



El futuro
es de todos

Gobierno
de Colombia

mi Familia

Profundización-Visita
Cartilla N° 19b



Pensarnos en familia

Volver a encontrarnos 2

Con el apoyo de:



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA

HRH2030
HUMAN RESOURCES FOR HEALTH IN 2030



Instituto Colombiano de Bienestar Familiar

Lina María Arbeláez Arbeláez
Directora General

Liliana Pulido Villamil
Subdirectora General

Juan Pablo Angulo Salazar
Dirección de Familia y Comunidades

Katty de Oro Genes
**Subdirectora de Gestión Técnica para
la Atención a la Familia y Comunidades**

Bernardo Brigard Posse
**Subdirector de Operación de la
Atención a la Familia y Comunidades**

Earl Douglas López
Mayra Alexandra Pacheco
Rocío Stella Castellanos
Equipo técnico ICBF

Coordinación editorial
Ximena Ramírez Ayala
Jefe Oficina Asesora de Comunicaciones
Grupo de Imagen Corporativa

Edición
Julio 2021

Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID)

Lawrence J. Sacks
Director USAID en Colombia

Michael Torreano
Director de Reconciliación e Inclusión

Elizabeth Troolin
Oficina de Reconciliación e Inclusión

Oficina para la Democracia,
Conflictos y Asistencia Humanitaria
Mattito Watson
Asesor Técnico Senior Niños en Adversidad

Jamie Gow
Asesora Técnica Niños en Adversidad

Juan Sebastián Barco
Director Programa HRH2030

Autores

Maestral Internacional
Kelley Bunkers
Sian Long
Sully Santos
Consultores HRH2030

Leonor Isaza Merchán
Consultora y editora
Sonia Milena Moreno
Especialista en Servicios Sociales HRH2030

Claudia Ramírez López
Correctora de estilo

Damian Medina Crofort
Diseñador e ilustrador

Esta publicación es posible gracias al generoso apoyo del pueblo estadounidense a través de la Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID) bajo los términos del acuerdo de cooperación

No. AID-OAA-A-15-00046 (2015-2021). El contenido es responsabilidad de Chemonics International y no necesariamente refleja las opiniones de USAID o del Gobierno de los Estados Unidos.

Presentación

Mi familia es una modalidad de acompañamiento familiar psicosocial implementada por la Dirección de Familias y Comunidades del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)¹, que busca fortalecer a las familias para promover la protección integral de niños, niñas y adolescentes, y prevenir los efectos de la violencia, abuso o negligencia en contra de los niños, las niñas y los adolescentes. Es un programa intensivo en visitas en el hogar que se complementa con encuentros grupales para brindar acompañamiento psicosocial ajustado a las realidades y necesidades de las familias.

Mi Familia inicia con un diagnóstico psicométrico de las familias. Posteriormente, se diseña con la familia un acompañamiento psicosocial que contiene un ciclo básico y unas temáticas de profundización. En el acompañamiento se abordan temáticas de cuidado y autocuidado, regulación emocional y vinculación, comunicación asertiva, crianza positiva y organización de la vida cotidiana, entre otras. Cada visita y encuentro se desarrollará con base en el contenido de las cartillas metodológicas² diseñadas para brindar herramientas a los profesionales de acompañamiento familiar y orientar los procesos con las familias.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)
Agencia para el Desarrollo Internacional (USAID)



1 Los documentos técnicos de esta modalidad están disponibles en:
<https://www.icbf.gov.co/misionales/promocion-y-prevencion/familia>

2 Las cartillas metodológicas fueron desarrolladas en el marco del convenio de cooperación internacional No. 1258 de 2019 entre de ICBF y la Organización Internacional para las Migraciones (OIM) y, adicionalmente, con el apoyo del programa HRH:2030, del gobierno de Estados Unidos de América a través de su Agencia para el Desarrollo Internacional (USAID). Los contenidos aquí publicados son responsabilidad de sus autores y no necesariamente reflejan las opiniones de USAID, el Gobierno de Estados Unidos de América ni de la OIM.

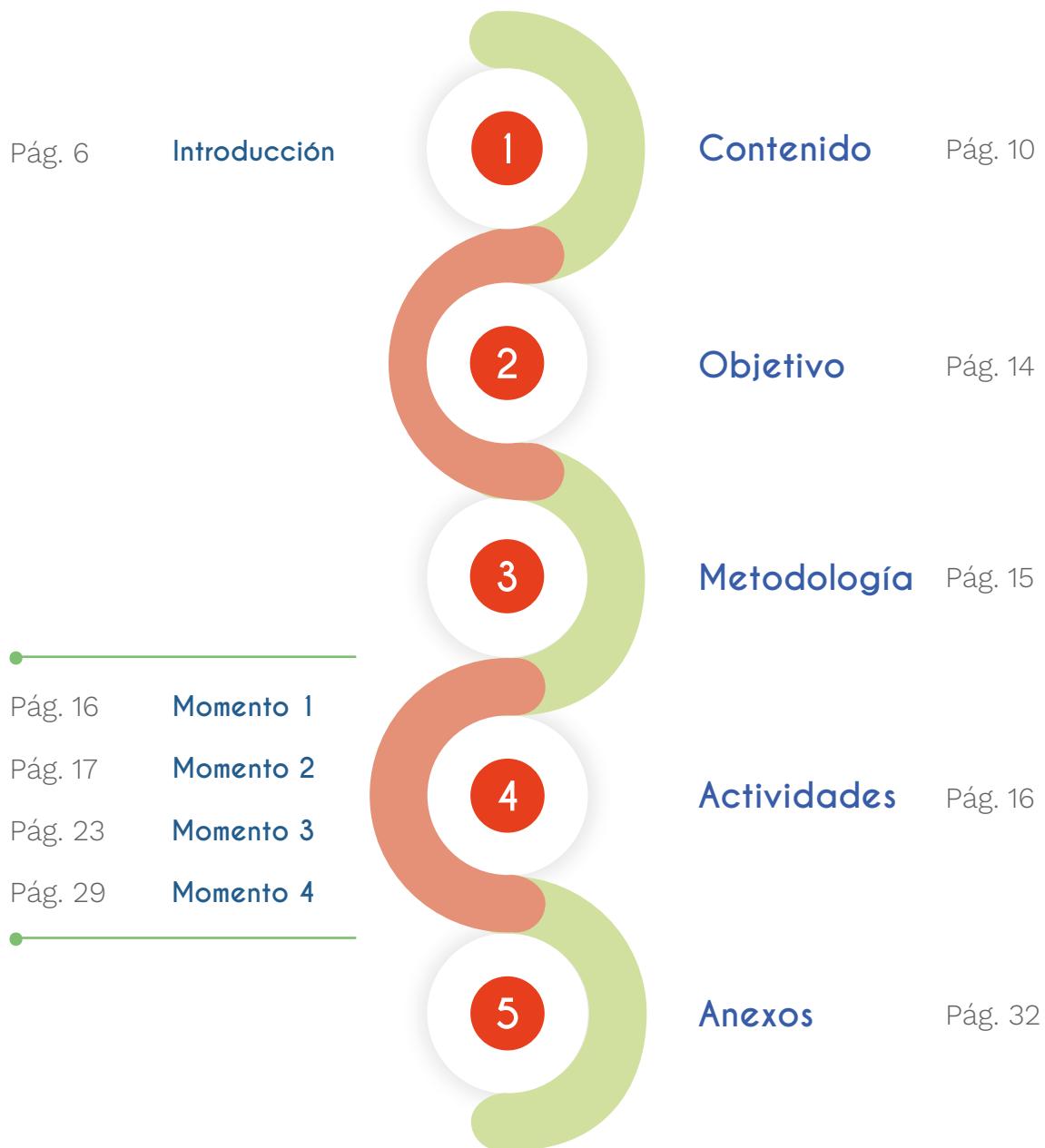


Visitas

- 1 **Zarpando a la aventura.**
Encuentro inicial
- 2 **Cultivándonos.** Autocuidado
- 3 **Mar de emociones.**
Regulación emocional
- 4 **Comunicación paz-Siente.**
Comunicación asertiva
- 5 **Crianza Positiva.** Crianza basada en el buen trato
- 6 **Familias democráticas.**
Roles y participación en la familia
- 7 **Expresar sin herir.**
Regulación emocional II
- 8 **Todos hacemos parte.** Participación de las personas con discapacidad (PcD)
- 9 **Para cuidarte, primero me cuido.**
Autocuidado PcD
- 10 **Con cada despedida llegan nuevos comienzos.** Encuentro de cierre
- 11 **Constructores de sueños.**
Proyecto de vida
- 12 **Cuenta conmigo.**
Involucramiento parental
- 13 **Entendiendo la sexualidad.**
Desarrollo de la sexualidad
- 14 **1, 2 y 3 cuidando en familia otra vez.**
Seguridad en el hogar de 0 a 5
- 15 **¡Porque nos amamos, nos protegemos!** Prevención de la violencia de 0 a 5
- 16 **Hablemos de sexualidad.**
- 17 **Sexualidad en adolescencia.**
- 18 **El valor de mi voz.**
Participación Infantil
- 19 **Reintegro familiar.**

Encuentros

- 20 **Convergencia de oferta.**
- 21 **Tejiendo redes de protección.**
Derechos de los NNA y la familia
- 22 **Familia que decide unida, permanece unida.** Relaciones democráticas
- 23 **Padres presentes.** Paternidades responsables, cuidadoras y amorosas
- 24 **Apoyo a padres, madres y cuidadores.** para niños y niñas en la escuela
- 25 **Con-sumo cuidado.**
Prevención del Consumo SPA
- 26 **Escudos protectores.**
Prevención abuso sexual infantil y riesgos digitales
- 27 **Conocer y reconocer la discapacidad.**
- 28 **Cuidado al cuidador.**
- 29 **Capacidad de agencia de las familias.**
- 30 **Iniciativas comunitarias.**



Introducción

Esta es la segunda de cuatro cartillas cuyo tema principal es la reunificación y la reintegración familiar, y cuyas actividades están diseñadas especialmente para trabajar con familias con niños, niñas y adolescentes que se encuentran con un Proceso Administrativo de Restablecimiento de Derechos (PARD) abierto y están en la fase de volver a encontrarse con su familia.

Las cuatro cartillas proponen actividades que facilitan el abordaje de situaciones relacionadas con las experiencias que han vivido las familias, así como los niños, las niñas o los adolescentes al estar fuera de la familia. También se incluyen las que puedan surgir desde el momento en que vuelven a estar juntos, lo que permite fortalecer dinámicas relaciones que favorecen la reintegración.

Las cartillas ‘Volver a encontrarnos’ complementan las demás cartillas del programa Mi Familia, que promueven procesos familiares y contribuyen a la protección de niños, niñas y adolescentes. Los temas de las cartillas ‘Volver a encontrarnos’ son los siguientes:

- 1. Los primeros pasos para la reunificación familiar:** valoración de los recursos o las potencialidades que tienen las familias y su capacidad para gestionar las redes de apoyo.
- 2. Pensarnos en familia:** preparación para la reunificación y acogida del niño, el niña o el adolescente en el hogar.
- 3. Fortaleciéndonos en familia:** reconocimiento, refuerzo, incorporación o modificación de hábitos y rutinas para que favorezcan el manejo de situaciones cotidianas.
- 4. Proyectándonos en familia:** promoción del reencuentro familiar como una experiencia reconfortante y duradera para prevenir una nueva separación.

