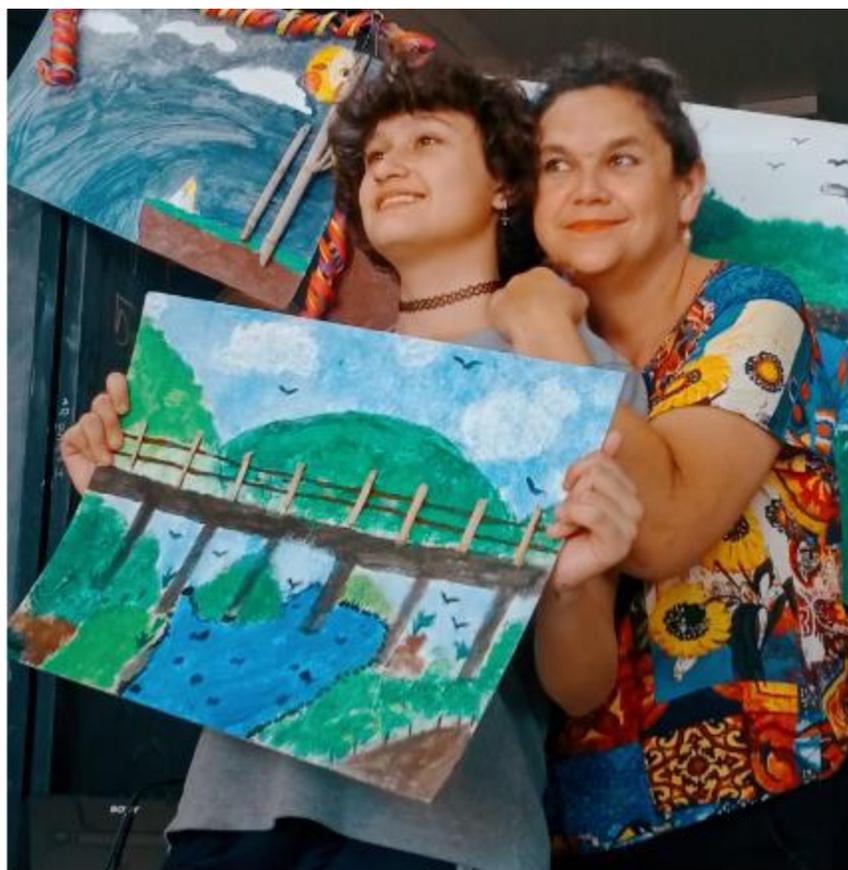
Más información en www.cecrea.cl

En Arica, el proyecto se desarrolló con algunas complejidades que implicaron un retraso importante en su inicio, pudiendo ser realizado hacia el final del período de implementación en un formato de trabajo intensivo. A pesar de ello, el equipo Cecrea y la psicóloga Carolina Muñoz Lepe llevaron

a cabo dos encuentros de NNJ en conjunto con sus familias, para responder a los dos primeros niveles de acción del proyecto.

El primer encuentro, en el que participaron NNJ de 10 a 16 años, estuvo orientado a desarrollar una experiencia de conexión con la naturaleza como respuesta a que uno de los tipos de experiencia que ellas/os señalaron como fuente de bienestar son los entornos naturales y los espacios tranquilos en que se pueden compartir sus ideas e intereses. Este encuentro se realizó en el Humedal del Río Yuta y se trabajó en la creación de una obra de arte y una improvisación sonora colectiva de forma colaborativa entre NNJ y sus familias, como una manera de potenciar la escucha recíproca y la aceptación mutua.

En el segundo encuentro participaron NNJ de 7 a 10 años junto a sus madres y consistió en un conjunto de experiencias de juego y baile como oportunidad para compartir y afianzar el vínculo en un contexto lúdico y de placer. Esta instancia finalizó con una convivencia creativa donde las/os niñas/os y sus madres pudieron dialogar sobre los aspectos que valoran de su relación.



Estos dos encuentros permitieron integrar los niveles de acción asociados al trabajo con NNJ y al trabajo con la comunidad a través de experiencias compartidas orientadas a nutrir el vínculo entre NNJ y sus cuidadoras/es.

En el nivel de cuidado de equipo, Carolina desarrolló una sesión focal con una dupla de profesionales del equipo Cecrea, que tuvo como foco la contención emocional de sus experiencias respecto de su rol en el trabajo en el contexto de cierre de año. En esta sesión se utilizaron técnicas corporales y musicoterapéuticas como canal de expresión y simbolismo de las vivencias

personales y relacionales que conlleva el quehacer en Cecrea. Específicamente, se trabajó con caldeamiento corporal, imaginación, exploración de instrumentos musicales e improvisación sonora libre, todo lo que facilitó la reflexión y el diálogo en torno a la experiencia laboral.

ANTOFAGASTA

Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en Antofagasta?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes

Tres sesiones de laboratorio "Equinoccio del bienestar", con NNJ de 8 a 13 años, orientado a fortalecer bienestar emocional.

Cuidado de equipo

Tres sesiones de cuidado de equipo para la expresión del bienestar y malestar.

Comunidad

Primera sesión con NNJ. Segunda sesión en trabajo paralelo con NNJ y sus cuidadoras/es. Tercera sesión NNJ en conjunto con sus cuidadoras/es.

Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio

Cecrea
centros de creación

Más información en www.cecrea.cl

El laboratorio de NNJ desarrollado en Antofagasta tuvo la característica especial de realizarse durante tres días consecutivos en jornadas de tres horas de trabajo, contando con la participación de todo el equipo Cecrea junto a la psicóloga Karina Rojas. Este formato de trabajo intensivo es el que resultó más adecuado considerando la forma que el equipo ha consolidado en la implementación de los laboratorios dentro de su programación habitual.

Otro rasgo interesante de este laboratorio es que logró articular el trabajo con NNJ y con sus familias a través de tres sesiones en las que paulatinamente se fueron encontrando y trabajando en conjunto. Así, en la primera sesión el equipo trabajó solo con NNJ, en la segunda se trabajó de forma paralela con NNJ y familias en espacios separados, y en la tercera sesión participación conjuntamente las/las NNJ y sus familias en experiencias creadas para fortalecer el vínculo entre ambas/os.

Este laboratorio tuvo como objetivo promover el agenciamiento de la conciencia corporal y emocional de NNJ y cuidadoras/es y, para esto, se efectuaron actividades de expresión corporal y de



autoconocimiento a través de autorretrato, representación escénica de situaciones de la vida cotidiana, entre otras.

Posteriormente, se llevó a cabo una instancia de irradiación en formato de pic-nic en la playa, en la que se compartió con la comunidad el trabajo que se había realizado con NNJ.

Para el cuidado de equipo, Karina realizó tres sesiones cuyo objetivo fue promover que las/os

integrantes del equipo reflexionaran y dialogaran en torno al reconocimiento de emociones y experiencias asociadas a su rol en el trabajo. Para ello, en la primera sesión se identificaron las temáticas que son relevantes para el equipo y que guiarían las dos sesiones posteriores, siendo estas principalmente la comunicación efectiva, la valoración de las ideas de todas/os, la reflexión y abordaje sobre los estados de ánimos de NNJ, la gestión del tiempo en los laboratorios, el liderazgo, la definición de metas comunes y los espacios de bienestar y descanso. Estas temáticas se trabajaron desde experiencias lúdicas y creativas, tales como actividades rompehielo, creación de afiches y árbol de sueños. En este proceso, las/os integrantes del equipo compartieron diferentes emociones en torno al trabajo y definieron compromisos que pudiesen facilitar el logro de los objetivos.

Proyecto local Vallenar

VALLENAR Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en Vallenar?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes
Cinco sesiones de laboratorio "Arte Sentir" para 18 NNJ de 7 a 13 años. Laboratorio "Cuerpos de Acuerdo", realizado en la Escuela Arturo Pérez Canto con 30 NNJ de 5to básico.

Comunidad
Una sesión de una once creativa, participando alrededor de 20 padres, madres y adultos cuidadores.

