

PROYECTO BIENESTAR INTEGRAL COMUNITARIO 2024-2025

INFORME DE EVALUACIÓN NACIONAL

Introducción

“La salud mental para mí es mantener en orden y saludable lo que es la mente, la forma de pensar, cómo uno gestiona sus sentimientos, cómo uno reacciona ante estímulos, ya sean fuertes, suaves, distintos”

(Joven)

“Nosotras, como mujeres, muchas veces criamos desde lo aprendido, desde el sacrificio. Pero aquí aprendí que también puedo cambiar eso. Que tengo derecho a sentirme bien, a tomarme un tiempo. Que cuidarme no es egoísta, es necesario. Porque si no, te agotas, y no puedes acompañar a tus hijos ni a nadie”

(Cuidadora)

“Trabajar con mis pares desde la empatía y el respeto fue otro gran aprendizaje. Valorar la labor de cada uno/a, escuchar sin interrumpir, buscar acuerdos. La colaboración se volvió más real, más orgánica. Ya no éramos solo un equipo técnico, éramos una red que se sostenía entre sí.”

(Facilitador)

“Experiencias profundamente significativas, capaces de articular creatividad, contención emocional y comunidad, reafirmando el rol del arte y la participación como herramientas esenciales para el desarrollo humano”

(Psicóloga)

Estos relatos reflejan algunas de las reflexiones que emergieron durante el desarrollo del proyecto Bienestar Integral Comunitario en su segunda versión, realizada entre junio de 2024 y mayo de 2025, en 12 regiones del país. Después de haber desarrollado la primera experiencia, en 2023, Cecrea decidió volver a implementar el proyecto, recogiendo los aprendizajes que se adquirieron previamente. Dar continuidad a este proyecto expresa la importancia que Cecrea

está otorgando a situar el bienestar como parte de su trabajo, potenciando las relaciones que tiene con el desarrollo de la creatividad en las personas. Primero, la iniciativa surgió de una necesidad manifestada por los equipos Cecrea de contar con apoyo para abordar las complejidades que las experiencias de NNJ presentaban en sus vidas. Ahora, después de dos años de implementación, Cecrea persiste en la idea y se atreve a profundizar en ella.

Esto no es casual, al contrario, es coherente con las actuales necesidades socioculturales y de salud de la niñez y la adolescencia. Al respecto, el [Informe Nacional del Bienestar de la Niñez en Chile](#), del Observatorio Niñez de la Fundación Colunga (2024), revela una serie de fenómenos que están impactando en el bienestar de niñas, niños y adolescentes. Algunos de ellos son el aumento en un 14% de síntomas depresivos en adolescentes de 7º Básico a III Medio, el incremento en un 117% de controles de salud por riesgos de suicidio y un 47% de niñas, niños y jóvenes que habitan en entorno con altos índices de violencia crítica, entre otros. Por su parte, el [Informe Anual de Derechos Humanos de niños, niñas y adolescentes en Chile](#), de la Defensoría de la Niñez (2024), señala que la salud mental en nuestro país evidencia una situación de gran vulnerabilidad en adolescencias LGBTIQ+, lo que propicia un permanente estado de alerta frente a posibles situaciones de acoso o conductas discriminatorias.

Es así como toda acción o iniciativa orientada a promover el bienestar integral en niñas, niños y jóvenes se vuelve muy relevante para transitar a una sociedad en la que se garantice el ejercicio efectivo de sus Derechos Humanos, en el marco de vínculos de colaboración y apoyo mutuo. Por esto, el proyecto Bienestar Integral Comunitario es objeto de análisis en este informe, con el propósito de reflexionar sobre su desarrollo y aporte para avanzar en ese propósito.

En función de lo anterior, el primer capítulo del informe presenta las características generales del proyecto en su segunda versión, incluyendo sus objetivos generales y específicos, y sus componentes, los que son elementos transversales a su implementación en todas las regiones.

En el segundo capítulo se expone una caracterización del desarrollo del proyecto en cada una de los 12 territorios donde fue implementado: Arica, Iquique, Antofagasta, Vallenar, La Serena/Coquimbo, La Ligua, San Joaquín, Pichidegua, Los Ángeles, Valdivia, Castro, Coyhaique. Aquí se mencionan los objetivos locales que cada equipo formuló, las actividades realizadas y los logros alcanzados.

El tercer capítulo presenta un análisis en cuanto al desarrollo nacional del proyecto en sus tres líneas de acción y el cuarto capítulo brinda conclusiones y algunas recomendaciones para la próxima implementación del proyecto.

I CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL PROYECTO 2024-2025

En coherencia con su primera implementación, el objetivo general del proyecto ha sido **fortalecer el bienestar integral de las comunidades en que se encuentra Cecrea**, para lo cual se dio continuidad al trabajo en las tres líneas de acción: niñas, niños y jóvenes; comunidad y equipo Cecrea. En este sentido, los objetivos específicos definidos para cada una de estas líneas se mantuvieron como se señala a continuación:

1. **Fortalecer las habilidades socioemocionales de niñas, niños y jóvenes:** este objetivo surgió a la luz de la información que las Escuchas Creativas 2023 aportaron sobre aspectos que para NNJ son relevantes en sus experiencias de bienestar y malestar. Esta información fue complementada con el análisis situacional realizado al inicio del proceso, en que se obtuvo información relevante sobre los deseos, intereses y necesidades de las/os NNJ de cada territorio, lo que dio paso al diseño de laboratorios y experiencias creativas para abordar este objetivo.
2. **Potenciar las relaciones de colaboración entre agentes comunitarios y Cecrea:** este objetivo se orientó a fortalecer a la comunidad vinculada a Cecrea contemplando en ella a madres, padres, cuidadoras/es, docentes, organizaciones locales, entre otros. En este sentido, este nivel de acción implica un abordaje dirigido a adultos significativos en la vida de las/os NNJ, así como a redes locales del territorio que están en vinculación con estas/os. El rol de estos agentes es fundamental en tanto deben actuar como garantes de la generación de condiciones para el ejercicio efectivo de los derechos de NNJ. Promover el trabajo articulado y colaborativo entre la comunidad y Cecrea mediante jornadas de encuentro entre cuidadoras/es, círculos de mujeres, experiencias lúdicas entre familias e hijas/os, entre otras, conformaron el tipo de acciones desarrolladas en este ámbito.
3. **Fortalecer las herramientas de autocuidado y apoyo mutuo en las/os integrantes de los equipos Cecrea:** este ámbito es central en el proyecto, situando el bienestar laboral como un eje relevante para que los equipos tengan una buena experiencia en su forma de habitar el espacio de trabajo y en el ejercicio de su rol de garantes principales de derechos. Por esto, las sesiones de cuidado de equipo, jornadas de reflexión e intercambio de experiencias profesionales, fueron iniciativas altamente valoradas por quienes conforman Cecrea.