Esta segunda cartilla, *Pensarnos en familia*, se centra en la preparación para el retorno del niño, la niña o el adolescente al hogar, y el tiempo inmediatamente anterior y posterior a su regreso. Las actividades aquí planteadas pueden desarrollarse en la visita que la familia haga al sitio donde temporalmente vive el niño, la niña o el adolescente, o en el centro zonal del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) el día de la visita; esto, dependiendo de la modalidad de atención en que se encuentre el niño, la niña o el adolescente.

Como puede suceder que el niño, la niña o el adolescente ya puede estar con su familia, las actividades de la cartilla también pueden ser la oportunidad para reflexionar sobre algunos aspectos importantes en los momentos iniciales de la reunificación.

Esta cartilla se centra en la relevancia de la preparación de la reunificación, en los procesos que hay que tener en cuenta los primeros días o semanas después del reencuentro y, en las formas de romper el hielo y establecer hábitos de comunicación saludables en la familia.

Las actividades de esta cartilla se orientan hacia el fortalecimiento de la capacidad de expresión de los sentimientos y las emociones relacionados la reintegración: el reconocimiento de las expectativas y los anhelos, la identificación de los miedos y las preocupaciones, y la celebración de la experiencia positiva que implica estar juntos (eje principal de la cartilla *Los primeros pasos hacia la reunificación familiar*). Así mismo, la presente cartilla propone actividades para hablar sobre dichos sentimientos, lo que permite su expresión y su reconocimiento, con el fin de encontrar aquellos que los unen o los distancian como familia, y así poder trabajar juntos para construir confianza y bienestar.

Además, crea un espacio para hablar sobre la relación con la comunidad (amigos, escuela, entidades religiosas y otras instituciones del entorno) y para pensar en lo que se añoró, los reencuentros que se desean, los apoyos que pudieran encontrar, así como reflexionar sobre los miedos o las experiencias derivadas de una posible estigmatización.

También, se incluyen actividades que reconocen las experiencias adversas previas para comprenderlas, de modo que se movilicen dinámicas de apoyo y afrontamiento en los niños, las niñas, los adolescentes y los demás integrantes de la familia.

La cartilla termina con una nota positiva que anima a las familias a planificar la celebración de la reunificación.

Es importante explicitar que dentro del rol del profesional de acompañamiento familiar (PAF) no se incluye el apoyo terapéutico a los niños, las niñas o los adolescentes que han experimentado violencia o trauma, ni la terapia familiar intensiva para abordar los desafíos que contribuyeron a la separación familiar. En Mi Familia se apoya la comunicación y la reflexión del grupo familiar como agente que estimula el fortalecimiento. No obstante, es importante que el profesional de Mi Familia coordine con la Autoridad Administrativa de Restitución de Derechos (AARD), su equipo técnico y el equipo interdisciplinario de la modalidad de atención de restablecimiento de derechos para que, dentro del plan de convergencia de la oferta, se pueda activar la ruta de atención correspondiente para la atención especializada que requieran los niños, las niñas y los adolescentes, o sus familias.

Cada proceso de reintegración será diferente por las características únicas del niño, la niña o el adolescente, y de su familia. En consonancia, el proceso de acompañamiento familiar debe ser flexible y debe fortalecer la capacidad de la familia para comprender los procesos de desarrollo infantil y adolescente, y las reacciones que pueden surgir según dicho proceso o las experiencias vividas. De esta manera, es posible apoyar a cada niño, niña o adolescente, y demás integrantes de la familia de acuerdo con su ciclo de vida, características y circunstancias.

Las circunstancias particulares, como haber estado separado de la familia en otra ciudad o haber tenido contacto escaso con sus hermanos durante la medida de protección, deben contemplarse. En el primer caso, los cambios de ciudad pudieron haber implicado

adaptaciones climáticas, alimenticias y/o culturales, incluso, pudo haber contacto con una lengua diferente (como les sucede a quienes provienen de comunidades étnicas). En el segundo caso, el niño, la niña o el adolescente pudo haber convivido con sus hermanos durante la medida de protección o pudo haberlos visto solo ocasionalmente, lo que supone adaptaciones relevantes.

El PAF debe conocer estas y otras condiciones que se presenten. Para ello, debe tomarse el tiempo para reconocer que cualquier transición llevará tiempo y que algunos cambios pueden ser más fáciles y rápidos, mientras que otros serán difíciles y lentos debido a las diferencias existentes entre las condiciones de vida. Es importante reconocer el significado de una transición para que la familia pueda entender a su vez los procesos que conlleva y los cambios que será necesario hacer para facilitarla.

Para el desarrollo de esta cartilla es importante que el PAF conozca, además, las características específicas del niño, la niña o el adolescente que tiene un PARD abierto a su favor, en cuanto a su edad, si hay condición de discapacidad, el tiempo que ha estado o estuvo por fuera de su hogar, el contacto que ha tenido con su familia, así como las circunstancias que originaron la apertura del proceso de restablecimiento de derechos. Si el PAF de Mi Familia no cuenta con esta información, es indispensable que indague en la Dirección de Protección del ICBF; esto, con el fin de asegurar un acompañamiento coordinado con la AARD y su equipo técnico, y con el operador de la modalidad de restablecimiento de derechos. De esta manera, se logrará la contextualización del proceso de acompañamiento e implementación de la cartilla.

Para finalizar, la presente cartilla ofrece oportunidades para que las familias conversen de manera abierta los desafíos. Sin embargo, si algún integrante de la familia evidencia amenaza de vulneración de derechos hacia los niños, las niñas o los adolescentes, ya sea dentro del hogar o por fuera de él, es importante compartir estas preocupaciones con la AARD para proporcionar un apoyo adicional.

• Pregunta orientadora •

¿Cómo identificar, reconocer y conversar sobre las emociones y los sentimientos que se presenten en el reencuentro familiar, y cómo abordar las expectativas ante el proceso de reintegración que afrontará familia?



1 Contenido

La Fundación Juconi en México califica los primeros tres meses después de la reunificación como tiempo protegido para reducir las ansiedades de todos los integrantes de la familia, ya que pueden sentir que están siendo evaluados. Durante este tiempo, las familias, especialmente el niño, la niña o el adolescente, y sus hermanos o hermanas, tienen la oportunidad de manifestar si desean la reunificación (Schrader McMillan & Herrera, 2014).

Schrader McMillan y Herrera (2014) indican que los desafíos comunes identificados en las familias son principalmente tres:

- 1) La violencia intrafamiliar continua, incluida la violencia emocional;
- 2) Una mayor necesidad de involucramiento del padre, la madre o el cuidador, en comparación con el que acostumbran a tener, sobre todo, en relación con comportamientos desafiantes; y
- 3) Un sentimiento de decepción, debido a expectativas poco realistas.

Por esto, es importante el desarrollo de procesos para una reintegración exitosa: Estos son:

• **(Re)conocerse:** durante el tiempo que el niño, la niña o el adolescente vivió separado de su hogar, tiene procesos de cambio y de crecimiento, por las experiencias que ha vivido y por las nuevas relaciones establecidas con los adultos y con otros niños, niñas y adolescentes. Al retornar a su familia, junto con los demás integrantes, tendrá que haber un proceso de (re)conocimiento mutuo, pues todos se han transformado mientras no convivieron. Si la reunificación se hace en la familia extensa, con la que no se había vivido previamente, el proceso de (re)conocimiento puede ser aún más largo y complejo, porque, si bien hay lazos de parentesco y de afecto, la convivencia conduce a la profundización del conocimiento mutuo.

En todo caso, el proceso de (re)conocerse será paulatino, y es importante que todos los integrantes de la familia tengan la oportunidad de comprender la situación y de expresarse de alguna manera, verbal o no verbal, sobre el proceso que están viviendo. Posiblemente el niño, la niña o el adolescente puede enfrentar sentimientos ambivalentes acerca de su familia, por las circunstancias de su salida, o ante la familia extensa que lo acoge, porque supone la pérdida de su familia de origen. Puede haber también sentimientos de tristeza por la pérdida de las amistades y de los vínculos establecidos cuando estuvo por fuera del hogar, así deseé estar con la familia. De igual manera, los demás integrantes de la familia pueden experimentar sentimientos contradictorios: la esperanza, la alegría y el afecto pueden estar presentes junto con el miedo y la ansiedad. Lo anterior, por el nuevo camino que se emprende. También es factible que haya sentimientos confusos hacia las instituciones que han intervenido durante el proceso de PARD.

• **Apoyar a los demás integrantes de la familia:** un aspecto de la reintegración es recordar que otros integrantes de la familia y la familia como sistema también enfrentan transformaciones considerables. Si hay hermanos o hermanas del niño, la niña o el

adolescente que regresa, pueden tener miedo al cambio, recuerdos gratos o desagradables, o miedo de perder el afecto de su padre, su madre o su cuidador.

Si el niño, la niña o el adolescente está ingresando en la familia extensa, los integrantes en el hogar pueden ser ya un grupo cohesionado que se muestre reacio a tener a un nuevo integrante en la familia o, por el contrario, desear su presencia, por el interés de compartir, protegerlo o apoyarlo. También pueden estar ansiosos o nerviosos por las posibles situaciones que supone la presencia del nuevo integrante de la familia tanto dentro del hogar como en la comunidad. Esto puede suponer preguntas, expectativas de apoyo o, comentarios difíciles o excluyentes de sus compañeros en la escuela o del vecindario.

Habrá comunidades en las cuales las situaciones vividas produzcan curiosidad, otras en las que haya deseos de apoyar el proceso y, otras que excluyan o estigmatizan.

Así pues, los profesionales que apoyan deberán conocer las comunidades y los vecindarios para favorecer acciones que consideren la inclusión social tanto de la familia, como del niño, la niña o el adolescente que se reincorpora a su familia o a su familia extensa.

• **Emprender nuevos comienzos con la comunidad:** el niño, la niña o el adolescente retorna a la familia y a una comunidad que tal vez no recuerde o no reconozca. Según las circunstancias de la separación familiar, las características y las experiencias del niño, la niña y el adolescente, o de su familia, o las actitudes locales hacia procesos de restablecimiento de derechos, pueden producirse reacciones diversas de aceptación o rechazo hacia el niño, la niña o el adolescente, teniendo en cuenta la capacidad de la comunidad para incluir la diversidad y favorecer el desarrollo pleno de cada persona.

Por otra parte, si el niño, la niña o el adolescente asistió a una escuela diferente y accedió a otro tipo de apoyo, el niño, la niña o el adolescente debe volver a adaptarse a lo que ofrece la comunidad donde vivirá al retornar. Si vivía en una zona diferente del país, es posible que tuviera que hablar una lengua diferente a la materna y asumir costumbres distintas a las de su grupo cultural (como es el caso de las comunidades indígenas).

Entonces, volver a su comunidad y a la institución educativa, o conocer una nueva, llevará tiempo, y es útil para toda la familia tener un periodo para pensar cómo adaptarse al cambio.