Cuidado de equipo
Tres jornadas con todo el equipo. Su Objetivo: autocuidado con el foco en el reconocimiento del niño/a interior y entrega de herramientas de contención emocional.

Ministerio de Educación y Desarrollo Social
cecra
Centro de Estudios Comunitarios

Más información en www.cecra.cl

Para el abordaje con NNJ, el equipo de Vallenar en conjunto con la psicóloga Camila Véliz desarrollaron dos laboratorios. Uno de ellos, llamado "Arte sentir", contó con la participación de aproximadamente 18 NNJ entre 7 y 13 años, y su objetivo fue fomentar el autoconocimiento y el reconocimiento de emociones propias y de quienes les rodean. Un producto interesante de este proceso fue la confección de la [Bitácora Arte Sentir](#) para cada NNJ, instrumento que orienta el autoconocimiento emocional mediante el registro de experiencias significativas para ellas/os.

También se efectuó el laboratorio "Cuerpos de acuerdo" con aproximadamente 30 estudiantes de 5° básico de la Escuela Arturo Pérez Canto, proceso que se venía realizando previo al proyecto. En este contexto, Camila apoyó este trabajo en la última sesión del laboratorio, brindando herramientas de contención y colaboración. De este laboratorio también surgió un interesante material orientador llamado Lista SOS, consistente en una lista de acciones creada por cada NNJ para sentirse mejor en situaciones complejas.

En ambos laboratorios se trabajó con materiales plásticos y visuales como medio de simbolización de las experiencias y de creación de materiales de bienestar para NNJ.

En cuanto al trabajo con la comunidad, destaca la realización de una once creativa con las familias en la que participaron aproximadamente 20 cuidadoras/es. Esta instancia se diseñó a partir de un espacio de escucha efectuado previamente con ellas, en el que se identificaron algunas temáticas de interés como la inclusión y la neurodiversidad, entre otras.

Con respecto al cuidado de equipo, llevaron a cabo tres jornadas en las que participó todo el equipo y cuyo objetivo fue reconocer y valorar al/la niño/a interno/a para así favorecer la conexión de las/os facilitadoras/es con la niñez y adolescencia actuales. Para facilitar esto, Camila trabajó con técnicas lúdicas y de expresión corporal, procurando un ambiente de confianza y seguridad que permitieran la reflexión y el diálogo sincero.



LA SERENA / COQUIMBO

Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en La Serena y Coquimbo?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes

Cinco sesiones de laboratorio "Puro Drama", con 17 NNJ de Coquimbo, orientado a la gestión emocional a partir de técnicas escénicas y corporales.

Cuidado de equipo

Tres sesiones de cuidado de equipo, orientadas a reflexionar sobre su quehacer y potenciar el conocimiento mutuo y la contención entre integrantes del equipo.

Comunidad

Dos encuentros con cuidadoras/es, para abordar la experiencia de crianza, vínculo con hijas/os y bienestar.
Un encuentro con cuidadoras/es de NNJ del laboratorio "Puro Drama".
Un encuentro con cuidadoras/es de estudiantes de aula hospitalaria.

Más información en www.cecreea.cl

En La Serena/Coquimbo, se realizó el laboratorio "Puro drama" en el que participaron 17 NNJ de Coquimbo con el objetivo de favorecer el aprendizaje y la gestión emocional. A lo largo de cinco sesiones, llevadas a cabo en la Casa de las Artes Rural La Cantera, el equipo Cecrea aplicó técnicas escénicas y corporales, procurando generar un ambiente respetuoso y de sana convivencia con la finalidad de facilitar la expresión de emociones. La psicóloga Catty Tolmo apoyó la implementación de este laboratorio a través del análisis de las dinámicas de relación entre NNJ durante las sesiones. Algunas de las experiencias realizadas fueron el autorretrato, el anemómetro gestual, la confección de máscaras, la improvisación teatral y la representación de personajes asociados a situaciones de la vida cotidiana. El laboratorio concluyó con la presentación de una obra teatral representativa del proceso desarrollado.

En relación al trabajo con la comunidad, el equipo implementó dos encuentros con personas cuidadoras de NNJ. En uno de ellos participaron las/os cuidadoras/es de NNJ del laboratorio "Puro drama", mientras que en el otro se trabajó con cuidadoras/es de estudiantes de un aula hospitalaria. Esto



forma diferente y positiva de relacionarse.

último fue especialmente interesante como idea, ya que posibilitó dar un rol más protagonista a las familias en el marco de un espacio de bienestar.

Para el cuidado de equipo, Catty realizó tres sesiones orientadas a que las/os integrantes del equipo reflexionaran sobre su quehacer y potenciaran el conocimiento y la contención mutua. En estas instancias, se dialogó sobre la experiencia del equipo en la ejecución de laboratorios con NNJ y las distintas situaciones que acontecen y desafían el trabajo. La psicóloga desarrolló principalmente experiencias de trabajo corporal que fomentaron el conocimiento entre las /os integrantes desde la comunicación no verbal y la interacción lúdica, siendo esto valorado como una

Proyecto local La Ligua

LA LIGUA Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en La Ligua?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes
Creación de "Espacio del Bien-estar", el que se configuró como un lugar de tránsito para recibir a NNJ que deseaban experimentar con diferentes formas de bienestar y autocuidado: cápsulas audiovisuales sobre autoestima, estereotipos de género y gestión emocional, confección de caja de bienestar y creación de fanzine. Luego se agregó el tobogán del malestar, en que NNJ depositaban aquellas situaciones que les generaron malestar durante el día.

Comunidad
Dos Talleres para personas cuidadoras, para orientar sobre crianza respetuosa y estrategias de regulación emocional. Uno se realizó con convocatoria abierta y el otro con cuidadoras de PRM Aliwe de La Ligua.

Cuidado de equipo
Dos líneas de trabajo:
Sesiones de entrega de herramientas para la regulación emocional de NNJ.
Sesiones para abordar las situaciones que afectan el bienestar laboral del equipo y prevenir el desgaste emocional.

 **cecreea** CENTRO DE CUIDADORAS

Más información en www.cecreea.cl

Una decisión importante tomada por el equipo Cecrea y la psicóloga Paulina Bernal, consistió en la implementación de un espacio al que denominó “Espacio del bien-estar” ubicado en uno de los sectores en que más transitan las/os NNJ que asisten a Cecrea. Este espacio fue organizado en distintos rincones de experimentación, cada uno de ellos orientado a ofrecer una forma diferente de bienestar y autocuidado. A modo de ejemplo, se presentaron cápsulas audiovisuales sobre autoestima, gestión emocional y estereotipos de género; confecciones de cajas de bienestar y creación de fanzines. También se incorporó un tobogán de malestar, en el cual NNJ depositaban elementos que representaban situaciones de malestar vividas durante el día.

El trabajo con la comunidad estuvo orientado a personas cuidadoras a través de dos talleres de orientación en crianza respetuosa y regulación emocional. Uno de ellos se realizó desde una convocatoria abierta y se llamó “¿Cómo convivir con las emociones de mi hija/o?”. En él participaron siete personas con las que se abordó el impacto emocional de los diferentes estilos de crianza, la importancia de las emociones en la salud mental y estrategias de regulación emocional, mediante una charla y presentación



de material audiovisual. Esta instancia fue altamente valorada por las/os participantes en tanto les permitió reflexionar sobre sus propios estilos de crianza desde una perspectiva autocrítica y proactiva.

El segundo taller estuvo dirigido a cuidadoras del Programa de Reparación del Maltrato Infantil Grave (PRM) del Centro Aliwe, dado que una cantidad importante de NNJ que asisten a Cecrea también participan en dicho centro. En esta instancia también se trataron temáticas asociadas a la crianza respetuosa, el buen trato y la regulación emocional, haciendo énfasis en aquellos patrones de crianza que se transmiten transgeneracionalmente para visualizar oportunidades de transformación.