La experiencia desarrollada durante la primera versión del proyecto aportó aprendizajes significativos en una serie de aspectos, lo que generó la definición de algunos ajustes para esta implementación. Al respecto, un primer cambio consistió en extender la duración del proyecto de 5 meses (2023) a 1 año (junio 2024 a mayo 2025). Esta decisión se sustentó en la necesidad de dar más profundidad a las actividades del proyecto en cada uno de sus ámbitos, dado que la

primera experiencia mostró que una duración breve, de solo 5 meses, permitía levantar acciones de interés pero no ahondar en los procesos de las/os participantes. A modo de ejemplo, temáticas como el autoconocimiento emocional, la construcción de identidad, el sentido de pertenencia y las relaciones de colaboración requerían ser abordadas en NNJ mediante procesos sistemáticos y a largo plazo. Por su parte, el trabajo con la comunidad implicaba levantar convocatorias estratégicas y estimulantes que no siempre se pudieron desarrollar con cabalidad en los plazos establecidos. Asimismo, los procesos de cuidado de equipo exigían un trabajo inicial de construcción de confianza para el fortalecimiento de relaciones de apoyo mutuo en las/os integrantes de los equipos Cecrea.

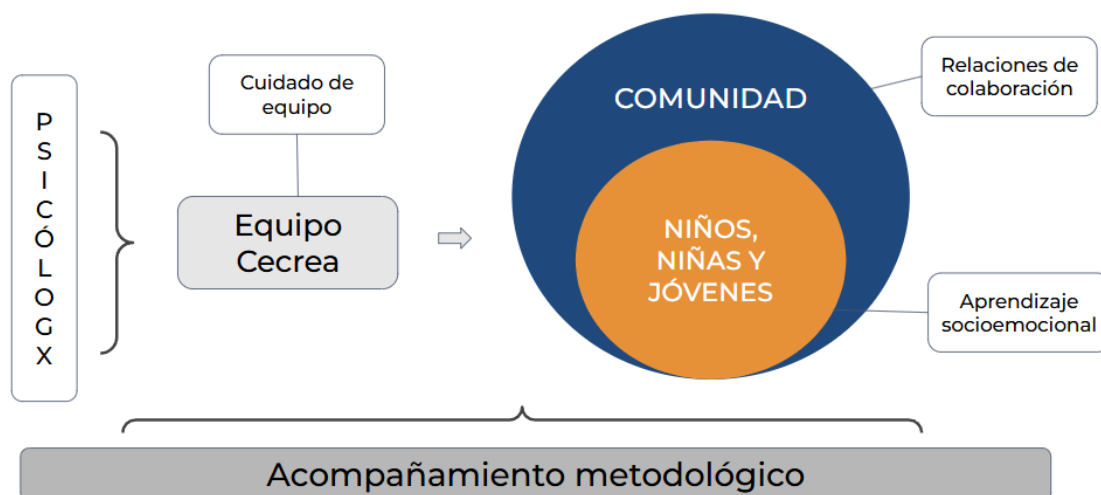
Junto a lo anterior, se reformuló la permanencia de las/os psicólogas/os en cada Cecrea, estableciendo 8 horas semanales para su trabajo en el proyecto. A diferencia del proyecto anterior, en que no se definió una cantidad de horas de permanencia, este cambio en la reciente implementación favoreció el establecimiento de días fijos en que los equipos Cecrea podían contar con la participación de las/os psicólogas/os en el desarrollo de las actividades. En esta misma línea de fortalecer el rol del/la psicóloga/o, se realizó un proceso de inducción que incorporó instancias de formación sobre el enfoque de derechos y la metodología Cecrea, temáticas que no estuvieron presentes en la inducción del periodo 2023.

Otra modificación asociada al rol de las/os psicólogas/os, consistió en fortalecer el acompañamiento metodológico a este equipo sumando a las instancias de acompañamiento individual una instancia periódica de acompañamiento grupal en la que se propició el intercambio de experiencias entre ellas/os, lo que adquirió un lugar importante como estrategia de apoyo a su labor.

En otro ámbito y para reforzar la importancia de responder a la singularidad de cada territorio, se decidió propiciar una puesta en práctica del proyecto desde una perspectiva situada que pusiera de relieve los aspectos específicos que configuran la realidad de cada grupo de NNJ, de cada comunidad y de cada equipo. Esto implicó fortalecer la autonomía de los equipos Cecrea y las psicólogas/os en la definición de un diseño local del proyecto, para lo cual el proyecto se inició con una reunión con cada equipo regional para reforzar los sentidos generales del proyecto y promover la reflexión situada sobre su implementación.

Es así como el proyecto con sus componentes originales y con los ajustes realizados quedó esquematizado de la siguiente manera:

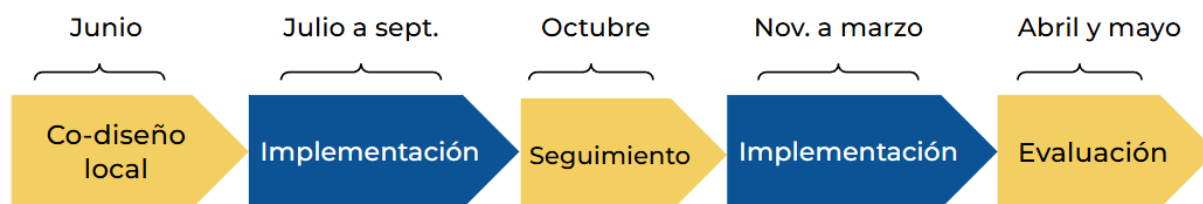
Niveles de acción



En esta imagen, se aprecia el lugar de las/os NNJ situadas/os en el centro en torno al cual se encuentra la comunidad, es decir, las/os adultas/os significativos y las redes locales vinculadas a ellas/os. Desde un rol más transversal se encuentra el equipo Cecrea ofreciendo experiencias basadas en la creatividad. Y desde un lugar más externo se posiciona el/la psicóloga/o para abordar a estos tres grupos. A su vez, toda esta dinámica articulada está sostenida por un acompañamiento metodológico que guía los procesos locales, hace visibles algunos elementos comunes y fomenta la colaboración entre territorios.