La labor del PAF estará orientada, por una parte, al reconocimiento de las características de diversidad de las familias y de todos sus integrantes, y a la comprensión de las prácticas culturales de la comunidad. Por otra parte, se enfocará en el desarrollo de acciones que fortalezcan a la familia y sus integrantes para afrontar procesos de exclusión y a la creación de estrategias para movilizar en las comunidades actitudes de inclusión y aceptación de la diversidad.

• **Fortalecer la capacidad de afrontamiento ante las posibles experiencias adversas dentro de una familia o una comunidad:** la separación del niño, la niña o el adolescente por efecto de un PARD significa que en las familias, por distintas circunstancias, hubo dificultades que en un momento dado no pudieron ser superadas y

condujeron a la intervención del Estado para garantizar los derechos (que estaban siendo vulnerados) del niño, la niña o el adolescente. Esto no significa que todos los procesos familiares hubieran fallado completamente, pues los sistemas familiares tienen fortalezas que les permiten mantenerse como grupo. En las situaciones de separación, es posible que no pudieran enfrentarse con suficiencia las condiciones de adversidad, pero en el proceso de reintegro debe acudirse a las capacidades que tenía o ha desarrollado la familia durante el proceso de restablecimiento de derechos.

De esta manera, deben ofrecerse a las familias oportunidades para reflexionar sobre lo sucedido a la luz no solo de las dificultades, sino también de las circunstancias vividas para poder entender los mecanismos de afrontamiento que utilizaron en su momento, los que no pudieron activar por las condiciones vividas y los que son posibles de desarrollar ahora para un proceso de crecimiento familiar que acreciente las relaciones de solidaridad, apoyo, confianza y respeto, entre otras.

Lo anterior incluye crear una experiencia de seguridad para todos los integrantes de la familia, brindarles estrategias para reconocer y regular sus emociones, y, en última instancia, permitir que se procesen los eventos dolorosos y que las estrategias de afrontamiento sirvan para el fortalecimiento familiar.

• **Celebrar el éxito de la reunificación:** de las experiencias sobre adopción, podría retomarse una estrategia que recomienda celebrar la llegada a casa o el día de la adopción como un tipo de ceremonia o festejo para marcar la ocasión del crecimiento de una familia. Pese a que hay muy poca evidencia sobre el tema de los rituales o celebraciones culturalmente apropiadas para resaltar la reintegración, el momento de la reunificación familiar puede celebrarse de forma significativa y especial como parte de la reintegración, que también puede festejarse al final, como símbolo de haber logrado las metas propuestas para este proceso de crecimiento familiar (Roszia, 2017; Wedge, Krumholz & Jones, 2013, y Catholic Relief Services, 2017).

Según el Grupo Interinstitucional sobre Reintegración Infantil (2016) y basados en la evidencia de investigación internacional, otros aspectos clave de la preparación para la reunificación son los detallados por Delap & Wedge (2016):

• **Preparación cuidadosa** que incluya al niño, la niña o el adolescente; la familia, y la comunidad. En esta preparación se considera trabajar con el niño, la niña o el adolescente, así como con los integrantes de la familia para asegurar que participen y entiendan la decisión de la reunificación, y para asumir el proceso de reintegración. También incluye la identificación de servicios o apoyo que van a necesitar después de la reunificación.

• **Énfasis en las fortalezas y recursos** que el niño, la niña o el adolescente tienen, así como los de los diferentes integrantes de la familia, tanto en un sentido individual como en uno colectivo.

• **Abordaje de la comprensión de los motivos, las circunstancias, las condiciones, el contexto y los favores que originaron la separación**, y de la interrelación que tienen entre sí.

- **Coordinación de las respuestas de la gama de actores y servicios comunitarios**, incluido, el desarrollo de habilidades, el fortalecimiento económico, el apoyo terapéutico, el asesoramiento y la mediación; todos, enfocados en el abordaje de las causas que propiciaron que el niño, la niña o el adolescente fuera separado de su familia y su comunidad.

También es necesario considerar algunos factores que pueden favorecer la consolidación de la reintegración de las familias:

- La reflexión sobre la necesidad de transformación de la familia y de sus integrantes, y la toma de conciencia del apoyo que pueden ofrecer los adultos al niño, la niña o el adolescente, según su momento de desarrollo;
- La apropiación de responsabilidades y compromisos por parte de todos los integrantes de la familia teniendo en cuenta el momento del curso de vida en que se encuentra el niño, la niña o el adolescente;
- La promoción de redes de apoyo, formales e informales, para la familia y todos sus integrantes;
- La confianza, el fortalecimiento de la dinámica comunicativa y las buenas relaciones con profesionales de protección, o la realización de visitas de acompañamiento a la familia durante el proceso; y
- La orientación al padre, la madre o el cuidador sobre la crianza positiva, y sobre cómo ejercer la parentalidad o ser una guía positiva que facilite el proceso y sea benéfica para las relaciones familiares³.

³ Para profundizar sobre el proceso de reintegración y la reunificación, se recomienda “Reunificación: trayendo a sus hijos de regreso a casa después del cuidado de crianza”, disponible en <https://cutt.ly/vnrZsip>.

2 Objetivo

- a. Facilitar en la familia la identificación, el reconocimiento y la expresión de sentimientos y expectativas ante la nueva situación que viven al reencontrarse.
- b. Facilitar a los integrantes de la familia la comprensión de las vivencias y los cambios (propios y de los demás) vividos durante el tiempo de separación.
- c. Promover la capacidad de identificar y afrontar situaciones de estigmatización o rechazo de integrantes de la comunidad o la familia e, inclusivo, la autoestigmatización o la autoexclusión por causa de haber vivido un proceso de restablecimiento de derechos.
- d. Identificar estrategias que contribuyan a lograr calma, tranquilidad y seguridad en los integrantes de la familia y en el entorno del hogar.

Resultado

Se espera que los participantes de la familia: padre, madre o cuidador; niños; niñas; adolescentes, y otros integrantes:

- a. Identifiquen, reconozcan y expresen los sentimientos y las expectativas que tienen ante la nueva situación que viven al reencontrarse;
- b. Comprendan las vivencias y los cambios (propios y de los otros) vividos durante el tiempo de separación;
- c. Identifiquen y encuentren formas de afrontar situaciones de estigmatización o rechazo ajena (de la comunidad o la familia) y propias (autoestigmatización o autoexclusión) derivadas del proceso de restablecimiento de derechos; e
- d. Identifiquen e implementen estrategias que contribuyan a lograr calma, tranquilidad y seguridad en ellos, la familia y el hogar.

3 Metodología

La presente cartilla se desarrollará en cuatro momentos:

Momento 1



Se inicia reflexionando sobre las conclusiones derivadas de las actividades realizadas con la cartilla *Volver a reunirnos 1: Los primeros pasos para la reunificación familiar* y sobre los cambios en el plan familiar.

● 15 minutos

Momento 2



Se proponen dos opciones de actividad (se elige la más conveniente para la familia). Dichas actividades se orientan a la reflexión analítica sobre la necesidad de reconocer los sentimientos, los temores y las expectativas de la reunificación y la reintegración.

● 40 minutos

Momento 3



Se proponen dos opciones de actividad; cada una, con un enfoque particular según las características familiares. El objetivo de la primera es fortalecer la familia para identificar y enfrentar situaciones de exclusión o rechazo del niño, la niña o el adolescente en la escuela o la comunidad. El propósito de la segunda es reflexionar sobre las estrategias para lograr la calma cuando se presentan sensaciones de ansiedad, preocupación o temor. El PAF escoge la actividad que mejor se acomode a las necesidades de la familia.

● 45 minutos

Momento 4



Es un momento para hacer una propuesta de celebración por el reencuentro familiar cuando el niño, la niña o el adolescente vuelva a casa, o forme parte de un hogar en la familia extensa.

● 20 minutos

4 Actividades

A continuación, se presentan las instrucciones para el desarrollo de las actividades sugeridas de la visita domiciliaria. Es importante ser sensible a las necesidades de la familia participantes, así como a sus características.

Se recomienda que antes de la visita domiciliaria se indague sobre las particularidades, las fortalezas y los estilos de aprendizaje o socialización de la familia que participa en este espacio.

Si se considera necesario hacer alguna adaptación de las actividades, con base en lo observado y en la información entregada por el área de protección del ICBF, las actividades aquí presentadas pueden modificarse, eso sí, respetando el cumplimiento de los objetivos de la cartilla. Así mismo, el PAF puede acudir a su creatividad, sus habilidades o ideas para realizar las modificaciones que considere necesarias, siempre en concordancia con el objetivo de la sesión y los principios metodológicos del programa Mi Familia.

El desarrollo de las actividades debe entenderse como una propuesta que puede dar luces sobre la manera de ayudar a las familias que están en proceso de reintegración y restauración de los derechos de niños, niñas y adolescentes. Sin embargo, como cada familia tiene características distintas, es importante que el profesional pueda utilizar su criterio para analizar la pertinencia del uso de esta propuesta o, si es necesario crear otras actividades o adaptar las que se incluyen a continuación sin perder de vista los objetivos, los conceptos y el enfoque planteados sobre la reunificación y la reintegración.

Igualmente, es importante recordar que en la *Guía de orientaciones metodológicas* de Mi Familia se encuentran algunas recomendaciones generales para el manejo de situaciones especiales o posibles retos que puedan surgir.

Momento
1

Actividad

Nuestras fortalezas individuales y familiares



Duración:
15 minutos

Materiales

Tarjetas o fichas bibliográficas, cinta adhesiva y, marcadores o bolígrafos

Instrucciones

1. Despues del saludo, se invita a los integrantes de la familia a que reflexionen sobre lo que se habló en la sesión anterior (con la cartilla *Volver a reunirnos 1: Los primeros pasos para la reunificación familiar*).
2. Los integrantes de la familia recuerdan lo que hablaron sobre sus fortalezas y recursos, así como los compromisos que adquirieron, individual y colectivamente.

Nota 1:

Si en dicha visita no hubo tiempo para el ejercicio sugerido de escribir las fortalezas de cada integrante en una hoja pegada a su espalda, puede hacerse la actividad en este momento.

Las instrucciones de la actividad son:

- a. Los integrantes de la familia se adhieren un papel a su espalda.
 - b. Los integrantes de la familia se organizan en círculo, de tal forma que puedan escribir o dibujar en la espalda de otro de los integrantes.
 - c. Se pide a los niños, las niñas, los adolescentes y los adultos que dibujen o escriban una fortaleza, una cualidad o un talento de la persona que tienen enfrente. La fortaleza, la cualidad o el talento debe relacionarse con el fortalecimiento familiar.
 - d. Se continúa la actividad hasta que todos los integrantes de la familia hayan escrito o dibujado en la espalda de los demás integrantes.
 - e. Se termina la actividad pidiéndoles que lean las fortalezas, las cualidades o los talentos que los demás escribieron y que serán los que los llevarán a fortalecerse como familia (individual y colectivamente).
3. Despues de recordar la actividad de la sesión anterior sobre las fortalezas, las cualidades o los talentos, o luego de hacerla en esta sesión, se retoma aquello que se escribió o se dibujó en cada uno de los carteles. Para iniciar la conversación, se pregunta a cada uno de los integrantes de la familia: “¿Cómo te sentiste después de que estas fortalezas, cualidades o talentos fueron reconocidos por tu familia?”.