Para favorecer el cuidado de equipo, Paulina desarrolló dos líneas de trabajo. La primera tuvo un carácter psicoeducativo y se centró en ofrecer herramientas a las/os integrantes de Cecrea para la regulación emocional de NNJ. Aquí se hace una caracterización sobre las necesidades y desafíos de NNJ según su etapa evolutiva, y se proponen estrategias de abordaje en situaciones de crisis. La segunda línea de trabajo se orientó a abordar situaciones que afectan el bienestar laboral del equipo y prevenir el desgaste emocional, a través de experiencias lúdicas, corporales y dialógicas. Esto permitió que el equipo reconociera las fortalezas que ha desarrollado en su vinculación con NNJ y algunos desafíos en cuanto a potenciar su protagonismo y autonomía.

SAN JOAQUÍN Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en San Joaquín?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes
Laboratorio con NNJ de 3ro básico de la Escuela La Castrina, orientado a la promoción de la expresión emocional por medio de la producción de un audiovisual.

Comunidad
Dos jornadas con funcionarias/os de OPD San Joaquín para promover la creación de un vínculo horizontal respecto del rol de acompañamiento a la niñez.

Cuidado de equipo
Dos jornadas con equipo Cecrea para abordar temáticas de derechos, niñez propia, representación de las emociones, y dinámicas de autocuidado.

Logo of the Ministry of Education and the Cecrea (Centro de Cuidado y Acompañamiento a la Niñez) are visible at the bottom left. A button for more information is at the bottom center.

En la Región Metropolitana, el equipo Cecrea en conjunto con la psicóloga Pía Rojas realizaron un laboratorio con estudiantes de 3° básico de la Escuela La Castrina de la comuna de San Joaquín. Su objetivo fue promover la expresión emocional por medio de la creación de una [producción audiovisual](#). El trabajo en este establecimiento educacional resultó muy positivo, debido a que previamente ya se habían realizado laboratorios allí, constituyéndose esto en un facilitador del vínculo entre Cecrea y las/os estudiantes.

En cuanto al trabajo con la comunidad, cabe destacar que se efectuaron dos jornadas de bienestar laboral con funcionarias/os de la Oficina de Protección de Derechos (OPD) de San Joaquín, para propiciar un espacio de cuidado de equipo y promover la reflexión sobre el vínculo de acompañamiento que se construye con la niñez. Esto se concretó mediante el uso de preguntas orientadoras, tales como ¿cómo me gustaría ser escuchada/o?, ¿quiénes desearía que me escucharan?, ¿desde dónde me comunico cuando me comunico?, ¿qué aspectos de mi rol debo potenciar?

Para el equipo Cecrea, el abordaje del trabajo con la comunidad desde el enfoque de bienestar laboral con una organización local fue muy provechoso, dado que se trata de funcionarias/os que están

en permanente vinculación con NNJ del territorio y, por lo tanto, su empoderamiento y bienestar son fundamentales. Así, el equipo considera interesante dar continuidad a un trabajo en esta línea.

En el nivel de cuidado de equipo, Pía realizó dos sesiones con las/os integrantes de Cecrea, cuyo objetivo fue Impulsar el cuidado mutuo del equipo y el sentido de pertenencia. Para esto, se trabajó con experiencias de autorretrato, se fomentó la reflexión sobre la propia vivencia de niñez y se profundizó en el vínculo de cada integrante con algunas emociones relevantes al momento de trabajar con NNJ. Algunas preguntas orientadas a potenciar la reflexión fueron ¿cómo me protejo?, ¿de qué cosas/situaciones me protejo?, ¿de qué herramientas dispongo para el cuidado del grupo?, ¿qué necesito que el grupo disponga?, ¿desde dónde me expreso?. Estas sesiones permitieron que el equipo Cecrea compartiera temas que les resultan actualmente relevantes en el ejercicio de su rol, tanto aquellos que considera necesario promover (reconocimiento de emociones, sentido de pertenencia, proyecto de vida) como otros que les parecen desafiantes y dan una mayor complejidad al trabajo con NNJ (consumo de drogas, hacinamiento, migración).

Proyecto local Pichidegua

PICHIDEGUA

Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en Pichidegua?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes

Salida al teatro a ver la obra "La victoria de Victor". Una sesión en laboratorio de 50 años. 12 NNJ aproximadamente.
Una sesión con 13 NNJ de una escuela especial, en que se preparó la obra de teatro Cuerpos Memorables, incorporando una imagería para conectar a NNJ con un recuerdo feliz de su niñez.
Una sesión con 18 NNJ en fonda Cecrea, con la yincana emocional, donde se realizaron diferentes dinámicas psicoeducativas sobre las emociones y la conexión con el propio cuerpo.
Una salida de paseo con 18 NNJ, en la que se realizaron experiencias lúdicas y se dialogó acerca de la salud mental y emocional.



Comunidad

Once comunitaria: actividad conjunta entre ocho personas adultas y diez NNJ aproximadamente, donde se efectuaron experiencias para difundir el rol de Cecrea, acercar a la comunidad e involucrar a NNJ en un espacio armónico y conociendo los diferentes puntos de vista.

Cuidado de equipo

Cinco sesiones de cuidado de equipo donde participaron las/os ocho integrantes de Cecrea, cuyo objetivo fue contribuir al bienestar y abordar sus sentires a lo largo del proyecto.



Claudia Herrera, psicóloga que se incorporó al equipo de Pichidegua, participó en diversas instancias de trabajo con NNJ apoyando su implementación desde la mirada psicológica y también como una manera de conocer al equipo Cecrea y apropiarse de su metodología de trabajo. Así, su primer acercamiento fue en la presentación de la obra "La victoria de Víctor", la que le permitió contar con un panorama general sobre las/os NNJ que participan en Cecrea.

Posteriormente, en conjunto con el equipo Cecrea se realizó una sesión del laboratorio "50 años: empatía y asertividad" en el que participaron 12 NNJ en un recorrido por los hechos ocurridos, a través de imágenes y preguntas reflexivas. La instancia fue muy provechosa y conmovedora, y propició la escucha atenta y respetuosa de las distintas perspectivas.



También se llevó a cabo un laboratorio con 13 NNJ de una escuela especial con quienes se preparó la obra de teatro “Cuerpos memorables”, incorporando experiencias de imaginación para conectar a las/os NNJ con recuerdos gratos de su niñez.

Junto a lo anterior, se efectuó una Fonda Cerebra en la que participaron 18 NNJ y se realizó una gincana emocional consistente en diferentes dinámicas psicoeducativas sobre las emociones y la conexión con la corporalidad.

Complementariamente, se realizó un paseo con 18 NNJ donde se desarrollaron experiencias lúdicas y se dialogó acerca de la salud mental y emocional.

En el abordaje con la comunidad, se llevó a cabo una once comunitaria con 8 personas adultas y 10 NNJ, donde se hicieron experiencias para difundir el rol de Cerebra, acercar a la comunidad e involucrar a NNJ en un espacio colaboración e intercambio de diferentes opiniones y puntos de vista.

Para el cuidado de equipo, Claudia efectuó tres sesiones en las que participaron todas/os las/os integrantes del equipo, cuyo objetivo fue contribuir al bienestar y abordar sus emociones y experiencias a lo largo del proyecto. Para esto, se utilizaron técnicas de trabajo corporal, dinámicas lúdicas e intercambio de experiencias, procurando que su desarrollo se enmarcara en un ambiente de confianza y seguridad.

LOS ÁNGELES Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en Los Ángeles?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes
Sesiones de laboratorio con dos grupos para fortalecer la gestión emocional: niñas de residencia y participantes del Consejo Cecrea.

Comunidad
Cinco sesiones de formación y cuidado de equipo para tutoras de residencia.

Cuidado de equipo
Cinco sesiones para favorecer el conocimiento mutuo entre integrantes del equipo Cecrea.

Más información en www.cecreea.cl

En Los Ángeles, el trabajo fue desarrollado por el equipo Cecrea junto a la psicóloga Oriele Beyer. En el nivel de acción de NNJ, se realizaron dos laboratorios orientados a fortalecer el autoconocimiento y la gestión emocional; uno con niñas de una residencia del servicio Mejor Niñez y otro con NNJ participantes del Consejo. En estas instancias se utilizaron técnicas de respiración, conciencia e inventario corporal, juegos terapéuticos sobre autoestima, uso de herbolario como canal de representación y escritura creativa.