En cuanto a las etapas del proyecto, se organizaron de la siguiente manera:

Etapas del proyecto



La primera etapa se orientó a la inserción del/la psicóloga/o al equipo Cecrea de su territorio y a realizar un análisis situacional de la situación de derechos de las/os NNJ, para a partir de dicha información, diseñar de forma colaborativa el plan de trabajo local. Esto implicó la definición de objetivos específicos contextualizados y actividades para las tres líneas de acción.

Posteriormente, se dio comienzo a la primera parte de la implementación de las acciones, cuya duración fue de julio a septiembre de 2024. Para promover la reflexión sobre el quehacer y dejar registro del proceso desarrollado, cada psicóloga/o trabajó en un [Cuaderno de Bitácora](#), cuya información también fue útil para etapas posteriores del proyecto.

En octubre se realizó un momento de seguimiento del proyecto que consistió en un análisis reflexivo sobre lo desarrollado y sobre el avance en los objetivos planteados. Para esto, cada psicóloga llevó a cabo reuniones con el equipo Cecrea en las que compartieron opiniones e ideas para ajustar las acciones en función de potenciar el trabajo. En algunos casos se logró incorporar la participación de NNJ y comunidad para este momento.

Después de esto, se retomó la implementación del proyecto incorporando los ajustes definidos, la cual se extendió hasta marzo del presente año. Durante todo el periodo de implementación, se realizó un acompañamiento metodológico a las/os psicólogas/os que consistió en reuniones individuales con cada una/o de ellas/os una vez al mes, junto con reuniones grupales con todo el equipo, también de frecuencia mensual. Estos espacios permitieron ir conociendo y orientando el desarrollo de cada uno de los proyectos, desde un enfoque de apoyo a la labor, junto con propiciar el intercambio de experiencias para que cada psicóloga/o pudiese nutrir su proceso a partir de los diferentes territorios.

Finalmente, la etapa de evaluación se desarrolló durante abril en el nivel local y durante mayo en el nivel nacional, para identificar los aspectos positivos y las oportunidades de mejora del proyecto, tomando en consideración los objetivos planteados. Esto generó un análisis profundo que dio paso a la información contenida en este informe y que será expuesta a continuación. Cabe destacar que la caracterización que presenta para cada proyecto local surge del informe de evaluación que elaboró cada psicóloga/o sobre el proceso realizado, por lo que un elemento valioso de este informe es que brinda la gran oportunidad de visibilizar la diversidad de experiencias que emergieron a partir de un mismo proyecto.

II PROYECTOS LOCALES

La forma que adquirió el proyecto en cada región revela la importancia que las particularidades territoriales tienen al momento de llevar a cabo el objetivo de fortalecer el bienestar integral de las comunidades. Las características singulares de las niñas, niños y jóvenes del territorio, de sus familias y cuidadoras/es; los factores medioambientales; y los aspectos

asociados a los equipos Cecrea, son aspectos que marcan distingos importantes que dan vida a una forma específica de desarrollar un proyecto complejo que contempla tres líneas complementarias de acción.

A continuación, se comparten aspectos generales del proyecto en cada región, relevando especialmente sus objetivos, las actividades desarrolladas en cada una de las líneas de acción y los principales logros alcanzados, y en todos estos elementos podrán visualizar las singularidades de cada comunidad.

PROYECTO LOCAL ARICA

Psicólogo: Jaime Escobar Lillo

Objetivos del proyecto:

- Favorecer las habilidades socioemocionales de autoconcepto e identidad grupal de niñas, niños y jóvenes participantes del centro de creación CECREA Arica, a través de la exploración de recursos e intereses en las diferentes áreas de intervención (artes escénicas, visuales, música, sustentabilidad, tecnología y comunicación).
- Favorecer el bienestar integral de actores claves en el cuidado y protección de niños, niñas y jóvenes, mediante la creación de un círculo de bienestar, donde a través de la exploración de recursos e intereses en las diferentes áreas de intervención se logre desarrollar herramientas de autocuidado.
- Fomentar las herramientas de cuidado de equipo en los integrantes del centro de creación CECREA Arica mediante la construcción de un espacio emocionalmente seguro.

Actividades realizadas:

1. Niñas, niños y jóvenes:

Mediante la incorporación del psicólogo Jaime Escobar a laboratorios y experiencias creativas, se estima una cobertura aproximada de 200 NNJ con quienes se abordaron temáticas de identidad, liderazgo, creatividad y bienestar emocional. Así, el psicólogo Jaime participó en actividades previamente programadas por el equipo Cecrea, así como en experiencias y laboratorios especialmente diseñados para el proyecto. Con la finalidad de levantar información situacional para el diseño del proyecto, participó en las experiencias creativas *“Bailar me hace*

bien”, “*Chef actores*” y “*Espejismos cromáticos*”. Posteriormente, se desarrollaron las siguientes actividades:

- *Laboratorio “Danza para la vida”*: laboratorio orientado a promover la relación entre la danza, la creatividad y el bienestar.
- *Laboratorio “Acción ciudadana: escena sostenible y dispositivos de interacción social”*: actividad realizada con estudiantes de 4° Medio en vinculación con la asignatura Ciencia para la ciudadanía, cuyo objetivo fue reflexionar en torno a las preguntas: ¿cómo actúa la sociedad ante la contaminación medioambiental?, ¿cómo actúo yo ante la contaminación medioambiental?
- *Experiencia creativa “Apreciar y a jugar”*: experiencia de vinculación con el Teatro Municipal y el Liceo Gabriela Mistral para reflexionar sobre el bullying mediante una obra de teatro y una posterior reconstitución de escenas usando el juego y materiales como el cartón.
- *Día Nacional del Teatro*: articulación conjunta entre cuatro academias de teatro y escuelas para crear colectivamente una interacción social.

Junto a lo anterior, el psicólogo Jaime Escobar apoyó el trabajo del Consejo de NNJ en las temáticas de trabajo en equipo, debate y liderazgo, la primera Escucha Creativa 2025 y la atención de situaciones complejas emergentes.