Es importante que tanto los niños, las niñas y los adolescentes, como el padre, la madre, el cuidador y los adultos en general expresen sus opiniones y sentimientos con libertad y tranquilidad.

4. Luego, se pide a los integrantes de la familia que reflexionen sobre el valor de reconocer las fortalezas, las cualidades o los talentos propios y los de los demás, y cómo dicho reconocimiento ayuda a superar situaciones difíciles.

Nota 2:

Puede aprovecharse este momento para explorar la red de apoyo que creó la familia, identificar los logros y las dificultades que han tenido, y establecer si tienen alguna sugerencia adicional para actualizar el plan familiar.

Puede realizarse una de las siguientes actividades. La escogencia dependerá de las características de la familia y cuál de las actividades es más apropiada para trabajar el proceso de reintegración que en la actualidad vive la familia.

Hay que tener en cuenta, además, que, si en la sesión hay una persona con discapacidad, la actividad elegida tendrá que ser ajustada a las necesidades especiales de la persona para que pueda participar en la sesión.

Sea cual sea la actividad escogida para trabajar con la familia, debe enfatizarse en:

- Los niños, las niñas y los adolescentes que han experimentado la separación pueden tener emociones extremas, como ira, dolor, tristeza o frustración. Algunos experimentan estrés, que puede llegar a manifestarse con afectaciones físicas, como dolores de cabeza o de estómago. Pese a que pueden llegar a sentir estas emociones, también pueden sentir alegría por volver y tener esperanzas en que todo funcione bien.
- Cada integrante de la familia (no solo el niño, la niña o el adolescente que fue retirado de su hogar) ha sentido emociones diferentes ante la separación. Es importante que todos sean conscientes de las emociones que los demás están sintiendo. Así, pueden ayudarse mutuamente empezando a nombrar las emociones y los sentimientos, y estableciendo un diálogo calmado de expresión de aquello que sienten y esperan.
- El padre, la madre o el cuidador pueden haber sentido o pueden sentir ira, dolor, culpa o frustración durante el proceso. Reconocerlo y encontrar formas de solucionarlo facilitará avanzar en el proceso de reintegración.
- El cambio y la transición son difíciles, y parte del proceso de reintegración es hablar de ello. Es importante que los integrantes de la familia puedan alentarse entre sí (sin obligar) a compartir sus emociones y sentimientos; todo, en espacios de calma, respeto y motivación.
- Como no siempre es apropiado o útil que los adultos compartan sus emociones o sentimientos con un niño, una niña o un adolescente, es imperativo que el padre, la madre o el cuidador creen espacios de diálogo con otro adulto cercano, puede ser un familiar, un amigo, un compañero o, incluso, un trabajador social. También resulta valioso tener una guía para expresar las emociones y los sentimientos sin herir ni causar daño.
- Los niños, las niñas o los adolescentes que reciben a aquel que fue retirado del hogar también experimentan diferentes emociones y sentimientos con la llegada y la reintegración. Por ejemplo, pueden sentirse preocupados o frustrados porque de alguna manera sienten que perderán la atención de sus padres o pueden sentirse enojados hacia el niño, la niña o el adolescente que regresa porque se ven forzados a compartir el espacio. Aquello que sienten puede variar con el tiempo y no siempre es fácil para los demás integrantes de la familia entender esas emociones o esos sentimientos. Es importante crear espacios de diálogo para que todos los integrantes de la familia expresen cómo se sienten sin que haya juicios ni represalias.
- Cualquier cambio en una familia trae emociones y sentimientos.

Así mismo, la actividad escogida busca poner sobre la mesa las acciones concretas que cada integrante de la familia puede asumir para que los demás se sientan seguros al expresar sus emociones y sentimientos, y encuentren juntos formas de superar las emociones difíciles.

Hablemos sobre nuestros sentimientos



Duración:
40 minutos

Actividad 1

Materiales

Recipiente, papel cortado en cuadrados pequeños (minifichas), marcadores o bolígrafos, pliegos de papel Kraft o papel periódico, cinta adhesiva, canción “Caminante, no hay camino”, elementos para reproducir la canción y, los anexos 1, 2, 3 y 4

Instrucciones

- 1.** Se inicia explicando que el proceso de reintegración es un camino que la familia debe transitar encontrando el sendero que mejor se acomode a su situación y sus intereses, construyendo recursos y desarrollando fortalezas.
- 2.** Para exponer esta idea de hacer su propio camino, se sugiere compartir con la familia la canción “Caminante, no hay camino”, y se enfatiza sobre el hecho de que se hace camino al andar.
- 3.** Se continúa la introducción reflexionando sobre la importancia de comprender y de hablar sobre lo vivido y lo experimentado por el niño, la niña o el adolescente, y por los demás integrantes de la familia mientras vivieron separados. Para ello, se recomienda trabajar el Anexo 1.
- 4.** Con apoyo en las conclusiones de la cartilla *Volver a Encontrarnos 1: Los primeros pasos para la reunificación familiar* sobre la importancia de hablar de las emociones y los sentimientos, se continúa hablando de estos. Se explica a los integrantes de la familia que hay emociones y sentimientos gratos, que producen sensación de bienestar, y que hay otros sentimientos y otras emociones que pueden ser desagradables, no gratos o difíciles. Estos últimos, aunque no se quiera hablar de ellos, merecen un espacio y es necesario expresarlos.
- 5.** Se solicita a cada uno de los integrantes de la familia que en los pedazos de hoja en blanco (microfichas) escriban los sentimientos y las emociones con los que se sienten más identificados (uno por cada trozo de papel). Si hay niños o niñas menores de 10 años, se recomienda que los dibujen. En el caso de que haya algún integrante de la familia que no sepa escribir, el profesional apoya la escritura.
- 6.** Se ponen todos los papeles (microfichas) en un recipiente.
- 7.** Se organiza a los integrantes de la familia de tal forma que queden unos frente a otros en parejas. Cada integrante de la pareja escoge un número: 1 o 2. Si el número de integrantes es impar, se forma un trío y dos ubican en una línea para que queden uno al lado del otro y el tercero al frente. Dos integrantes de la pareja elegirán el número 1 y el restante, el número 2.
- 8.** Aquel integrante de la pareja que escogió el número 1 saca un papel (microficha) del recipiente que contiene los trozos de papel con los sentimientos y las emociones. Lee

lo escrito o lo dibujado en silencio, y lo representa frente a su pareja con mímica (sin palabras). El integrante de la pareja que escogió el número 2 debe adivinar qué emoción o sentimiento representa su compañero.

9. Una vez el integrante de la pareja que escogió el 2 haya adivinado la emoción o el sentimiento, se cambian los roles: el número 2 pasa a hacer la representación con mímica y sin palabras, y el número 1 debe adivinar de qué se trata.

10. Se sigue el juego hasta que en pareja se hayan representado todos los sentimientos.

11. Luego, con todos los integrantes de la familia a la vez, se conversa sobre qué tan fácil o difícil es identificar los sentimientos o las emociones de los demás. De igual manera, se habla de los sentimientos o las emociones con las que se identificaron durante el ejercicio y en qué situación los experimentan.

12. Se explica a los integrantes de la familia que, cuando un niño, una niña o un adolescente ha vivido por fuera de la familia, es posible que existan distintos sentimientos, como tristeza, miedo, ansiedad, rabia o angustia, y también tranquilidad, alegría, felicidad o esperanza.

13. Para dar espacio a la expresión de los sentimientos y las emociones que se viven en ese momento, se pide al niño, la niña o el adolescente que comente qué extrañó mientras estuvo lejos de la casa y cómo se sentía. Luego, se hace lo propio con los demás integrantes de la familia en relación con el tiempo en que el niño, la niña o el adolescente estuvo fuera de casa.

14. Se pregunta a cada integrante de la familia:

- ¿Qué te llama la atención de cómo se sintió tu familia durante la separación?
- ¿Imaginabas que se sentían de esta manera?, ¿por qué?

15. Los sentimientos y las emociones que sienten hoy los integrantes de la familia son igual de importantes a los que sintieron durante el periodo que estuvieron separados. Por eso, es necesario hablar de ellos: de los que se vivieron en el pasado y de los que se sienten actualmente. Se explica a los integrantes de la familia que es importante reconocer las emociones y los sentimientos porque admitirlos ayudará a identificar en cuáles se debe trabajar para que la reintegración sea exitosa y sostenible.

16. Se pide a los adultos que mencionen dos emociones o sentimientos que han sentido o sienten en este proceso de reintegración. Luego, se hace lo mismo con los niños, las niñas y los adolescentes.

17. Se promueve el espacio de reflexión sobre las emociones y los sentimientos actuales con preguntas del tipo:

- ¿Sabías que tus acciones causan emociones y sentimientos en los demás integrantes de tu familia? ¿Podrías darnos un ejemplo?
- ¿Cómo podrías contribuir a que cada uno de los integrantes de tu familia se sienta mejor o, deje de tener emociones o sentimientos incómodos o difíciles de manejar?

18. Para seguir motivando la conversación y la reflexión sobre las emociones y los sentimientos de cada uno de los integrantes de la familia, se trabaja con ellos el contenido de los anexos 2, 3 y 4.

19. Para recopilar y concluir sobre estos ejercicios, se señala a los integrantes de la familia:

- La importancia de estar tranquilo cuando alguien demuestra sus sentimientos con euforia o de una forma intensa;
- La necesidad de hablar con voz calmada en todo momento, tanto los adultos (el padre, la madre o el cuidador), como los niños, las niñas y los adolescentes;
- El reconocimiento tranquilo de los sentimientos de la otra persona como un primer paso para la comunicación y la solución de los conflictos;
- La importancia de crear un espacio seguro para expresar las emociones y los sentimientos sin que haya represalias (deben primar las expresiones “Me siento _____ cuando _____” y evitarse las del tipo “Tú me haces sentir _____”);
- El reconocimiento de que las acciones de cada integrante pueden motivar emociones y sentimientos en los demás;
- La relevancia de evitar tomar las manifestaciones de las emociones y los sentimientos como algo personal o una acción en contra; y
- La comunicación asertiva de las emociones y los sentimientos propios (por ejemplo, oraciones del tipo: “Me entristece escuchar que extrañas a tus amigos, pero me siento feliz de que compartas cómo te sientes conmigo”).

20. Se pide a los integrantes de la familia que comparten un pliego de papel periódico o papel Kraft, lo peguen en un lugar visible y en él dibujen tres columnas. Los adultos usarán el espacio de la primera columna; el niño, la niña o el adolescente que retorna al hogar usará la segunda, y la tercera será el espacio de los demás niños, niñas o adolescentes del hogar.

21. Cada integrante de la familia dice en voz alta y por turnos qué expectativa tiene del proceso de reintegración que están viviendo. Una vez la expresa, la escribe o la dibuja (según sea el caso) en la columna que le corresponde.

Si hay algún integrante de la familia que no sabe escribir, no puede dibujar o se le dificulta la actividad, el profesional puede colaborar para que en la columna quede plasmada la expectativa que tiene sobre el proceso de reintegración.