En cuanto al trabajo con la comunidad, es interesante que se llevaron a cabo cinco sesiones de formación y cuidado de equipo para tutoras de la residencia con la finalidad de sensibilizar sobre las necesidades proteccionales y vinculares de las adolescentes, además de favorecer su bienestar laboral. Es así como estos espacios contribuyeron al diálogo sobre las complejidades del ejercicio de su rol, las emociones que ello conlleva y las dificultades para definir límites claros entre su vida laboral y sus espacios personales, todo esto mediante técnicas de máscaras, mapas emocionales y presentaciones psicoeducativas sobre sus temáticas de interés. Para gatillar la conversación, también se utilizaron preguntas, como por ejemplo ¿cuáles son las necesidades emocionales de nuestras adolescentes?, que condujeron a reflexiones como la importancia que tiene para las jóvenes el manejo adecuado y oportuno

de su frustración, y la distinción entre diferentes tipos de emociones que les ayuda a comprender su mundo interno.

Es interesante señalar que un elemento que surgió como factor protector en su quehacer fue la vocación y la entrega de saberes en beneficio de otras personas, y la importancia de escuchar y tomar en consideración la retroalimentación positiva de pares como fuente de motivación intrínseca y de fortalecimiento de su autoestima laboral, todo lo que fortalece su propio desempeño y la calidad de su trabajo.

Y, respecto del cuidado de equipo, Orielle efectuó cinco sesiones con Cecrea, dirigidas a favorecer el desarrollo de herramientas de contención y apoyo mutuo entre las/os integrantes del equipo, para el ejercicio reflexivo de su quehacer y la vinculación positiva con la comunidad. En esta línea, se propiciaron momentos de reflexión sobre la sensación de bienestar general y sobre las diferentes situaciones cotidianas que experimentar en su quehacer y las capacidades que como equipo se han ido desarrollando. Entre las experiencias desarrolladas están el uso de máscaras, el collage y la imagería, entre otras, y uno de los focos abordados fue el sentido que el trabajo tiene para cada una/o y la importancia de escuchar y reconocer las propias emociones.



TEMUCO Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en Temuco?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes
Laboratorio con NNJ de Escuela Montessori orientado a facilitar las condiciones y oportunidades para que los NNJ puedan conocer sus derechos y la importancia de su ejercicio. Se trabajó en torno a la identificación y expresión de emociones, y el desarrollo de herramientas para su proyecto de vida.

Comunidad
Dos sesiones de acompañamiento a las/os cuidadores de los NNJ del laboratorio, dirigidos a fomentar la empatía y fortalecer el conocimiento mutuo, de manera de generar compromiso hacia el bienestar de NNJ.

Cuidado de equipo
Una sesión en el marco de un almuerzo colaborativo, para luego pasar a una conversación sobre herramientas de autocuidado presentes en lo laboral y personal, y finalmente crear un producto de bienestar a través del arte.

 **cecreea** CENTRO DE CUIDADO DE EQUIPO

Más información en www.cecreea.cl

El equipo Cecrea de Temuco y la psicóloga Valentina Neira realizaron un laboratorio con un grupo de 40 estudiantes de 4° básico del Colegio Montessori orientado a facilitar las condiciones y oportunidades para que ellas/os puedan identificar sus derechos y la importancia de su ejercicio para su bienestar tanto actual como su futuro. Durante un proceso de cinco sesiones, se trabajó en torno a la identificación y expresión de emociones, y el desarrollo de herramientas para su proyecto de vida, mediante experiencias musicales y plásticas, en un ambiente de cooperación y respeto mutuo. Este laboratorio fue especialmente desafiante por la cantidad de NNJ que participaron, requiriendo de una gran variedad de actividades y experiencias para generar condiciones de escucha y participación que posibilitaran un ambiente de colaboración.



En el ámbito de la comunidad, se realizaron dos sesiones de acompañamiento a las/os cuidadoras/es de los NNJ del laboratorio, siendo su objetivo fomentar la empatía y fortalecer el conocimiento mutuo, de manera de generar compromiso hacia el bienestar de NNJ. En estas instancias las/os cuidadoras/es compartieron experiencias sobre la crianza y las características de sus hijas/os, pudiendo nutrir su propia experiencia a partir de este intercambio.

Y para fortalecer el cuidado de equipo, Valentina implementó una sesión con Cecrea en el marco de un almuerzo colaborativo, para luego pasar a una conversación sobre herramientas de autocuidado presentes en lo laboral y personal, y finalmente crear un producto de bienestar a través del arte.

VALDIVIA Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en Valdivia?

Laboratorio niños, niñas y jóvenes
Desarrollo del laboratorio "Mi imagen intensamente" con 2 grupos de NNJ de 14 a 15 años, provenientes de tres establecimientos educacionales.

Comunidad
Un encuentro con un grupo de 10 cuidadoras/es que abordó la neurodivergencia y herramientas parentales.

Cuidado de equipo
Cinco sesiones de cuidado de equipo, con foco en el bienestar laboral desde técnicas corporales, lúdicas y colaborativas.

Más información en www.cecrea.cl

Por diversas razones que complejizaron la implementación del proyecto en Valdivia, la psicóloga Daska Delgado se incorporó al equipo Cecrea en su último periodo, sin embargo, de igual forma se logró levantar el conjunto de acciones que conformaron cada uno de los niveles de acción.

En el caso de las/os NNJ, se desarrolló el laboratorio "Mi imagen intensamente" con 45 jóvenes de 14 a 15 años, provenientes de tres establecimientos educacionales con formación técnico-profesional: el Liceo INSAT Valdivia, el Instituto Comercial Valdivia y Liceo Técnico Valdivia. La decisión de trabajar con tres colegios evidencia una intención de amplitud territorial que permite abarcar diferentes realidades juveniles, así como también fortalecer a grupos de jóvenes cuyo proyecto de vida posiblemente se orienta a una pronta inserción laboral, resultando importante una toma de decisiones consciente y autónoma.

Este laboratorio nació como una articulación desde el diálogo con los equipos directivos de estos liceos, donde la metodología a utilizar en un comienzo fue propuesta por el equipo Cecrea mediante una encuesta que permitió levantar las necesidades de las/os jóvenes desde su mirada y así visibilizar sus requerimientos y fomentar su participación como sujetos garantes de derecho. La información recopilada de estas encuestas permitió establecer los objetivos y metodología del laboratorio, a raíz de lo cual se determinó llevar a cabo tres sesiones con dos grupos distintos. El primer grupo tuvo como objetivos

explorar la identidad a través del maquillaje e intervención textil, reforzar y fortalecer la autoestima y la autoconfianza, y reconocer y expresar nuestras emociones. Los objetivos del segundo grupo fueron diseñar un espacio seguro para expresarse libremente sobre la salud mental e incentivar la autoconciencia y autoconocimiento personal, mediante una creación musical colectiva.

El trabajo con la comunidad consistió en un encuentro psicoeducativo con un grupo de diez cuidadoras/es en el que se abordaron como temáticas la neurodivergencia y las herramientas parentales. Para iniciar esta instancia, se invitó a las/os participantes a preguntarse sobre su propia experiencia de niñez y a generar un espacio de intercambio al respecto. Este taller no tuvo por objetivo tener una mirada experta de la neurodiversidad, sino que cada familia, desde su vivencia particular, compartiera sus experiencias, fueran escuchadas y recibieran una retroalimentación de otras personas en su misma situación.