2. Comunidad:

En esta línea de trabajo, se logró convocar a aproximadamente 20 madres, padres y cuidadoras/es, a través de su participación en el *Club MaPadre*, que consistió en la creación y diseño colaborativo en conjunto con ellas/os. También se realizó la experiencia creativa “*Limpieza playa Las Machas*”, orientada a generar un espacio de colaboración para el cuidado del medioambiente.

3. Cuidado de equipo:

Para fortalecer el apoyo mutuo entre las/os integrantes del equipo Cecrea, el psicólogo Jaime Escobar realizó una instancia de intercambio de experiencias, potenciando la colaboración en la implementación de los laboratorios. Además, se efectuaron dos jornadas de cuidado de

equipo; una de ellas en el espacio Cecrea y otra realizada en el pueblo Codpa. En ambas se utilizaron técnicas de trabajo corporal, además del diálogo entre profesionales.

La jornada realizada en Codpa significó una instancia de organización interna y colaboración para llevarla a cabo, que a la vez, se mantuvo desde entonces generando mayor autonomía y proactividad dentro del equipo. Además, permitió un espacio de disfrute y atención distintiva para el equipo, lo cual fue muy agradecido, ya que nunca habían tenido una instancia así.

En estas instancias participaron todas/os las/os integrantes del equipo Cecrea.

Logros:

Las/os NNJ que participaron en el proyecto destacan que las actividades realizadas en torno al bienestar integral aportan aprendizajes a partir del intercambio con otras personas, permiten conocer realidades distintas y generan una sensación positiva.

Con respecto al cuidado de equipo, las/os profesionales valoran la oportunidad de generar instancias de conversación y cuidado entre colegas. Al respecto, se logra crear un espacio de intercambio, de diálogo y profundización de temas comunes en la cotidianidad laboral e interrelacional del trabajo con NNJ, lo que permite despertar alertas para el cuidado del equipo y potenciar un proceso de trabajo de equipo, con el apoyo de una figura de confianza.

En el trabajo con NNJ, se estima que las conversaciones profesionales con el psicólogo favorecen el trabajo en los laboratorios y su incorporación directa en la implementación aportó aportó herramientas de gran interés, especialmente para las/os NNJ de más edad. Esto también permitió ampliar y profundizar las perspectivas y reflexiones de las/os profesionales acerca de las dinámicas que acontecen con las/os NNJ. Se fortalece la confianza y comunicación en el equipo.

Adicionalmente, se reconoce el aporte que significa el apoyo del psicólogo en situaciones de complejidad con las/os NNJ, dado que aporta a la gestión de un diálogo nutritivo.

En términos generales, desde las/os profesionales Cecrea se estima que el proyecto Bienestar Integral Comunitario logra sostener un espíritu Cecrea que pone la atención en volver real aquello que a veces se vuelve utópico, sobre todo mediante actividades de juegos para el desbloqueo o el cuidado corporal.

A través de los siguientes videos, es posible conocer una parte del trabajo realizado: [Acción ciudadana: escena sostenible y dispositivos de interacción social](#) y [Experiencia Creativa: Apremiar y A Jugar!](#)

PROYECTO LOCAL IQUIQUE

Psicólogas:

Constanza Vergara Campos

Clara Galleguillos Valenzuela

Objetivos del proyecto:

- Implementar sesiones de desarrollo de habilidades socioemocionales adaptadas a las edades y contextos individuales de niños, niñas y jóvenes en Cecrea.
- Facilitar encuentros entre las familias y el equipo Cecrea para fortalecer la comunicación, la colaboración y el conocimiento mutuo sobre el trabajo realizado por Cecrea.
- Establecer sesiones de autocuidado y bienestar dirigidos al equipo Cecrea, incluyendo actividades físicas, talleres de manejo del estrés y promoción de la salud mental.

Actividades realizadas:

1. Niñas, niños y jóvenes:

En este ámbito, se trabajó con 70 NNJ en diferentes modalidades, tales como talleres, experiencias creativas y laboratorios:

- *Taller “¡Sumergidos en los Cómic!”*: se ejecutó en el marco de una actividad del Servicio Nacional de Protección Especializada a la Niñez y Adolescencia y consistió en abordar temáticas relacionadas con el bullying y las emociones.
- *Actividad “Los valores”*: permitió profundizar en el reconocimiento y la reflexión sobre los valores personales y su influencia en la convivencia dentro del espacio.
- *Actividad “Mi retrato interior”*: fue una valiosa oportunidad para fomentar el autoconocimiento y la autoestima en NNJ, en un entorno creativo y seguro, y en un proceso de autoexploración.
- *Actividad “Trabajo en equipo y compañerismo”*: esta actividad se orientó a fomentar la colaboración y el respeto a los acuerdos para lograr un objetivo compartido.
- *Laboratorio “El arte de ser yo”*: su objetivo fue fortalecer la autoestima y el autoconcepto en NNJ de 7 a 10 años.

- *Laboratorio “Autoestima y autoimagen”*: en línea con el laboratorio anterior, este laboratorio buscó fortalecer estos aspectos en NNJ de 7º Básico, a lo largo de 5 sesiones.

2. Comunidad:

En esta línea de acción, se realizaron tres actividades. La primera se orientó a integrar tanto a NNJ como cuidadoras/es en la actividad “Amigo Ce-creto”, para fortalecer los vínculos entre ambos grupos.

La segunda fue una sesión abierta con las/os adultas/os responsables de las/os NNJ, cuyo objetivo consistió en conocer su percepción general sobre Cecrea, darles a conocer el trabajo que se realiza e indagar en sus expectativas.

En tercer lugar, una actividad destacada fue el taller “Bailes y colores para compartir” que consistió en una experiencia de biodanza para NNJ y cuidadoras/es, con la posterior confección de un collage creativo, en la que participaron 20 familias, y cuyo objetivo fue fortalecer las relaciones interpersonales entre las/os participantes.

3. Cuidado de equipo:

Con respecto al equipo Cecrea, se realizaron sesiones de autocuidado virtuales y presenciales, con el objetivo de fortalecer sus herramientas personales de cuidado y favorecer el clima laboral. Estas instancias fueron especialmente valoradas, pues permitieron a las/os profesionales del equipo favorecer el conocimiento mutuo y desarrollar la creatividad.

Logros:

De acuerdo a lo reflexionado por el equipo, el proyecto fortaleció, en todos los niveles, la percepción de bienestar de las/os participantes, abriendo espacios que permitieron un abordaje de manera integral del concepto de bienestar, desde distintas aristas, incorporando los aspectos psicológicos, físicos y conjugándolos con el arte.