22. Dado que expresar las expectativas puede desencadenar sentimientos de temor o preocupación, hay que asegurarse de que todos los integrantes de la familia se expresen con tranquilidad y libertad, y reconozcan las emociones o los sentimientos que sienten en ese momento.

Para desarrollar mejor esta conversación, se recomienda trabajar con los integrantes de la familia los anexos 2, 3 y 4.

23. Para finalizar, se motiva una conversación para que los integrantes de la familia reflexionen acerca de cómo los sentimientos experimentados en el pasado y en el presente ayudan u obstaculizan el proceso que están viviendo como familia.

Actividad 2

Causas, consecuencias y retos



Duración:
40 minutos

Materiales

Canción “Caminante, no hay camino”, elementos para reproducir la canción, lápices, lápices de colores, marcadores, fichas bibliográficas, Anexo 1 y tarjetas del Anexo 5

Instrucciones

- 1.** Se inicia explicando que el proceso de reintegración es un camino que la familia debe transitar encontrando el sendero que mejor se acomode a su situación y sus intereses, construyendo recursos y desarrollando fortalezas.
- 2.** Para exponer esta idea de hacer su propio camino, se sugiere compartir con la familiar la canción “Caminante, no hay camino”, y se enfatiza sobre el hecho de que se hace camino al andar.
- 3.** Se continúa la introducción reflexionando sobre la importancia de comprender y de hablar sobre lo vivido y lo experimentado por el niño, la niña o el adolescente, y por los demás integrantes de la familia mientras vivieron separados. Para ello, se recomienda trabajar el Anexo 1.
- 4.** Posteriormente, se entrega a cada integrante de la familia varias tarjetas. En ellas deben dibujar:
 - a.** Primero, situaciones que pueden ser causantes de separación familiar (una por ficha y pueden ser varias situaciones);
 - b.** Despues, consecuencias posibles de la separación familiar (una por ficha y pueden ser varias consecuencias); y
 - c.** Por último, posibles retos de la reintegración familiar (uno por ficha y pueden ser varios retos).

Si algún integrante de la familia no sabe o no puede dibujar, el profesional de apoyo familiar puede colaborarle para plasmar en las fichas las situaciones causantes de separación familiar, las consecuencias de la separación familiar y los retos que trae consigo la reintegración familiar. Así mismo, si los integrantes de la familia desconocen qué es

separación familiar, causa, consecuencia o reto, el profesional explica el significado de estas palabras o conceptos. Para que su explicación sea aún más clara, puede mostrar las tarjetas del Anexo 5; eso sí, debe asegurarse de hacerlo después de que los integrantes de la familia hayan entendido el concepto y hayan dado ejemplos (si las tarjetas se muestran antes, se corre el riesgo de sugerir dibujos específicos y el trabajo de reflexión se interrumpe).

5. Una vez terminados los dibujos, se invita a los integrantes de la familia a compartirlos y explicarlos a los demás. De esta manera, se iniciará una conversación sobre las causas y las consecuencias de la separación familiar, y sobre los retos de la reintegración familiar. Cada integrante de la familia plantea sus reflexiones y se intercambian los puntos de vista.

6. Como el ejercicio puede desencadenar la expresión intensa de emociones o sentimientos, el profesional de acompañamiento familiar debe estar atento para que las emociones y los sentimientos se expresen con tranquilidad, sin reclamos ni enojo. Si llega a suceder, es una buena oportunidad para recordar que las emociones y los sentimientos son importantes, que hay que hablar de ellos, y que el respeto, la libertad y la tranquilidad son claves para lograrlo.

Hay que evitar escenarios en los que haya culpa o juicios, y debe promoverse la comprensión y la tranquilidad.

7. Para finalizar, se indica que el perdón y la reparación del daño son fundamentales para mejorar las relaciones entre las personas que se aman. Se recomienda trabajar la actividad del Anexo 1 (si no se trabajó antes durante este Momento).

Momento
3

Puede realizarse una de las siguientes actividades. La escogencia dependerá de las características de la familia y cuál de las actividades es más apropiada para trabajar el proceso de reintegración que en la actualidad vive la familia.

Hay que tener en cuenta, además, que, si en la sesión hay una persona con discapacidad, la actividad elegida tendrá que ser ajustada a las necesidades especiales de la persona para que pueda participar en la sesión.

Sea cual sea la actividad escogida para trabajar con la familia, hay que propiciar un ambiente cálido y seguro para abordar el tema de la exclusión que puede sufrir el niño, la niña o el adolescente que regresa, o la familiar en general.

Actividad 1

De frente ante posibles discriminaciones



Duración:
45 minutos

Materiales

Imágenes del Anexo 6, marcadores o bolígrafos, y anexos 7 y 8

Instrucciones

1. Se hace una breve introducción en la que se explica que a veces, en las familias, las escuelas o las comunidades, las personas tienen prejuicios sobre algunos temas. En ocasiones, pueden llegar a expresarlo en contra de los individuos. Por ejemplo, a veces hay quienes tienen sentimientos negativos hacia un padre o una madre que ha tenido un problema con el alcohol, e, incluso, si ya ha dejado de beber, puede haber pensamientos o comportamientos negativos hacia él o ella: lo estigmatiza o lo rechaza. Esto sucede porque se cree que es una mala persona y se desconoce que el alcoholismo es una enfermedad.

Lo mismo puede suceder con los niños, las niñas o los adolescentes que han vivido lejos de su familia, o con las familias mismas por al haber estado bajo protección. Esto, porque es posible que sus compañeros o compañeras no entiendan lo que esto significa y les parece que es diferente a su propia experiencia. La familia como grupo también puede experimentar esta exclusión.

La falta de comprensión sobre la situación puede conducir a percepciones negativas, falsas o injustas.

Como familia que ha pasado por una separación, es importante reconocer que esta posibilidad puede ocurrir y es necesario aprender a identificar las señales de estigmatización o exclusión, tanto en la escuela como en la comunidad, e, incluso, en la familia extensa. De esta manera, se puede buscar soporte para la familia o apoyo para el niño, la niña o el adolescente que fue separado de su hogar.

También es necesario saber si, en el lugar donde vivía o estudiaba el niño, la niña o el adolescente mientras estuvo fuera de la familia, experimentó rechazos o intimidaciones por parte de sus pares.

2. Despues de la explicación, se pregunta a los integrantes de la familia:

- ¿Qué es estigmatización?
- ¿Qué es exclusión?
- ¿Qué es rechazo?
- ¿Cómo sabes que estás siendo estigmatizado, excluido o rechazado?
- ¿Te están estigmatizando, excluyendo o rechazando? (En el caso de que la respuesta sea afirmativa, habría que indagar por qué.)

- ¿Qué sientes o sentirías si te estuvieran estigmatizando, excluyendo o rechazando?
- ¿Cómo sabes que alguien de tu familia o tu familia está siendo estigmatizado, excluido o rechazado?⁴

Según las respuestas, se conversa al respecto y se intercambian ideas para identificar la estigmatización, la exclusión o el rechazo.

3. Se muestra a los integrantes de la familia las imágenes del Anexo 6 y se propone una charla sobre lo que se ve. Como se trata de formas de exclusión o rechazo, se conversa sobre cómo se siente el niño, la niña, el adolescente o la familia de la imagen al ser excluida o rechazada.

Con cada tarjeta, puede invitarse a la familia a que se ponga en el lugar de quienes excluyen para imaginar lo que dicen o sienten, y, luego, que se ponga en los zapatos de la familia o el niño, la niña o el adolescente que está siendo excluido para imaginar cómo se sienten y cómo puede afrontarlo.

4. Después, se motiva la conversación y la reflexión para que la familia analice si alguno de sus integrantes está en circunstancias parecidas a las de las imágenes del Anexo 6 a causa del proceso de protección o por otras razones. Si la familia identifica que esta situación puede estar pasando, se invita con calidez y comprensión a que el integrante de la familia comparta su experiencia y lo que está sintiendo.

Si se trata de un niño, una niña o un adolescente, es importante no presionarlo en ese momento. Sin embargo, hay que dejar las puertas abiertas para que, posteriormente, cuente lo que ocurre y lo comparta con los adultos del hogar. Por su parte, el profesional de acompañamiento familiar hará seguimiento a esta situación.

5. Así haya o no una situación de estigmatización, exclusión o rechazo, se pregunta a los integrantes de la familia sobre qué hacer para enfrentar una situación de estigmatización, exclusión, rechazo o discriminación.

Algunas ideas sobre cómo reaccionar se encuentran en The Australian Parenting Website (s.f.) y en los anexos 7 y 8.

A continuación se describen las estrategias planteadas en The Australian Parenting Website: Para los niños, las niñas y los adolescentes que están en una situación de estigmatización, exclusión o rechazo:

- Si se siente incómodo, insatisfecho o molesto en la escuela, hay que decírselo a un adulto confiable, pues él o ella puede ayudarlo a solucionar la situación.
- Debe identificar que puede haber algún niño, niña o adolescente sea amable y pueda ser su aliado.

⁴ Los niños, las niñas o los adolescentes cuando se sienten estigmatizados, excluidos o rechazados pueden estar tristes, rechazar ir a la escuela, llorar, no jugar con otros pares o estar irritables. Por su parte, cuando las familias se sienten estigmatizadas, excluidas o rechazadas, pueden aislarse o, sentirse incómodas al interactuar con los vecinos, la familia extensa, el personal de instituciones o las personas de la comunidad.

- Es necesario entender que, a veces, cuando los niños, las niñas y los adolescentes no entienden algo, reaccionan de diferentes maneras. La burla puede ocultar el miedo o la inseguridad que ese niño, niña o adolescente siente. Si bien eso no justifica su comportamiento, sí hay que señalar que necesita ayuda para comprender lo que sucede y, así, cambiar su comportamiento abusivo.
 - Es importante conversar sobre lo que el niño, la niña o el adolescente que estuvo fuera de casa aprendió durante ese periodo y los cambios positivos que realizó. Esto le dará seguridad personal.
- Para adultos cuyos niños, niñas o adolescentes están en una situación de estigmatización, exclusión o rechazo:
- El adulto debe escuchar al niño, la niña o el adolescente con atención. Cuando llegue del colegio, hay que conversar sobre cómo estuvo el día, con quién compartió en la hora del descanso, qué hizo y cómo se sintió. Si hay silencios o se evaden las respuestas, es necesario preguntar si está pasando algo malo con otros niños, otras niñas u otros adolescentes; si lo están molestando, o si ha tenido problemas.
 - El adulto debe mantener la calma cuando el niño, la niña o el adolescente cuente lo que le sucede, pues es una oportunidad para mostrarle cómo se resuelven los problemas. Si el adulto se siente enojado o ansioso, es importante que espere hasta que se sienta tranquilo para hablar sobre la situación con el niño, la niña o el adolescente, o, incluso, con otras personas involucradas.
 - En la conversación, es bueno resumir la situación que relata el niño, la niña o el adolescente para asegurarse de que se tiene claridad sobre lo sucedido y que él o ella lo validen.
 - Es importante conversar sobre los sentimientos que experimentó el niño, la niña o el adolescente, y sobre cómo enfrentó la situación.
 - Si el niño, la niña o el adolescente no enfrentó a quien lo matoneaba o no habló con algún adulto para pedir ayuda, el adulto a cargo debe comprender que el miedo impide que nos defendamos. Es clave, entonces, que el adulto dé ejemplos que conozca para ayudarle a entender los sentimientos y las emociones que puede estar experimentando, lo abrace y lo reconforte para mostrarle su apoyo.
 - Es necesario conversar sobre posibles formas de reaccionar, diferentes a la agresión, si la situación vuelve a ocurrir. Pueden ensayarse reacciones como: irse del lugar en silencio para evitar la agresión, mirar seriamente a la cara del otro y pedir respeto, o acudir a un adulto en busca de ayuda. De todas maneras, es importante saber que el niño, la niña o el adolescente puede no estar suficientemente fuerte para defenderse y por ello no hay que presionarlo.
 - Hay que entender que el niño, la niña o el adolescente puede estar siendo presionado para que haga cosas indebidas o, esté siendo obligado a estar con pandillas o

grupos delincuenciales en la comunidad. Es posible que esto sea difícil de aceptar por parte de un niño, una niña o un adolescente. En ese caso, hay que asegurarse de que no se le castigará, sino que se le apoyará para salir de la situación.