Para fortalecer el cuidado de equipo, Daska realizó cinco sesiones con foco en el bienestar laboral desde técnicas corporales, lúdicas y colaborativas. Desde este marco, las/os integrantes del equipo hablaron sobre la necesidad e importancia de profundizar en temáticas relacionadas a la salud mental que tengan que ver con espacios de contención grupal y trabajar en su estado emocional al momento de trabajar con NNJ. La psicóloga utilizó algunas preguntas para gatillar la reflexión, tales como ¿qué es lo que entiendo como autocuidado?, ¿de qué formas me cuido?, ¿qué competencias debe tener un equipo que trabaja con NNJ?, entre otras. La propuesta metodológica incluyó actividades con materiales plásticos, uso de imágenes para simbolización de experiencias y dinámicas lúdicas.

CASTRO

Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en Castro?



Laboratorio niños, niñas y jóvenes

Cinco sesiones de laboratorio "Ven Star Bien" sobre gestión emocional, más una instancia de irradiación para las familias.

Comunidad

Actividad "Guardería mapadres" con cuidadores de NNJ participantes del programa Cecrea.
Actividad "Abandérate por los derechos" con comunidad de la población Juan Soler.
Actividad "Titeres para encontrarnos" con familias del Programa de Prevención Focalizada.

Cuidado de equipo

Cuatro sesiones con integrantes de equipo Cecrea, que incluyó un diagnóstico, actividad de roles y dinámicas de equipo, y actividad "Café de las islas" (mesas de trabajo sobre cultura organizacional).
Actividad "Piratas del caribe": estrategias de cuidado de equipo y mindfulness en el mar.



Más información en www.cecrea.cl

La psicóloga María José Brahan y el equipo de Castro efectuaron cinco sesiones del laboratorio llamado "Ven Star Bien" orientado a fortalecer la gestión emocional de NNJ mediante la exploración de la autopercepción, de las emociones, y la comprensión, autorregulación y resolución de conflictos, utilizando como base ejercicios de corporalidad y artes manuales. Algunas preguntas que guiaron este trabajo fueron ¿cuáles son los principales gatillantes de las emociones más difíciles?, ¿cómo sería un espacio de



la calma comunitario en Cecrea?, ¿qué hago con lo que siento?, entre otras.

Dentro del ámbito de trabajo con la comunidad, se realizaron tres actividades. En primer lugar, la actividad "Guardería mapadres" con cuidadoras/es de NNJ participantes del programa Cecrea, instancia en la que se

generaron reflexiones interesantes sobre los derechos de NNJ, su identidad y necesidad de ser escuchadas/os y la importancia de que personas cuidadoras reciban orientación.



Además, se hizo la actividad “Abandérate por los derechos” con la comunidad de la población Juan Soler, que tuvo como foco la consigna “¿cómo sería un lugar ideal para poder jugar?”. Y también se realizó la actividad “Títeres para encontrarnos” con NNJ y familias del Programa de Prevención Focalizada (PPF). Estas tres instancias posibilitaron llegar a una mayor amplitud de actores comunitarios, abarcando no solo a familias vinculadas a Cereca, sino también a grupos con los que no se tenía un vínculo estable.

En cuanto al cuidado de equipo, María José desarrolló cuatro sesiones donde la primera se orientó a conocer al equipo e identificar sus necesidades, la segunda abordó temáticas asociadas a roles y dinámicas de equipo, la tercera desarrolló mesas de trabajo sobre cultura organizacional y la última aportó estrategias de cuidado de equipo y mindfulness en el mar. Algunos ejes que el equipo definió como importantes para el cuidado, fueron el respeto, la comunicación efectiva, la estabilidad y la colaboración, lo que condujo a algunas ideas y conclusiones sobre estrategias para fortalecer cada uno de ellos.

Proyecto local Coyhaique

COYHAIQUE

Proyecto de Bienestar Integral Comunitario 2023

¿Qué hicimos en Coyhaique?



Laboratorio niños, niñas y jóvenes

Una sesión de Consejo "Creando mi espacio de bienestar" con 7mo básico (38 NNJ) del Liceo Altos del Mackay. Tres sesiones en Feria de Educación sexual y habilidades para la vida, con 2dos medios de Liceo Josefina Aguirre y Juan Pablo II.



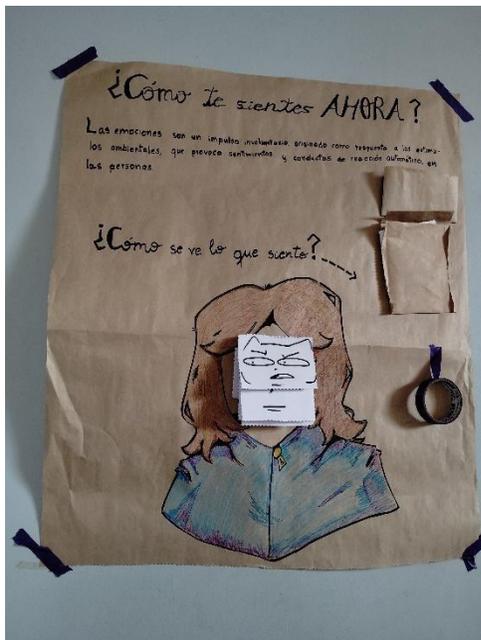
Más información en www.cecreea.cl

Comunidad

Una jornada comunitaria en Plaza Pentagonal de Coyhaique, en el marco de la Feria de las Culturas. En esta actividad participaron aproximadamente 20 NNJ junto a sus madres y padres.

Cuidado de equipo

Tres jornadas de cuidado de equipo abordando temáticas de autocuidado individual, estrategias de reconocimiento y canalización de emociones, psicoeducación y estrategias de aplicación de acuerdo al ciclo vital de NNJ.



El trabajo con NNJ desarrollado en Coyhaique en conjunto con la psicóloga Cecilia Rojas, consistió en una sesión del Consejo "Creando mi espacio de bienestar" con 38 estudiantes de 7° básico del Liceo Altos del Mackay. En esta instancia, las temáticas de interés que más surgieron desde las/os NNJ fueron el bienestar relacionado con la comida, el deporte, el dibujo, la pintura, la lectura y el graffiti.

Además, se realizaron tres sesiones en la Feria de Educación Sexual y Habilidades para la vida, con estudiantes de II medio de los liceos Josefina Aguirre y Juan Pablo II. Estas actividades buscaron generar un espacio formativo sobre educación sexual integral, comunicación efectiva, discriminación, respeto, maternidad y paternidad adolescente, violencia en el pololeo, entre otras temáticas de alta relevancia para NNJ.

El trabajo con la comunidad se concretó en una jornada comunitaria en Plaza Pentagonal de Coyhaique en el marco de la Feria de las Culturas, en la que participaron aproximadamente 20 NNJ junto a sus madres y padres, en experiencias artísticas orientadas a simbolizar a través de la pintura y el dibujo aspectos significativos sobre las emociones y el bienestar. Una de las actividades realizadas fue un espacio de interacción entre NNJ a partir de la pregunta: “Si mis emociones fueran un elemento de la naturaleza, ¿cómo serían?”. También se implementó un termómetro emocional que propiciaba que NNJ identificaran sus emociones y sus causas. Junto a esto, se realiza la actividad “¿Qué es sentirme bien?” enfocada en identificar el significado de bienestar para cada NNJ, a partir de experiencias plásticas.



Para el cuidado de equipo, Cecilia implementó tres jornadas abordando temáticas de autocuidado individual, estrategias de reconocimiento y canalización de emociones, psicoeducación y estrategias de aplicación con NNJ de acuerdo a su etapa evolutiva. Algunas temáticas que resultaron importantes para el equipo fueron las estrategias de manejo de grupo para la escucha atenta, la empatía y el respeto, así como las habilidades para identificar y contribuir a la necesidades emocionales de NNJ.

III ANÁLISIS DEL DESARROLLO DEL PROYECTO

Las acciones descritas previamente expresan el trabajo que los equipos Cecrea y las psicólogas lograron articular para el proyecto en función de sus propias realidades territoriales y organizacionales, lo que significó un desafío importante concretado en un periodo muy breve de tiempo y con una serie de complejidades que es relevante visualizar, entender y contemplar para una futura implementación.