En el trabajo desarrollado con NNJ, se estima que este favoreció el desarrollo de un proceso en el que se logró una comprensión y apertura hacia un ámbito que no se había abordado anteriormente, específicamente la dimensión del bienestar integral.

Respecto de la comunidad, la actividad realizada en conjunto con NNJ y cuidadoras/es fue evaluada por el equipo como la más significativa, ya que por primera vez se realizó una

actividad en esta línea, generando experiencias emotivas que fortalecieron la relación entre NNJ y sus familias.

En cuanto al cuidado de equipo, es valorado el hecho de haber incorporado espacios destinados al bienestar de las/os funcionarias/os del Cecrea, en tanto propiciaron la expresión emocional y fortalecieron el conocimiento mutuo.

Del laboratorio creativo llamado “El Arte de Ser Yo” se registró material audiovisual que permitió la confección de 3 videos que dan cuenta de lo vivido por los participantes: [Registro segunda sesión](#), [Registro tercera sesión](#) y [Exposición del laboratorio](#).

PROYECTO LOCAL ANTOFAGASTA

Psicóloga: Chantal Bravo Hidalgo

Objetivos del proyecto:

- Proporcionar un espacio de reconocimiento y gestión emocional con las/s con NNJ de Cecrea Antofagasta.
- Fortalecer el sentido de pertenencia e identidad comunitaria de NNJ, con respecto a los espacios y el territorio de la región de Antofagasta.
- Promover espacios de participación a cuidadorxs de NNJ de Cecrea Antofagasta.
- Fortalecer estrategias de comunicación asertiva y efectiva entre el equipo Cecrea, a través de un espacio de expresión emocional y la identidad de grupo.
- Irradiar el proyecto local de bienestar mediante la vinculación de redes locales en Antofagasta

Actividades realizadas:

1. Niñas, niños y jóvenes:

Desde una perspectiva transformadora, la psicóloga Chantal Bravo y el equipo Cecrea buscaron fortalecer la capacidad de agencia de NNJ en la construcción colectiva de entornos significativos para el aprendizaje, el juego, la creación y la reflexión crítica. Este enfoque se tradujo en la implementación de salidas pedagógicas como herramientas para el reconocimiento del entorno y el diálogo de saberes; la expresión artística para el fortalecimiento de identidades individuales y colectivas; y las dinámicas lúdicas al aire libre, que promovieron el trabajo en

equipo, el cuidado del otra/o, la exploración del espacio y el vínculo con la naturaleza. Los laboratorio realizados, en los que participaron aproximadamente 40 NNJ, son:

- *Laboratorio Frankylab*: tuvo una duración de tres sesiones y se orientó a favorecer la identificación y gestión de miedos individuales.
- *Laboratorio Ecoaventuras*: se realizó en tres sesiones y su objetivo fue reconocer la relación entre el cuidado medioambiental y el bienestar individual y colectivo.
- *Laboratorio AquaCecrea*: tuvo como objetivo relacionar la actividad física con el bienestar, lo que se desarrolló a lo largo de tres sesiones.
- *Laboratorio Cuerpos Divertidos y Afectos Unidos*: se orientó a reconocer al cuerpo como herramienta de construcción de la identidad personal y reflexionar sobre la interacción social con el entorno, lo que se llevó a cabo en tres sesiones.

Asimismo, la psicóloga brindó apoyo en espacios de trabajo previamente programados por el equipo, para incorporar en ellos elementos sobre aprendizaje socioemocional. Específicamente, acompañó los laboratorios “Surfeando emociones”, “Caleidoscópicxs: identidades expresivas y cambiantes”, “Jardín del desierto: Ecosistema en latencia” y “¿Y si armamos un podcast?”. También participó en el trabajo del Consejo, apoyando a las/os NNJ en la planificación de las sesiones.

2. Comunidad:

Con la finalidad de planificar las instancias de trabajo con la comunidad, Chantal Bravo y el equipo Cecrea realizaron una escucha creativa con cuidadoras/es utilizando como metodología un diagnóstico participativo mediante las técnicas de lluvia de ideas y árbol de problemas. Complementariamente, se llevó a cabo la experiencia *¿Cómo quiero que me traten mis cuidadoras/es?* con niñas, niños y jóvenes. Ambas actividades permitieron levantar información sobre necesidades y temáticas de interés, junto con definir lineamientos para el trabajo con la comunidad.

Posteriormente, se realizaron las siguientes actividades para cuidadoras/es:

- *Experiencia con cuidadoras/es*: durante dos sesiones, esta experiencia tuvo como objetivos vincular a la comunidad al espacio Cecrea, dar a conocer sus propósitos y sensibilizar en torno al enfoque de derechos y la importancia de la participación.
- *Experiencia con ma-padres*: Se realizan dos sesiones con cuidadoras/es con el propósito de vincular a la comunidad al Cecrea. Una de manera virtual contó con una participación de 5 personas, donde a través de actividades rompe hielo y dinámicas participativas, se explicó el objetivo general del proyecto como también el trabajo específico con la

comunidad. Luego, se realiza otra sesión presencial en la cual participan 2 cuidadoras/es, con el objetivo de acercar y vincular los principios, lineamientos y objetivos del Cecrea, comprendiendo el enfoque de derechos y de participación a través de las convergencias.

- *Laboratorio Cachipún*: esta actividad es considerada por la psicóloga y el equipo Cecrea como una actividad destacada, ya que se diseñó como un espacio de encuentro, reflexión y diálogo intergeneracional para cuidadoras/es y NNJ con el objetivo de promover el juego familiar en un marco de relaciones colaborativas. Tuvo una duración de tres sesiones.

En estas instancias de trabajo con la comunidad se logró una cobertura de 15 personas.

3. Cuidado de equipo:

La psicóloga Chantal Bravo realizó 18 sesiones de bienestar a lo largo del proyecto con distintos núcleos de trabajo por la rotación de los cargos de facilitadoras/es. Se realizan entrevistas individuales a coordinación de Cecrea Antofagasta para conocer problemáticas presentes en núcleo. Además, se realiza lluvia de ideas con equipo para también conocer sus expectativas de proyecto 2025. Durante la implementación se utilizan metodologías participativas y dinámicas grupales como rompehielos, co-construcción de acuerdos de convivencias, línea de tiempo, metodologías de creación artísticas e identitarias como actividad del velero, FODA participativo, organigrama creativo y artístico, espacios de reflexión y diálogo. Además, se realizan salidas a terreno para realizar actividades al aire libre, fuera del espacio laboral.