- Es relevante estar atentos para reconocer las características positivas (las cualidades) del niño, la niña o el adolescente para que fortalezca la seguridad en sí mismo.
- Es fundamental que el padre, la madre o el cuidador acudan a la escuela para poner en conocimiento de los docentes la información que el niño, la niña o el adolescente compartió. Así, se puede hacer un seguimiento a la situación y se asegura una intervención pertinente que garantice el apoyo tanto para quien está siendo victimizado como para los ofensores.

Actividad 2

Encontrar seguridad en casa



Duración:
45 minutos

Materiales

Tarjetas del Anexo 9

Instrucciones

1. Se inicia la actividad explicando que la situación vivida ha desencadenado sentimientos y emociones en todos los integrantes de familia, y que es importante ir construyendo un ambiente de seguridad emocional que los ayude a todos. La construcción de dicho ambiente debe considerar las particularidades de todos: de los adultos y de los niños, las niñas y los adolescentes. Hay que señalar que esto puede llevar un tiempo, pero que, como familia, se están fortaleciendo y juntos lo lograrán.

2. Luego, se inicia una conversación sobre los miedos, las ansiedades y las preocupaciones que tiene cada uno de los integrantes de la familia.

Hay que tener en cuenta que estos dependerán de la edad y las circunstancias. Es así como los más pequeños pueden sentir miedos de lobos o monstruos, quienes estuvieron fuera de casa pueden temer que vuelvan a ser retirados y los adultos pueden estar preocupados por no poder responder a todo lo que deben hacer para proteger integralmente a sus hijos e hijas.

El profesional de apoyo familiar debe animarlos a que se escuchen y reconozcan que el miedo o la preocupación de los demás son tanto válidos como importantes.

3. Se pregunta a los integrantes de la familia cómo expresan esos miedos, ansiedades o preocupaciones.

Es posible que algunos se irriten, otros lloren, otros se aíslan y algunos quieran estar solos. Entre todos pueden complementar lo que observan de los demás para que avancen en la comprensión del tema.

4. Despues de hablar de los miedos, las ansiedades y las preocupaciones, se continua diciendo que existen diferentes formas de encontrar calma y tranquilidad en los momentos de mayor ansiedad, miedo o preocupación.

5. Se continua la reflexión con preguntas como:

- ¿Cómo te tranquilizas cuando sientes miedo?
- ¿Tienes alguna estrategia para calmarte cuando estás preocupado o ansioso?, ¿cuál?
- ¿Tus estrategias para calmarte dan resultado?
- ¿Ayudas a los integrantes de tu familia cuando sienten miedo, ansiedad o preocupación?, ¿cómo?
- ¿Sientes que tienes apoyo de los integrantes de tu familia cuando sientes miedo, preocupación o ansiedad?, ¿por qué?

6. Algunas estrategias tranquilizadoras que pueden complementar la conversación son:

- Cuando los niños, las niñas o los adolescentes sienten miedo, un abrazo puede tranquilizarlos.
- Cuando un adulto ve que un par está preocupado, puede solicitarle que hablen y encuentren soluciones juntos.
- Cuando alguien está enojado, puede dársele un espacio y un tiempo para que se tranquilice, y, cuando lo haga, se retome la conversación con serenidad.

7. En el caso de que en la familia todavía no se hayan construido estrategias para encontrar calma y tranquilidad, o se requieran otras, puede sugerirse la siguiente: tener un lugar en el cual uno se siente tranquilo y seguro.

Aunado con lo anterior, se pregunta a cada integrante de la familia sobre el lugar de la casa donde se siente tranquilo y seguro. Es importante que todos conozcan el de los demás, para respetarlo y para que, cuando lo vean allí, estén pendientes por si necesita ayuda. Es posible que solo lo usen para estar relajados, pero puede ser que ahí se resguarden porque están tristes, angustiados o preocupados.

En caso de que el espacio del hogar sea muy reducido, es posible que esta actividad no funcione, pero puede encontrarse un rincón que pueda acondicionarse y decorarse para que cumpla la función de “lugar de la calma”. Este lugar puede usarse también cuando las personas estén irritadas o enojadas, de manera que les ayude a regular sus emociones sin sentirse presionados por los demás integrantes de la familia.

8. En el “lugar de la calma” (personal o común para todos) se puede tener una “caja de la calma”⁵ para cada persona, para ayudarla a regular de sus emociones. Las instrucciones de esta caja se encuentran en el Anexo 9.

⁵ Esta actividad es una adaptación “La caja autoadhesiva” que se encuentra en: <https://cutt.ly/lnyBqNd>.

Para que los integrantes de la familia comprendan el valor de la caja, es necesario explicarles su función y solicitarle a cada uno que piense en los elementos que le gustaría poner en su caja para usarla cuando tenga necesidad de recobrar la tranquilidad.

Con la conversación, se anima a que cada uno construya su caja entre esta visita y la siguiente.

9. Para cerrar, se resumen las estrategias para superar los miedos y las preocupaciones.

Actividad

Momento
4

Es momento de celebración



Duración:
20 minutos

Materiales

Papel de papelógrafo o pliego de papel Kraft,
marcadores y cinta adhesiva

Instrucciones

1. A pesar de los cambios en la rutina y la dinámica familiar, la reunificación debe verse como un motivo para celebrar. Hay que resaltar, pues, la ocasión para que los integrantes de la familia sientan la importancia de este momento de manera que simbólicamente se entienda que la familia es un espacio seguro, solidario y acogedor.

Una celebración no significa gastar gran cantidad de dinero o invitar a mucha gente. Puede ser una comida juntos, tarjetas caseras de bienvenida o compartir una actividad de manera especial. Una celebración o un festejo es una acción intencionada que reconoce el momento y a cada uno de sus integrantes.

2. Se pide a los integrantes de la familia que hagan una lluvia de ideas sobre lo que hace que un momento sea especial. Luego, se pide que expliquen por qué el hecho de que la familia vuelva a esta unida es un momento especial.

3. Posteriormente, se conversa sobre cómo se celebran los momentos especiales y sobre qué les gustaría hacer para festejar la reunión de la familia. Para ello, se pide que completen la oración: “Para una ocasión especial, me gustaría _____”.

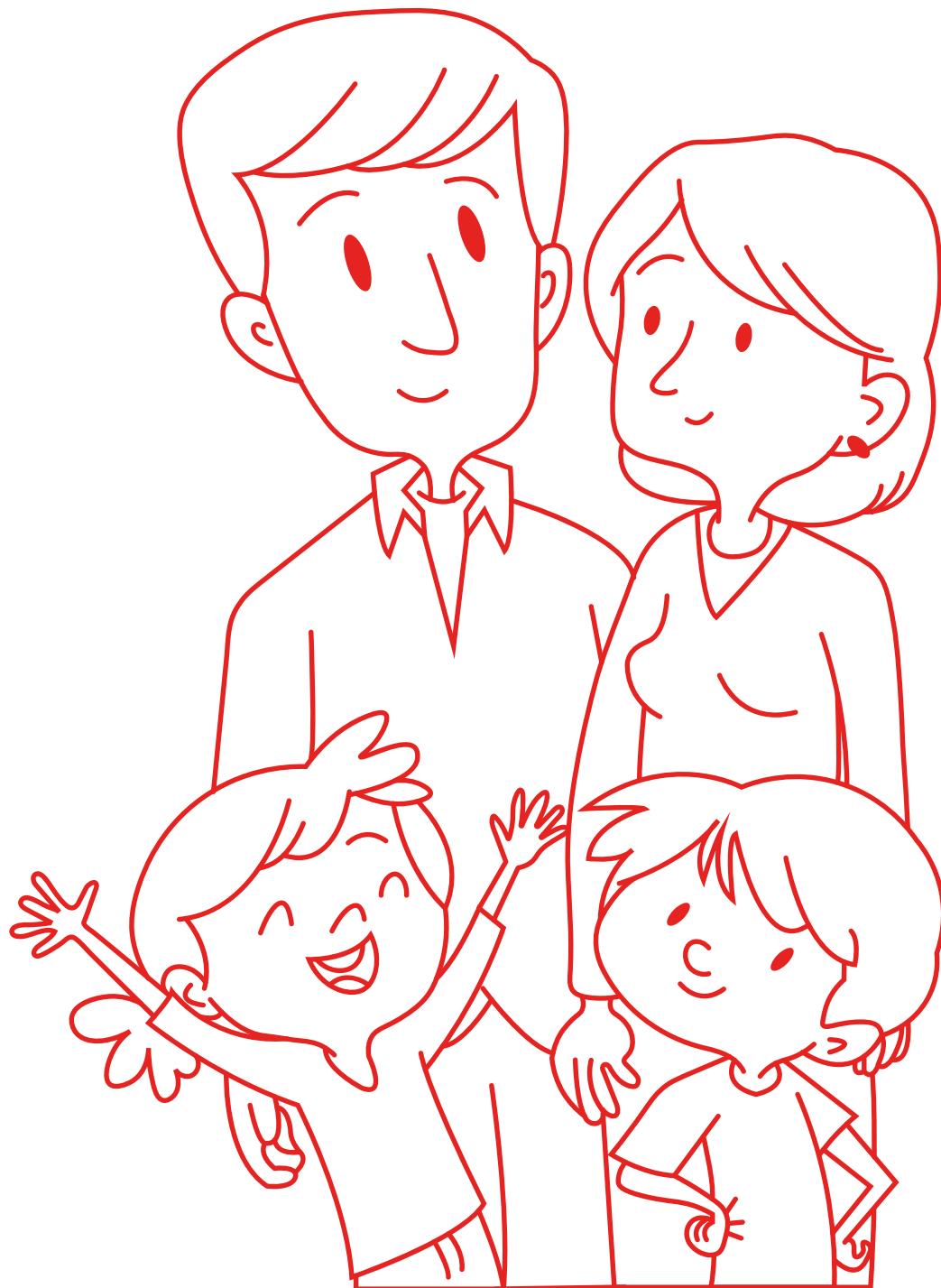
Todas las ideas de celebración se anotan en el papel Kraft.