Para hacer una revisión comprensiva que facilite un análisis sobre los aspectos positivos que el proyecto brindó al bienestar integral de las comunidades, así como sobre aquellos elementos que obstaculizaron e hicieron más dificultosa su implementación, se decidió realizar un levantamiento de información sobre el proceso a partir de las siguientes fuentes:

- Visitas de acompañamiento en terreno en las que se conversó con los equipos Cecrea sobre la implementación del proyecto.
- Reunión de evaluación realizada por cada psicóloga con el equipo Cecrea al cierre del proceso local.
- Reunión nacional de evaluación con los equipos Cecrea al término del proceso.
- Reunión de evaluación con equipo de psicólogas al término del proceso.

La participación de los equipos Cecrea y de las psicólogas en las reuniones de término de proceso se enmarcó en la evaluación en H³, en la que se aborda un tópico que en este caso refiere a reflexionar sobre el grado de avance que permitió la implementación del proyecto en cuanto al principal objetivo planteado, esto es: fortalecer el bienestar integral de las comunidad donde se encuentra Cecrea. Para esto, se abordaron tres dimensiones:

- Aspectos positivos del proyecto
- Aspectos a mejorar del proyecto
- Ideas que sugieren las/os participantes para guiar la mejora

La información recopilada se sistematizó en base a estas tres dimensiones y, a partir de esto, se extrajeron todas las ideas planteadas haciendo énfasis en aquellas que aparecieron de forma reiterada en la opinión de todos o casi todos los equipos, así como también se relevan elementos específicos que fueron importantes para algunos equipos por características específicas de su territorio. A continuación se presenta un análisis de esta información, ordenada primero de acuerdo a cada nivel de acción, para luego presentar un análisis general del proceso.

- **Laboratorio NNJ:**

La implementación de un laboratorio sobre bienestar integral en NNJ es considerado un elemento positivo que logró introducir la temática de forma explícita en el trabajo directo con ellas/os. Una consecuencia significativa de este ámbito es que permitió fortalecer la dimensión socioemocional de al menos una parte de NNJ, propiciando su autoconocimiento y el reconocimiento de sus emociones.

Asimismo, se estima de gran valor que la metodología de las sesiones haya incorporado recursos no verbales asociados a la música, el movimiento y las expresiones visuales, ya que estos potencian la participación de NNJ y brindan una oportunidad diferente de escucha y reconocimiento entre ellas/os.

Otro elemento positivo de los laboratorios realizados con NNJ es que propiciaron el intercambio de ideas sobre el bienestar, es decir, permitieron que las/os NNJ compartieran sus experiencias sobre aquellas acciones, situaciones u objetos que les hacen sentir bien, lo que nutrió el ambiente grupal y la vivencia individual de cada una/o.

³ CECREA (2019). [Guía sobre planificación con enfoque de derechos para profesionales de equipos Cecrea.](#)

Un aspecto que no se logró plenamente es el fortalecimiento de habilidades socioemocionales en todas/os las/os NNJ que participaron en los laboratorios, puesto que el breve periodo que duró el proyecto no permitió profundizar en la temática ni ahondar en aspectos más específicos de la dimensión socioemocional.

- **Trabajo con la comunidad:**

Este nivel de acción fue un elemento nuevo dentro del quehacer de los equipos Cecrea y se orientó a abrir un espacio especialmente dedicado a otros actores comunitarios y fortalecer sus relaciones de colaboración en función de potenciar la garantía de derechos de la niñez y adolescencia de cada territorio.

Al respecto, se considera que fue valioso abrir espacios de comunicación con personas cuidadoras de NNJ, ya que se logró sensibilizar acerca de la importancia del bienestar integral y el ejercicio de derechos de NNJ, desde su rol en la crianza y la construcción del vínculo con ellas/os. Esto se desarrolló en espacios de trabajo respetuosos, seguros y de confianza que favorecieron un mayor acercamiento de las familias hacia Cecrea y un conocimiento más cercano sobre el tipo de quehacer que desarrolla el programa, motivando el deseo de las/os cuidadoras/es de participar en nuevas instancias como estas.

Cabe destacar que un aspecto valorado por las/os participantes de estos espacios fue la oportunidad de compartir momentos significativos de su experiencia personal y de comprender mejor los intereses y necesidades de sus hijas/os. En los casos en que se realizaron encuentros conjuntos entre madres, padres e hijas/os, las actividades brindaron una oportunidad de escucha y reconocimiento mutuo en un ambiente de disfrute y creatividad que contribuyó a una interacción positiva entre ellas/os.

Un elemento desfavorable en el trabajo con cuidadoras/es fue que no se pudo contar con la participación regular de quienes asistieron, limitando la continuidad y profundidad del proceso. Además, en las zonas de regiones más extremas resultó compleja la convocatoria debido a las distancias entre localidades y las características climáticas existentes, debiendo contemplarse una estrategia territorial que facilite el abordaje de este ámbito.

En las regiones en que el trabajo para la comunidad se desarrolló con organizaciones locales, se reconoce la importancia de haber realizado encuentros destinados a favorecer el bienestar laboral de sus funcionarias/os, en consideración de lo relevante que es su rol como garantes de derechos. Estas instancias aportaron con un aprendizaje vivencial de herramientas para el bienestar y con elementos conceptuales que aportaron una comprensión de la diversidad de experiencias de la niñez y la adolescencia. Por esto, los equipos Cecrea que realizaron estas experiencias consideran interesante e importante darles continuidad o bien desarrollarlas con otros actores comunitarios que necesitan espacios de bienestar, por ejemplo, las/os docentes de los establecimientos con los que trabajan.

En términos generales, se considera que la realización de espacios de trabajo con personas cuidadoras como con organizaciones locales contribuye a crear un entorno de apoyo y estímulo para el crecimiento creativo y la garantía de derechos de NNJ.

Cuidado de equipo:

Las instancias de cuidado para los equipos Cecrea fueron una de las acciones más valoradas dentro del proyecto, dado que la contención, las prácticas de autocuidado y el apoyo mutuo se consideran herramientas de gran necesidad para los equipos.

En esta línea, un primer logro de este nivel de acción fue la instalación del cuidado de equipo como un eje fundamental para el bienestar de los equipos Cecrea. Es así como las sesiones realizadas por las psicólogas propiciaron la reflexión y el diálogo sobre el rol y la vinculación de los equipos con las comunidades, y se señala que en este proceso las/os integrantes de cada equipo tuvieron la oportunidad de conocerse mutuamente con más profundidad y, de esta forma, comunicarse de forma más empática y asertiva, compartiendo espacios donde pudieron dialogar en torno a las temáticas habituales desde otra perspectiva o bien tratar otros temas no abordados regularmente. De esta manera, una parte importante de los equipos considera que estas instancias favorecieron la cohesión grupal y el desarrollo de herramientas concretas de autocuidado que incluso pueden aplicar con las/os NNJ.

En el caso de las sesiones que tuvieron un enfoque psicoeducativo, son valorados los recursos que las psicólogas brindaron para comprender las necesidades de NNJ, sus etapas evolutivas, sus realidades de contexto, y las técnicas que pueden llevar a cabo para fortalecer la resolución de conflictos y el bienestar en NNJ. Los equipos consideran que es muy relevante desarrollar estrategias de acompañamiento a NNJ a lo largo de su ciclo vital.

Un aspecto a mejorar en este nivel de acción es la dificultad de que todas/os las/os integrantes de los equipos Cecrea participaran en todas las sesiones. Si bien en algunas regiones pudo participar todo el equipo, en otras la programación de actividades no lo permitió, por lo que algunas sesiones de cuidado de equipo contaron con la participación de muy pocas/os funcionarias/os. En este sentido, no hubo un horario protegido para la realización de este proceso que facilitara la participación plena de cada equipo. Esto podría relacionarse con una de las ideas planteadas en esta evaluación, la que enfatiza que el bienestar de los equipos Cecrea no ha sido concebido como una parte importante del sistema de trabajo, sino sólo como un elemento a desarrollar dentro de este proyecto, lo que marca un importante desafío para más adelante.