Logros:

Se logra un alto nivel de participación de las/os NNJ en la toma de decisiones sobre las actividades, lo que se considera como un aspecto destacado del proyecto en Antofagasta. También se desarrolla una mayor comprensión de la salud mental como algo integral, relacionado a lo físico, psicológico y social, y en relación con el espacio habitado. En esta línea, se expresa la valoración de las actividades al aire libre como factores de protección del bienestar físico y emocional. Además, se hace visible la importancia que tiene la construcción de la identidad en el propio bienestar.

En cuanto al trabajo con la comunidad, se logra una mayor vinculación de las/os cuidadoras/es con el espacio Cecrea, se reconoce la relevancia del juego familiar en el bienestar de NNJ, y en el vínculo consigo mismas/os. También se reconocen problemáticas comunes entre cuidadoras/es con respecto a la crianza actual y al entorno que habitan las/os NNJ.

Con relación al cuidado de equipo, se avanza hacia una identidad colectiva en las/os integrantes de Cecrea, con foco en la definición de metas comunes desde el trabajo en equipo y la comunicación efectiva. Además, se reconoce que las dinámicas de cuidado de equipo se constituyen en formas de promover el bienestar y de comunicar emociones con respecto al trabajo.

Algunos productos creados por las y los participantes del proyecto son: [Confección de marionetas](#) y [Velero de identidad](#)

PROYECTO LOCAL VALLENAR

Psicóloga: Camila Véliz Rivera

Objetivos del proyecto:

- Favorecer herramientas de cuidado de la salud mental en NNJ, dentro de los laboratorios y experiencias creativas.
- Entregar a las cuidadoras/es orientación y acompañamiento en el cuidado de la salud mental de las/os NNJ.
- Fortalecer las herramientas de autocuidado y cuidado de equipo en las/os integrantes del equipo Cecrea.
- Co-construir herramientas y estrategias de comunicación efectiva que favorezcan el clima laboral en el equipo Cecrea.

Actividades realizadas:

La psicóloga Camila Véliz ha participado en el proyecto desde su primera versión. Su valioso y continuado trabajo ha sido un facilitador en la implementación de las actividades, ya que ha logrado ir profundizando en el vínculo con NNJ, con la comunidad y con el equipo Cecrea.

1. Niñas, niños y jóvenes:

Durante la implementación del proyecto participaron NNJ de 7 a 14 años, tanto participantes activos de Cecrea como estudiantes de tres cursos de la escuela Gregorio Castillo Marín que participaban por primera vez, lográndose una cobertura total aproximada de 130 NNJ.

Las herramientas metodológicas utilizadas tuvieron un enfoque lúdico, creativo y participativo centradas en el bienestar integral, utilizando recursos de arteterapia, teatro, artes plásticas, música, juego libre y juegos de mesa. Las/os facilitadoras/es que acompañaron las distintas actividades fueron de sustentabilidad, artes visuales, teatro, tecnología y ciencias. Además de realizar estas actividades específicamente para el proyecto Bienestar Integral Comunitario, la psicóloga Camila Véliz apoyó otras actividades programadas por el equipo Cecrea.

- *Acompañamiento a Consejo NNJ*: el acompañamiento tuvo por objetivo orientar a las/os NNJ en el empoderamiento de su espacio, motivándolos a crear, intervenir y aportar a su entorno, tanto dentro como fuera de Cecrea.
- *Juguera de laboratorios*: Fichas en las que NNJ anotaban sus ideas en torno al lugar donde les gustaría implementarlas, los materiales a utilizar y las áreas de convergencia. Luego todas las ideas se mezclaban y, a partir de ellas, creaban nuevos laboratorios y/o experiencias.
- *Juego de roles*: Utilizando herramientas teatrales, las/os NNJ dieron vida a piezas de ajedrez, representando sus estados emocionales mediante los movimientos de las piezas, su tamaño, entre otros aspectos.
- *Vinculación con el medio*: Recorrido con NNJ por los alrededores del Cecrea para determinar necesidades a intervenir, logrando identificar la necesidad de señaléticas, paso peatonal y recuperación de un espacio baldío.
- *Reunión con autoridades de departamento del Transito*: a partir de lo anterior y desenvolviéndose en los roles asignados a cada participante del Consejo, las/os NNJ expusieron sus inquietudes y necesidades.
- *Ciclo de Laboratorios*: se realizó un ciclo de laboratorios en la Escuela GRECAM, denominado “Cuerpos de acuerdo”, facilitando experiencias que invitaron a la reflexión en torno a vínculos y afectividad, potenciando el desarrollo de relaciones interpersonales basadas en el respeto, y reforzando distintos tipos de comunicación verbal y no verbal. Además, se realizaron experiencias creativas como Cecreapalooza, y en el marco de las Fiestas Patrias y el Día de la Astronomía.
- *Buzón de preguntas*: al inicio de cada sesión de laboratorio, se facilitó una caja donde las/os NNJ dejaban sus dudas o comentarios sobre bienestar emocional, desarrollo psicosexual, relaciones interpersonales, vínculos afectivos, etc. En la siguiente sesión, se daba respuesta a dichas inquietudes y comentarios.

- *Circunstancias dadas:* se presentaban diversas situaciones y/o problemáticas (área familiar, escolar, amistad, sexualidad, etc.) en torno a las que las/os NNJ debían reflexionar y dar una respuesta, consejo u opinión como grupo.
- *Mapeo corporal:* consiste en el dibujo de una silueta en un papelógrafo para luego reconocer las distintas zonas del cuerpo y reflexionar en torno a ellas.
- *Juegos de mesa:* se facilitaron juegos de mesa para potenciar el trabajo en equipo, la resolución de conflictos, el manejo de la frustración, el respeto de turnos y las habilidades comunicativas.
- *Juego libre;* Se da el espacio a elegir el juego o desbloqueo, fomentando así los acuerdos grupales y el respeto a la democracia.

Complementariamente, la psicóloga Camila Véliz apoyó la revisión colaborativa de las planificaciones de laboratorios para que estos respondieran a la diversidad de necesidades de las/os NNJ.