4. Después, se conversa sobre las ideas de celebración y se escoge aquella que más les guste a todos y que sea posible de realizar.

5. Para llevar a cabo la celebración, los integrantes de la familia deben planearla. En un pliego de papel Kraft, escriben qué requieren para hacer esa celebración, si tendrán invitados, qué día se llevará a cabo, dónde y de qué se encargará cada uno.

6. Como compromiso, la familia debe hacer la celebración que propuso y planeó. Debe hacerla antes de la siguiente visita.

Para que sea un momento aún más especial, se puede sugerir a la familia que tome fotografías de la celebración, así la recordarán por siempre y el profesional de acompañamiento familiar puede verlas en la siguiente visita.



Referencias

Asamblea General de Naciones Unidas . 2010. *Directrices sobre las modalidades alternativas de cuidado de los niños*. ONU.

Catholic Relief Services. 2017. *From Assessment to Graduation Comprehensive Case Management for Vulnerable Children and Households. The SCORE Project in Uganda*. 4Children, PEPFAR y USAID.

Delap, E. & Wedge, J. 2016. *Directrices sobre la reintegración de los niños, niñas y adolescentes*. Grupo Interinstitucional sobre la Reintegración de los Niños, Niñas y Adolescentes.

Grupo Interinstitucional sobre Reintegración Infantil. 2016. “*Directrices sobre la reintegración de los niños, niñas y adolescentes*”. <https://cutt.ly/HnyNtAf>.

The Australian Parenting Website. (s.f.). <https://cutt.ly/qnyNaJK>.

Roszia, S. 2017. “*Adoption and Permanency Expert*”. <https://cutt.ly/3nyNhHo>.

Schrader McMillan, A. & Herrera, E. 2014. *Strategies to Ensure the Sustainable Reintegration of Children without Parental Care* JUCONI, Mexico. Puebla, México: Family for Every Child & Fundación JUCONI A.C.

Wedge, J., Krumholz, A. & Jones, L. 2013. *Reaching for Home Global Learning on Family Reintegration in Low and Lower-middle income Countries*. Better Care Network, War Child Holland, USAID, the Child Protection in Crisis Network, World Vision, Women's Refugee Commission, International Rescue Committee, Save the Children, Retrak Home: Child Recovery and Reintegration Network, and Maestral Intern. <https://cutt.ly/knyNbGy>.

5 Anexos

Anexo 1

Algunas pautas para
trabajar la reunificación y la reintegración

La separación de los niños, las niñas y los adolescentes suele ser traumática, tanto por la causa de la separación como la mudanza a otro lugar. Por ello, es importante entender que, en ocasiones, los niños, las niñas y los adolescentes pueden parecer sorprendidos, tener reacciones no provocadas e, incluso, aterradoras para ellos y ellas, y para su padre, su madre o su cuidador..

Es importante, entonces:

- Entender lo que podría estar causando esas reacciones;
- Mantener la calma; y
- Reaccionar tranquilamente para ayudarlos a identificar sus sentimientos.

De igual manera,

- El padre, la madre o el cuidador deben reconocer que ellos mismos están pasando por una transición;
- El diálogo con los niños, las niñas y los adolescentes resulta fundamental, y puede ser el medio para que el padre, la madre o el cuidador expresen sus propias emociones (frustración, culpa o confusión); y
- El padre, la madre o el cuidador deben hablar de sus propias emociones y sentimientos, no como un desahogo, sino para nombrarlos y mostrarlos al niño, la niña o el adolescente que se ha tratado y se trata de un proceso que ha tocado los sentimientos de todos.

Muchas veces, los niños, las niñas y los adolescentes que experimentaron una separación y estuvieron en cuidados en protección del ICBF, y ahora se reúnen con su familia, sienten toda una gama de sentimientos. Dependiendo de su edad y su experiencia individual, manifestarán sus sentimientos o procesarán el cambio de diferentes maneras, algunas, inesperadas. Es importante que el padre, la madre o el cuidador aprendan a entender lo que la experiencia les pudo haber hecho sentir a los niños, las niñas y los adolescentes; cómo les pudo haber impactado su desarrollo, y cómo la familia puede estar preparada para ayudarlos a manejar estos sentimientos.

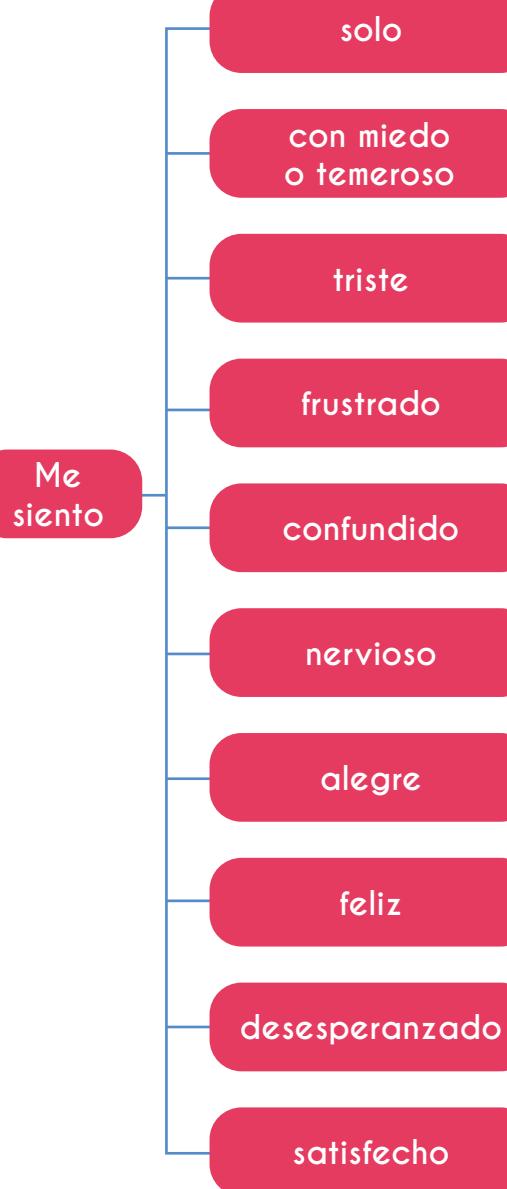
Es importante saber que los niños, las niñas y los adolescentes necesitan sentirse apoyados y animados para poder expresar sus sentimientos. La forma como se reaccione o se responda en la relación puede ayudar u obstaculizar la relación entre el padre, la madre y o el cuidador, y los niños, las niñas o los adolescentes.

Anexo 2

Los sentimientos y las emociones

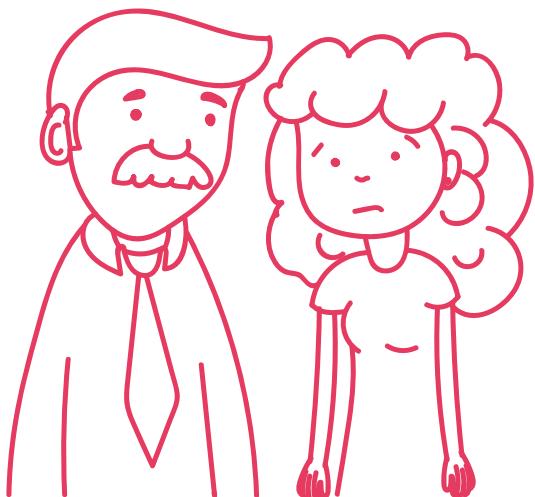
Para tener en cuenta:

- Todos los sentimientos están bien. No hay sentimientos buenos ni sentimientos malos. Los sentimientos simplemente están.
- Hay que comunicar los sentimientos. Decir “Me siento...” puede resultar muy útil y provechoso para todos.
- Las palabras comunican, así que solo hay que encontrar las adecuadas para expresar cómo nos sentimos.
- Es importante conectar los sentimientos con las acciones y el lenguaje corporal. Por ejemplo, “Si me siento solo, ¿por qué me enojo y desprecio a quien quiere estar conmigo?”.
- Las demás personas también tienen sentimientos y hay que ser empáticos para entenderlos mejor.
- Todas las personas tienen la opción de escoger cómo comportarse. Así, todos son libres de tener control sobre las reacciones y los sentimientos que sienten.

¿Cómo me siento?

Reconocer los temores de la reunificación familiar

Padre, madre o cuidador



- Temor de que el niño, la niña o el adolescente no los quieran, o que ellos no quieran a sus hijos e hijas
- Temor de que, a medida que el niño, la niña o el adolescente vayan creciendo, no sepan ejercer suficientemente bien su rol parental
- Temor de que el niño, la niña o el adolescente quieran volver a la institución donde estuvieron porque allá tienen más comodidades que en el hogar
- Temor de no poder cumplir con los compromisos de cuidado hacia el niño, la niña o el adolescente
- Temor de que retiren de la familia nuevamente a los niños, las niñas o los adolescentes



Niños, niñas y adolescentes

- Temor de volver a ser separados de la familia
- Miedo a no ser aceptados en la familia
- Temor de no saber cómo comportarse y apoyar a su padre, su madre o su cuidador
- Temor de no ser querido por su familia en su regreso
- Miedo a los seguimientos institucionales
- Temor de no volver a ver a sus amigos ni sus amigas
- Miedo a ser herido o herida
- Temor de ser discriminado por sus pares, sus amigos o cualquier persona

Anexo 4

Para tener en cuenta con la reunificación
y la reintegración familiar

Los niños, las niñas y los adolescentes que han sido separados de sus familias pueden tener emociones extremas de ira, dolor o tristeza, o actuar de manera desobediente. Algunos experimentan estrés expresado en dolor físico: como dolor de cabeza o estomacales. Esto es normal.

El padre, la madre o el cuidador deben ser conscientes de las emociones de los niños, las niñas y los adolescentes, y asegurarles que es aceptable que tengan estos sentimientos. Ayúdeles a ponerle nombre a lo que puedan estar sintiendo. Anímelos a hablar de ello y recuérdoles que al hablar todos están dando un paso para mejorar como familia.

El cambio y la transición son difíciles; por eso, para superarlos se debe en hablar de ello. Se debe animar a los niños, las niñas y los adolescentes a compartir sus sentimientos permaneciendo tranquilos, apartando tiempo para reflexionar y encontrando un espacio apropiado para hablar.