Por otra parte, se menciona que este tipo de espacios resulta compleja en equipos cuyo clima laboral no es totalmente positivo, ya que genera la apertura de temáticas que no pueden ser resueltas en un periodo tan breve, siendo esto un elemento de riesgo si no es abordado con la profundidad y cuidado que cada tema requiere.

Análisis general del proyecto

Desde una mirada integral del proceso y tomando en cuenta las diferentes opiniones que fueron recopiladas en esta fase de evaluación, cabe destacar que el proyecto se concibe como un espacio necesario y positivo para las comunidades en que se encuentra Cecrea, que viene a complementar el trabajo que ya se realiza desde el programa, apuntando a tres niveles relevantes, como lo son el fortalecimiento socioemocional de NNJ, el empoderamiento y colaboración de las comunidades, y el bienestar de los equipos Cecrea. Esta articulación posibilitó el diálogo explícito sobre el bienestar integral en diferentes niveles y contribuyó a una mirada reflexiva sobre cómo se está abordando la temática desde la convivencia cotidiana.

Complementariamente, el proyecto permitió visualizar y abordar en una cierta medida las necesidades de actores comunitarios que son garantes de derechos y que, por lo tanto, cumplen un rol central en el apoyo al ejercicio efectivo de derechos de NNJ, lo que fomenta la creación de alianzas y fortalece el vínculo con Cecrea.

También destaca que el proyecto propició un reconocimiento de la dimensión socioemocional como aspecto fundamental en el desarrollo de toda persona, promoviendo el aprendizaje y la práctica del autoconocimiento y la gestión emocional desde relaciones de colaboración. En este sentido, se considera que el proyecto cumplió con el objetivo de fortalecer estrategias de contención y regulación emocional.

Asimismo, se logró un acercamiento hacia comunidades con las que usualmente no se trabaja mediante espacios destinados especialmente a ellas, tales como personas cuidadoras y organizaciones locales que trabajan con la niñez y adolescencia. En este contexto, se logró promover el diálogo sobre temáticas que son desafiantes, tanto al interior de cada equipo Cecrea como con NNJ y sus comunidades. Todo esto en un ambiente nutritivo y creativo que se visualiza como una puerta de entrada a desarrollar nuevas formas de contención y acompañamiento en otros niveles comunitarios, y que hace visible la necesidad de abordar el bienestar integral como una temática permanente en el quehacer de Cecrea.

En este contexto, uno de los aspectos altamente valorados por los equipos fue la incorporación de una psicóloga a cada Cecrea, aportando con una retroalimentación constante al trabajo tanto en el diseño de las actividades como en su implementación. Así, su experiencia desde la salud mental contribuyó a una mejor comprensión de los procesos de vida de NNJ y a un abordaje pertinente a sus necesidades. Además, las psicólogas mostraron una gran flexibilidad y capacidad para crear y sostener un proyecto complejo en un periodo breve.

En esta misma línea, uno de los facilitadores que se identificaron fue la oportunidad que tuvieron algunas regiones de trabajar con una psicóloga que ya conocían previamente y que había participado en otras instancias de trabajo en Cecrea, ya que esto le brindó una mayor apropiación de la metodología y favoreció la fluidez en la comunicación y sincronía con el equipo en el desarrollo de las acciones.

Otro elemento que se reconoce como facilitador es la capacidad de adaptación de los equipos Cecrea para reorganizar su programación e integrar el proyecto dentro de ella, lo que fue fundamental para el buen desarrollo de las acciones. Esto se vio aún más favorecido en los equipos cuyos integrantes

llevan más tiempo de trabajo en conjunto y en aquellos en que el clima laboral es considerado como positivo, puesto que permitió desarrollar el trabajo en un ambiente cálido y motivador.

Otros elementos que facilitaron el desarrollo del proyecto en el ámbito comunitario fue el buen recibimiento de las organizaciones locales que previamente habían trabajado con Cecrea, las que mostraron apertura a las iniciativas que se propusieron. Asimismo, la implementación de actividades comunitarias se vio favorecida cuando se realizó en el contexto de convocatorias realizadas por otras organizaciones, dado que fortaleció el trabajo en red y la participación de más personas de la comunidad.

Por último, como otro elemento facilitador se menciona el apoyo y acompañamiento del equipo coordinador del proyecto, habiendo brindado una comprensión de los procesos desarrollados y aportado con material de apoyo que fue utilizado en las sesiones de trabajo.

Desde otra perspectiva, es importante mencionar los aspectos que se visualizan más débiles y se constituyen en elementos a mejorar. Al respecto, el elemento más señalado como debilidad del proyecto es su corta duración, en tanto sus niveles de acción se conformaron por instancias demasiado acotadas que no permitieron generar un proceso profundo y continuado.

A esto se suma que el escaso tiempo disponible de los equipos Cecrea por la programación que ya tenían en marcha, provocó un esfuerzo mayor para integrar el proyecto en su quehacer. Por esta razón, algunos equipos decidieron incorporarlo dentro de los laboratorios con NNJ que se estaban desarrollando en vez de crear un nuevo espacio de laboratorio. Aún así, los equipos tuvieron que hacer un significativo esfuerzo para participar con plenitud en el diseño e implementación de las acciones, ocurriendo en algunos casos que los equipos de gestión no se pudieron involucrar en su diseño e implementación, o incluso que algunas/os integrantes del equipo mostraron desconocimiento de las características del proyecto.

En línea con lo anterior, otro elemento a mejorar es la poca información que desde el nivel central de Cecrea se entregó sobre el proyecto a inicios de año, puesto que solo se transmitió su sentido general, habiendo socializado sus características específicas recién a inicios del segundo semestre. Esto provocó la sensación de una ejecución que comenzó de manera abrupta, debiendo cada equipo y psicóloga comprender muy rápidamente los componentes y la lógica del proyecto, lo que en algunos casos dificultó la apropiación de estos aspectos, así como el desarrollo de un trabajo fluido y colaborativo entre ambos. En este sentido, se estima que la coordinación de un proyecto como este debe darse de forma anual con información clara desde el inicio de cada ciclo y que sería favorable que cada psicóloga pudiese integrarse al equipo en un periodo anterior para contar con su apoyo en los tiempos previos al inicio del proyecto.

Otro aspecto considerado débil es que el proyecto no contempló las características de cada equipo al momento de su inicio, puesto que si bien algunos equipos Cecrea tenían una conformación de integrantes estable, otros estaban recientemente conformándose con nuevas/os integrantes, lo que añadió otro aspecto complejo a su implementación. También se presentaron situaciones en que durante el desarrollo del proyecto algunas/os facilitadoras/es cumplían fecha de término de contrato no pudiendo participar en las últimas actividades contempladas. Es así como esta variable asociada a la conformación de los equipos también influyó en el desarrollo del proyecto.

Finalmente, un aspecto a mejorar que fue relevado en esta evaluación es la cantidad insuficiente de horas de planificación que se contempló para el rol de las psicólogas, en tanto la mayor parte del tiempo estuvo concebida para la implementación de las acciones, no disponiendo de un tiempo adecuado para el diseño de cada una de ellas, lo que limitó las oportunidades de realizar un trabajo reflexivo y colaborativo con los equipos. Complementariamente, se considera que las condiciones laborales del equipo de psicólogas no fueron óptimas, requiriéndose más recursos económicos para su contratación y más horas de trabajo que permitan que su tiempo de permanencia en Cecrea sea mayor y dé viabilidad a un acompañamiento constante durante el proceso de trabajo.

IV CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Para finalizar este informe, se presentan algunas conclusiones y recomendaciones que podrían ser de utilidad al momento de proyectar una nueva implementación del proyecto Bienestar Integral Comunitario.

En primer lugar, cabe comentar que un proyecto orientado a fortalecer el bienestar integral de las comunidades desde el quehacer de Cecrea es sin duda un aporte. Una razón de esto es que la pertinencia de un proyecto orientado al bienestar en un programa destinado a la formación de ciudadanía creativa es significativa, ya que la creatividad es una dimensión esencial de la vida humana en tanto conlleva la capacidad permanente de cambio y, por lo tanto, de transformación individual y social. En este sentido, cuando hay pérdida de capacidad creativa, se ve limitada la sensación de bienestar pues se rigidiza la experiencia humana, por lo tanto, la creatividad es en sí misma una fuente importante de bienestar.