2. Comunidad:

El trabajo con la comunidad se enfocó en: 35 docentes y equipo de la Escuela Gregorio Castillo Marín, 13 mujeres y madres de NNJ, y 64 estudiantes de la Universidad de Atacama. La metodología utilizada fue desde un enfoque participativo, de reflexión y con herramientas que facilitarían el bienestar de forma creativa, así como un acompañamiento personalizado en base a las necesidades y contexto de cada grupo. Las actividades realizadas consistieron en:

- *Experiencia de bienestar para equipo y docentes de Escuela Grecom:* luego de realizar el laboratorio “Cuerpos de acuerdo” con las/os estudiantes, surgió la necesidad de entregar las mismas herramientas de bienestar a las/os docentes y equipo en general, para continuar fortaleciendo el espacio seguro que representa la escuela. Asistieron alrededor de 45 participantes con quienes se trabajó en grupos con las mismas dinámicas de las/os estudiantes y se finalizó entregando herramientas de contención y autocuidado para el quehacer laboral.
- *Laboratorios de bienestar para estudiantes UDA:* se realizaron dos instancias con estudiantes de primer año de la carrera de Técnico en mantención mecánica de equipos industriales, con el objetivo de visualizar y fortalecer las capacidades relacionadas con la autopercepción, motivación, compromiso y resiliencia frente a los procesos relacionales y académicos, y así desarrollar herramientas para enfrentar problemáticas y resolverlas con confianza y determinación.

- *Experiencia creativa Vision Board*: experiencia creativa dirigida a la comunidad en general para dar inicio al año 2025. Se elaboró un tablero de sueños y metas para el año, entregando herramientas de visualización, planificación y organización. Participaron mujeres que asistían por primera vez a Cecrea y otras cuidadoras y madres de NNJ. Fue un espacio de autocuidado y bienestar en comunidad muy apreciado por las participantes.
- *Conmemoración 8M con mujeres adultas y NNJ*: se realizó una experiencia creativa para reflexionar en torno al Día Internacional de la Mujer, en la que participaron mujeres desde los 7 años en adelante, madres de NN de Cecrea y otras que participaban por primera vez. Se generó un espacio de conversación, reflexión en torno al ser mujer, desde el punto de vista de las niñas y de las adultas.

3. Cuidado de equipo:

Durante las jornadas participó tanto el equipo de facilitadores como administrativo. Las actividades realizadas tuvieron por objetivo brindar un espacio de cuidado de equipo, fomentar la comunicación asertiva y la resolución de conflictos favoreciendo el clima laboral. La metodología utilizada fue pensaba en alcanzar un bienestar integrando las diversas áreas que puedan afectar la salud mental o emocional de las/os facilitadoras/es, priorizando el cuidado, respeto mutuo y la capacidad reflexiva. Las actividades realizadas fueron las siguientes:

- *Autocuidado y cuidado de equipo*: se estableció una instancia semanal como espacio de contención y autocuidado, que facilitara la continuidad de los procesos de trabajo. En este contexto, se realizaron diversas intervenciones, acompañamientos, contenciones y psicoeducación al equipo Cecrea. Se utilizaron herramientas de comunicación efectiva, pausas activas, técnicas de organización del tiempo, medidor interno, lista S.O.S, juegos de mesa, dinámicas lúdicas y reflexivas.
- *Espacios de contención emocional*: posterior a semanas de trabajo intenso, se utilizó el horario de autocuidado para hacer una revisión personal sobre las propias emociones, sensaciones y/o pensamientos generados a partir de laboratorios, experiencias o jornadas, buscando brindar un espacio seguro, de escucha y contención.
- *Co-creación de materiales*: de acuerdo a las necesidades de los laboratorios y/o experiencias, se apoyó la creación de materiales o recursos.

Logros:

Con respecto al trabajo realizado con NNJ, se logró fortalecer las habilidades socioemocionales, a partir de una mayor conciencia de su entorno, de su desarrollo y de la importancia del autocuidado físico y emocional. Asimismo, se lograron instalar espacios seguros y de confianza para la expresión de sus emociones.

En cuanto a la comunidad, se logró generar una vinculación significativa con Cecrea, dándose a conocer como un espacio de bienestar y cuidado para la comunidad de madres, padres, cuidadoras/es y profesionales del área de la educación.

Con relación al equipo, se logró instalar el cuidado de equipo como una instancia periódica dentro de la programación. En este contexto, se logró fortalecer la comunicación, resolución de conflictos y herramientas de autocuidado y manejo de estrés, avanzando al cuidado mutuo en el espacio laboral.

Un aspecto a destacar es el alto compromiso del equipo con el desarrollo del proyecto y con incluir el bienestar integral en cada área, experiencia y/o laboratorio. Esto se evidenció en su alta participación en todas las actividades. Si bien, las horas del proyecto eran acotadas y el alcance limitado, en cada reunión de planificación de las actividades mensuales se buscó incluir el concepto de bienestar para poder apoyar de forma directa o indirecta desde la experticia como profesional del área de la salud mental.

Además, destacó el esfuerzo del equipo por incluir a personas cuidadoras en las experiencias creativas, lográndose fomentar la creación de una red importante, con proyecciones de seguir trabajando y generando espacios para ellas/os, ya sea de autocuidado, y/o de entrega de herramientas para la crianza o la salud mental. En esta línea, se avanzó en fortalecer el vínculo con la comunidad, posicionando a Cecrea como un centro potenciador del bienestar.

Algunos productos desarrollados por el proyecto son: [MEDIDOR INTERNO](#), [LISTA S.O.S](#) y la [GUÍA BREVE DE CONTENCIÓN EMOCIONAL](#)

PROYECTO LOCAL COQUIMBO/ LA SERENA

Psicóloga: Edilia Bravo Carvallo

Objetivos planteados:

- Identificar las necesidades y expectativas de los facilitadores, la comunidad y los NNA en relación con el bienestar integral.
- Crear un programa que se adapte a las realidades locales, potenciando el bienestar de manera integral y sostenible.

Actividades realizadas:

1. Niñas, niños y jóvenes:

La psicóloga Edilia Bravo y el equipo Cecrea realizaron un trabajo con 196 NNJ entre 6 y 18 años residentes en sectores de Las Compañías, La Cantera, Guayacán y La Serena Centro, con quienes, en coherencia con el enfoque metodológico de Cecrea, se hicieron actividades como: semáforo de emociones, juegos cooperativos, dinámicas artísticas, prácticas de yoga y relajación, entrevistas breves, diario creativo, trabajo con metáforas y dinámicas grupales.