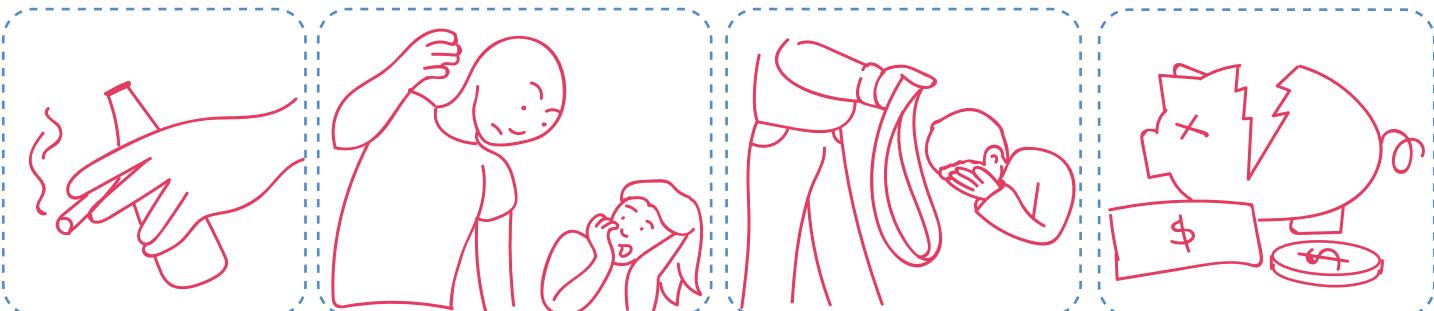
El padre, la madre o el cuidador también son propensos a tener diferentes emociones, como ira, dolor, culpa o frustración, durante este proceso. Es importante que se reconozcan y se encuentren formas de resolverlas. Al igual que con los niños, las niñas y los adolescentes, al permitir que estos sentimientos surjan y trabajar en ellos, se avanzará en el proceso.

Es importante que el padre, la madre o el cuidador encuentren un adulto con quien hablar. Podría ser un compañero o una compañera del trabajo, un vecino o una vecina, un amigo o una amiga, o incluso, un profesional. Se desaconseja compartir estos sentimientos con los niños, las niñas y los adolescentes.

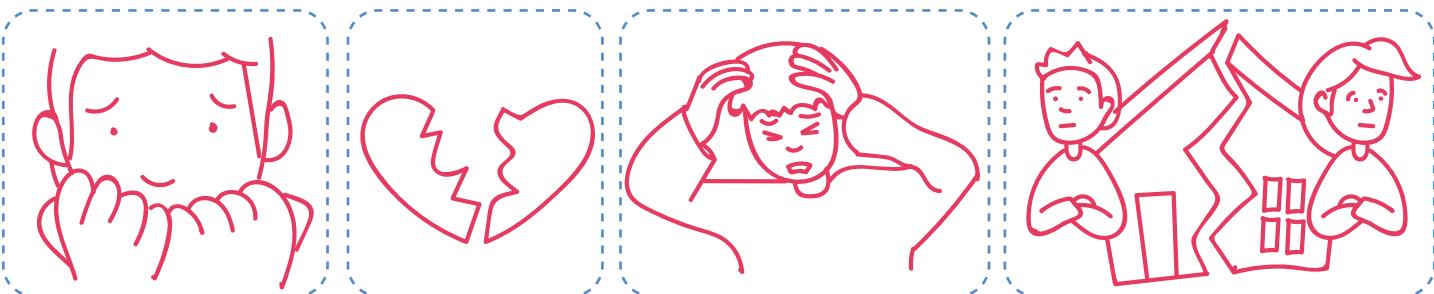
Anexo 5

Entender la reunificación familiar

Causas de la separación familiar



Consecuencias de la separación familiar



Retos de la reunificación familiar



Anexo 6

Imágenes de situaciones discriminantes hacia los niños, las niñas, los adolescentes y las familias en reunificación o reintegración

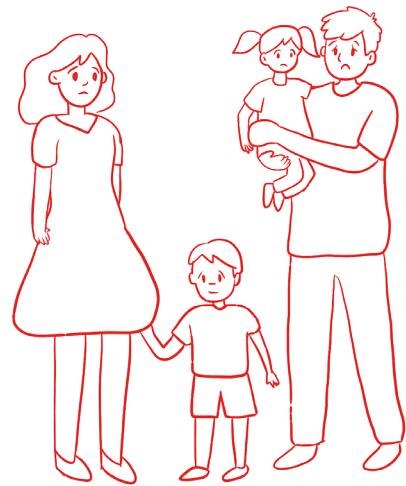
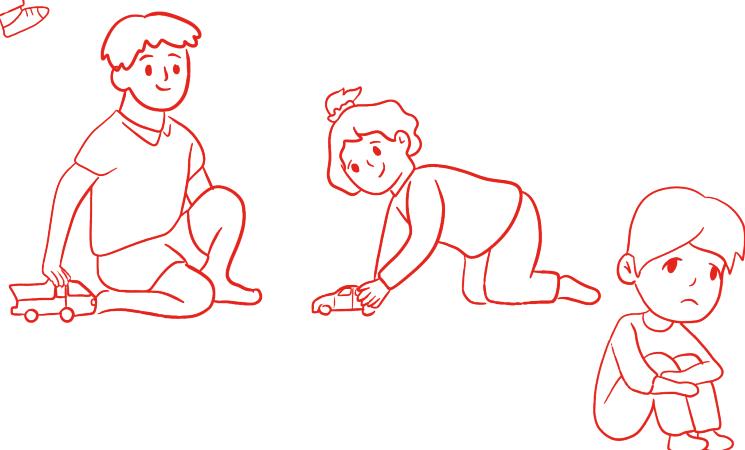


¿Qué estarán hablando estos adolescentes de su compañera?

¿Cómo se sentirá la adolescente que está sola?

¿Por qué los niños no invitan a jugar a su compañero?

¿Cómo se siente el niño que está solo?



¿Por qué esta familia no comparte con las demás?

¿Cómo se sienten los integrantes de esta familia?

Anexo 7

Actividades para reconocer, prevenir y actuar ante el hostigamiento

Para reconocer, prevenir y actuar ante el hostigamiento hacia algún niño, alguna niña o algún adolescente cuya familia se haya reunificado o esté en proceso de reintegración, pueden desarrollarse con las familias las siguientes actividades.

Actividades con los adultos		
Objetivo	Actividad	Material de apoyo
Comprensión de la estigmatización o el hostigamiento	<p>Aclarar cómo podría verse la estigmatización o la discriminación de un niño, una niña o un adolescente.</p> <p>Pueden usarse ayudas visuales para reforzar estas características y, pueden resaltarse la importancia de la comunicación en familia y la importancia de la identificación de los sentimientos de los niños, las niñas y los adolescentes.</p> <p>Conversar con los adultos de la familia sobre qué es para ellos la estigmatización y el hostigamiento (<i>bullying</i>), y cuáles podrían ser las causas por las que la reunificación familiar sería objeto de dicha estigmatización.</p> <p>Pueden usarse ayudas visuales para aclarar conceptos.</p>	
Identificación de la estigmatización o el hostigamiento	Preguntar a los adultos cuáles podrían ser algunas de las señales que indican que el niño, la niña o el adolescente se siente estigmatizado u hostigado.	Tristeza, sin deseos de ir a la escuela, llanto, enojo, falta de deseo de estar con sus amigos, etc.
Acción ante la estigmatización o el hostigamiento	<p>Reflexionar sobre la diferencia. El niño, la niña o el adolescente ha tenido una experiencia diferente a la norma.</p> <p>Como parente, madre o cuidador, hay que estar alerta y detectar las señales de la estigmatización y el hostigamiento.</p>	Usar actividades del Anexo 5, el Anexo 6 y el Anexo 8

Anexo 7

Actividades con los adultos	
Objetivo	Actividad
Fortalecimiento de lazos familiares	Orientar a los adultos (madre, padre o cuidador) para que indiquen cuáles son las características por las que se sienten orgullosos del niño, la niña o el adolescente.
	Orientar a los adultos (padre, madre o cuidador) a que estimulen a los niños, las niñas y los adolescentes señalando algunas cosas que aprendieron de ellos durante la separación o cómo se fortalecieron como familia.
Búsqueda de apoyo fuera de la familia	Orientar a los adultos (madre, padre o cuidador) para que, junto con los niños, las niñas y los adolescentes, identifiquen las personas de confianza con las que pueden hablar de su situación familiar, que los aconsejen, los apoyen y, no los juzguen ni critiquen.
Fortalecimiento de la comunicación	Orientar a los adultos (madre, padre o cuidador) para que hablen con los niños, las niñas y los adolescentes sobre lo sucedido.

Cómo ayudar al niño, la niña o el adolescente si es discriminado en la escuela o en la familia

Escuchar

- Prestarle toda la atención en un espacio tranquilo.
- Hacerle preguntas sencillas y escuchar las respuestas: ¿Tienes amigos?, ¿otros niños hablan de ti?, ¿los demás niños son amables contigo?

No presionar

- Entender que hablan cuando están listos.
- Abrir puertas o tender puentes para que se sientan seguros para hablar. Ponerse como ejemplo para generar empatía puede tender puentes y estrechar lazos.
- Ejemplo: “Una vez me pasó esto. Me sentí así. ¿Te ha pasado?”.

Mantener la calma

- Mostrar cómo pueden resolverse los problemas de manera pacífica.
- Indicar que mientras se está enojado o ansioso, pueden cometerse errores, y aclarar que siempre hay que hablar tranquilamente.

No buscar culpables

- Asegurarse de que entiendan que no es culpa de él o ella lo que está ocurriendo.
- Ejemplo: “No es tu culpa. Tú eres una persona maravillosa”.

Resumir el problema

- Centrar la atención en los puntos principales.
- Ejemplo: “¿Así que estabas sentado solo comiendo tu refrigerio y escuchaste que Jorge les dijo a todos los niños y todas las niñas que se alejaran de ti porque venías de un internado?”.

Sentirse molesto es normal

- Enseñar que todos los sentimientos son normales y, que no hay ni buenos ni malos.
- Ejemplo: “Con razón que te sientes tan triste por eso”.

Anexo 9

Caja de la calma⁶

Para la “Caja de la calma” se recomienda tener una variedad de elementos sensoriales y objetos con los cuales concentrar la mente. Es conveniente buscar cosas que conduzcan a la tranquilidad. Puede ser un juguete especial o una foto, un recordatorio o flores. No hay ninguna regla sobre lo que puede ir en la caja excepto que es algo que trae sensación de paz, serenidad, tranquilidad o recuerdos positivos.

A continuación, se muestran ejemplos de lo que podría incluirse:

Elementos para tocar: algún objeto para tener las manos ocupadas, como una pequeña pelota de goma o esfera hilo (tipo chaquiras), plastilina o greda para amasar, algún juguete para sentir o artículos religiosos para ayudar a orar.

Elementos para oler: una flor u hojas de olor de alguna planta, una barra de jabón de olor agradable, alguna botella que contenga un perfume.

Elemento para ver: alguna imagen con colores agradables, una revista o recortes de revista de imágenes bonitas.

Elemento para tomar: una botella o una taza para beber agua o una bebida caliente justo cuando se llega al lugar de la calma.

Tarjetas con frases positivas: frases o citas que ayuden a la persona a tranquilizarse. Pueden ser escritas por la persona o que otros integrantes de la familia hayan escrito y decorado.

Recuerdos: una foto de un ser querido y valorado, o una imagen que representa un lugar tranquilo.

6 Tomado de: <https://cutt.ly/snyNAZQ>.



Sede de la Dirección General. Av. Carrera 68 # 64C - 75
Bogotá DC, Colombia



LÍNEA DE
ATENCIÓN A
NIÑOS, NIÑAS
Y ADOLESCENTES.
PROTECCIÓN · EMERGENCIA · ORIENTACIÓN

Línea gratuita nacional ICBF:
01 8000 91 80 80
www.icbf.gov.co

ICBFColombia

@ICBFColombia

@icbfcolombiaoficial