En esta línea, los equipos Cecrea desarrollan un quehacer que, de forma implícita, aporta al bienestar, sin embargo, al no encontrarse intencionado de manera sistemática en su labor regular, no se hace visible. Por esta razón, el proyecto Bienestar Integral Comunitario complementa positivamente el quehacer de Cecrea instalando el bienestar como eje central de las experiencias y de la dinámica relacional entre quienes participan en ellas, propiciando instancias de intercambio y colaboración que nutren la reflexión, el autoconocimiento, las prácticas de autocuidado y el apoyo mutuo.

Junto a esto, el proyecto aporta una mirada articulada que integra varios niveles de acción con los cuales se hace posible una mirada más amplia del bienestar comunitario. En este sentido, es un proyecto útil para avanzar en la construcción de una conciencia colectiva basada en el enfoque de derechos y en la comprensión de que el bienestar integral es un derecho para todas las personas sin distinción alguna.

En la misma medida en que el proyecto se constituye en un aporte significativo para las comunidades y los equipos Cecrea, el nivel de complejidad que conlleva su puesta en práctica es alto. La profundidad de una experiencia de bienestar y los distintos planos de la vida involucrados en ella, implican una importante responsabilidad y desafío que requieren de un andamiaje robusto para lograr el objetivo

trazado por el proyecto. Considerando esto, a continuación se mencionan algunas recomendaciones que pueden nutrir una próxima implementación.

1. Para que el proyecto Bienestar Integral Comunitario tenga un impacto significativo y, además, pueda ser implementado metódicamente y con un ritmo mesurado y consciente acorde al objetivo del proyecto, es recomendable que tenga una duración mayor a la que tuvo el proyecto recientemente realizado y que tenga coherencia temporal con la programación de cada equipo. Es así como es recomendable que su duración sea anual, de manera que cada una de sus etapas cuente con el tiempo suficiente para desarrollar cada una de las acciones, es decir, para diseñar el proceso, para realizar momentos de seguimiento que permitan identificar necesidades de ajustes y para evaluar a fondo el logro de sus objetivos.

Esto permitiría el desarrollo de un proceso más reflexivo y analítico, en un marco de trabajo colaborativo que favorecería la toma de decisiones, así como también propiciaría un ambiente de cuidado y bienestar para cada una de las personas responsables de su ejecución.

2. La participación de un/a profesional externo/a a los equipos Cecrea, en este caso una psicóloga, demanda una primera etapa de inducción en que se logre transmitir con precisión y profundidad los sentidos y características del proyecto de modo de lograr una adecuada apropiación de este. Junto con esto, resulta fundamental que esta/a profesional conozca la metodología Cecrea y la forma como el programa desarrolla su quehacer, puesto que esto es la base sobre la cual se asienta el proyecto.

En este sentido, es recomendable que el proceso de inducción del equipo de psicólogas/os sea más extenso y contemple un conjunto de instancias donde cada elemento del proyecto pueda ser conocido, estudiado y analizado de forma gradual, además de incorporar espacios de lectura personal que ayuden a interiorizarse en los documentos orientadores de Cecrea. Esto puede favorecer tanto el conocimiento de las/os psicólogas/os sobre Cecrea y el proyecto, como la comprensión de su rol en él y, de esta forma, guiar de la manera más efectiva posible el desarrollo del proceso.

3. El acompañamiento metodológico del equipo coordinador del proyecto a nivel nacional puede potenciarse incluyendo instancias de trabajo en terreno desde el inicio del proceso, lo que es relevante para apoyar el diseño del proyecto en cada región con foco en su pertinencia territorial. Así, sería interesante la conformación de una mesa de trabajo local en la que participen las/os integrantes del equipo Cecrea, la/el psicóloga/o y un/a profesional del equipo acompañamiento metodológico para elaborar colaborativamente el diseño local, tomando en cuenta las características particulares del territorio y del equipo. Esto podría constituirse en el primer hito formal del proyecto local, proporcionando un apoyo directo al diseño del proceso, el cual además podría facilitar la presentación y coordinación inicial entre el equipo Cecrea y la/el psicóloga/o que se incorpore a él.
4. El rol del/la psicólogo/a puede reformularse concibiendo una mayor cantidad de tiempo para la realización de su trabajo. Al respecto, es importante que el proyecto contemple un tiempo

suficiente para horas de planificación, implementación y evaluación de cada acción, que hagan posible un diseño detenidamente pensado para las sesiones de trabajo y una revisión de lo que se realice en cada una de ellas. Esto puede potenciar la definición de acciones contextualizadas en los elementos que van surgiendo a lo largo del proceso.

Asimismo, un mayor tiempo de permanencia del/a psicólogo/a en Cecrea permitiría brindar un acompañamiento más específico y profundo a las necesidades que el equipo vaya presentando, de modo que sus integrantes desarrollen el proyecto desde una sensación de apoyo permanente que favorezca su bienestar laboral.

5. Con respecto a las acciones dirigidas a NNJ y al nivel de la comunidad, sería interesante potenciar una articulación entre los grupos con los que se trabaje en vistas a fortalecer un enfoque sistémico e integral. Esto refiere a generar espacios de trabajo donde las/os participantes estén directamente vinculadas/os a los grupos de NNJ con quienes se va a desarrollar el laboratorio. A modo de ejemplo, procurar un trabajo con las/os cuidadoras/es de las/os NNJ con quienes se está trabajando en el proyecto y, si es posible, también con alguna organización local que trabaje con esas/os mismas/os NNJ (colegio, casa de la cultura u otra). Esto posibilitaría aproximarse a la realidad y necesidades de las/os NNJ de manera amplia y desde diferentes perspectivas, potenciando el logro de los objetivos.
6. Considerando que en varias regiones se logró un fortalecimiento del vínculo con las familias de NNJ, sería interesante avanzar hacia una definición conjunta con ellas de las acciones a realizar dentro del proyecto, es decir, generar espacios de escucha y trabajo colaborativo para que las familias expresen sus necesidades y planteen sus deseos respecto del proyecto. Esto contribuiría a cautelar que las acciones a desarrollar tengan sentido para ellas y así fortalecer su participación y su empoderamiento en el rol de garantes de derechos.
7. En cuanto a las instancias de cuidado de equipo para Cecrea, resulta importante que estas tengan una periodicidad estable y se conciban como un proceso gradual y sistemático, dentro de espacios protegidos para su realización. El componente sensible que tiene este ámbito requiere de un cuidado especial en su diseño e implementación que debe ir en concordancia con las necesidades que el mismo equipo plantee y que debe procurar la participación de todas/os sus integrantes.

Por último, señalar que el bienestar integral se instala como un desafío importante que paulatinamente puede ir tomando un lugar central en el quehacer de Cecrea, potenciando el vínculo entre creatividad y buen vivir, ambos elementos fundamentales desde el enfoque de derechos. En la medida en que los procesos creativos sean conscientes y reflexivos, se amplían las posibilidades de que NNJ desarrollen una autonomía progresiva que favorezca su toma de decisiones, su bienestar y el ejercicio efectivo de sus derechos.

V VIDEOS REGISTRO

A continuación, encontrarán los videos que registran parte del proceso a nivel nacional:

- **Versión corta, sin lengua de señas:** <https://www.youtube.com/watch?v=2IQ9O5boljw&t=1s>
- **Versión corta, con lengua de señas y audiodescripción:**
<https://www.youtube.com/watch?v=pKRAAHqoym8&t=2s>
- **Versión larga, sin lengua de señas:** <https://www.youtube.com/watch?v=ZyZRfKtYZxQ>
- **Versión larga, con lengua de señas y audiodescripción:**
<https://www.youtube.com/watch?v=gdqNJyVKr-g>