Las actividades realizadas fueron:

- *Laboratorios temáticos:* Se implementaron ciclos como "Re-Creo de Verano" y "La Flora Sonora del Desierto", con sesiones que abordaron temas como: regulación emocional, autocuidado, expresión artística, sexualidad, duelo, y bienestar físico y mental.
- *Escuchas Creativas:* Se realizaron para recoger la percepción de los NNJ sobre su bienestar, experiencias escolares, redes de apoyo y expectativas respecto a Cecrea.
- *Actividades simbólicas:* Como el "Árbol de las emociones", diario del bienestar, talleres de pintura, y actividad conmemorativa en honor a una participante fallecida, que reforzaron el sentido de comunidad, memoria y cuidado.
- *Salidas pedagógicas:* A la ribera del Río Elqui y playa Cuatro Esquinas, con el fin de promover el vínculo con la naturaleza, la calma y la experiencia colectiva.

2. Comunidad:

En esta línea de acción, se trabajó con más de 35 madres, padres y cuidadoras/es de NNJ, integrantes de Juntas de Vecinos (El Jardín, Isidoro Campaña), docentes y algunas redes intersectoriales. Las metodologías utilizadas incluyeron: conversatorios comunitarios, dinámicas de reflexión como “Mi caja de herramientas para cuidarme”, “Autorretrato emocional” y “Crianza en comunidad”. También técnicas de educación popular y trabajo comunitario, metodología Triple P. Además, para potenciar el trabajo colaborativo y situado, se hizo un levantamiento de necesidades mediante entrevistas breves, observación participante y co-diseño de estrategias con líderes locales.

Al respecto, las actividades fueron las siguientes:

- *Ciclo formativo para cuidadores/as*: instancia efectuada en la Junta de Vecinos El Jardín, en la que se abordaron temáticas vinculadas a la parentalidad positiva, el autocuidado, la comunicación respetuosa y estrategias de crianza no violenta.
- *Salidas familiares y comunitarias*: con la finalidad de promover el tiempo compartido, el bienestar comunitario y la reconexión entre generaciones, se realizaron visitas a entornos naturales cercanos, tales como el río y la playa.
- *Encuentros con redes intersectoriales*: para gestionar derivaciones en salud mental, diseñar protocolos de apoyo y ampliar el alcance del proyecto a través de alianzas, se establecieron alianzas de colaboración con algunas universidades y organismos públicos.
- *Talleres de sensibilización*: integrando las neurociencias, la salud mental, el arte y la creatividad, desde una perspectiva comunitaria, se realizó la jornada “Conexión de Saberes”.

3. Cuidado de equipo:

Con el propósito de fortalecer el bienestar en las y los integrantes del equipo Cecrea, la psicóloga Edilia Bravo realizó una evaluación diagnóstica, espacios de supervisión técnica individual y grupal, técnicas de autocuidado teórico-prácticas con foco en salud mental, estrés laboral, vínculos colaborativos y cultura organizacional saludable, utilizando dinámicas lúdicas y simbólicas, centradas en la escucha activa y la co-construcción del bienestar dentro del equipo. En estas actividades participaron 12 profesionales del equipo Cecrea.

Específicamente, el diagnóstico participativo incluyó entrevistas, reuniones de retroalimentación y ejercicios de priorización de necesidades. Esto fue complementado con la

aplicación de Maslach Burnout Inventory (MBI) para medir los niveles de desgaste profesional y orientar acciones de autocuidado.

A partir de lo anterior, se elaboró un Plan de Autocuidado 2025, con acciones individuales, colectivas y de formación, que incluyeron espacios reflexivos y jornadas recreativas semestrales. En esta línea, destaca la “Jornada de Cuidado Mutuo y Reconexión Emocional” llevada a cabo con las técnicas de Juego de cartas Body Up, Mapeo corporal de emociones y Palabra final. Asimismo, se efectuaron capacitaciones en Primeros Auxilios Psicológicos e intervención en crisis, desde un enfoque práctico aplicado a los desafíos del trabajo con NNJ.

Logros:

Uno de los principales logros fue el fortalecimiento de espacios seguros donde NNJ no solo participaron activamente, sino que también se apropiaron del espacio con espontaneidad en torno al aprendizaje, el juego, la expresión emocional y la construcción de vínculos afectivos con sus pares.

Este espacio de bienestar también se ve reflejado cuando las/os NNJ llegan a sus hogares, tal como señaló una cuidadora: *“Mi hijo llega cansado del colegio, pero cuando sabe que hay Cecrea, viene feliz, porque sabe que va a aprender algo nuevo”*. Las/os adultas/os reconocieron estas experiencias como instancias de aprendizaje profundo, que fortalecen lo emocional y lo valórico.

Las actividades reflexivas, como el uso del animómetro o las pausas activas también fueron clave para canalizar emociones, compartir preocupaciones y reforzar habilidades de autorregulación emocional.

Sobre la relación entre bienestar y salud mental, una participante reflexionó: *“La salud mental para mí es mantener en orden y saludable la mente, la forma de pensar, cómo uno gestiona sus sentimientos y reacciona ante estímulos”*. Estas dimensiones de la salud mental se ven fortalecidas a través de los laboratorios y experiencias creativas de Cecrea, impactando positivamente en el bienestar de quienes participan.

Otro ámbito relevante fue la mayor participación de cuidadoras/es en las actividades del proyecto, lográndose fortalecer la línea comunitaria. Esta apertura permitió abordar temas como la crianza positiva, el autocuidado y el fortalecimiento de vínculos afectivos desde una perspectiva reflexiva. Al respecto, una cuidadora expresó: *“Estamos en una sociedad que tiene sed de amor y conocimiento. Cecrea nos ayuda a entender cómo vivir bien, en comunidad y en respeto”*.

Asimismo, el proyecto visibilizó la importancia del autocuidado en mujeres cuidadoras como dimensión fundamental del bienestar comunitario. Una participante del ciclo Familia y Comunidad compartió: *“Nos enseñaron a darnos tiempo, a respirar, a descansar para poder cuidar mejor”*. También reflexionó sobre la necesidad de romper con la exigencia de perfección en la maternidad y sanar culpas heredadas: *“Nos olvidamos de lo más importante, que somos nosotras mismas”*. Su testimonio evidencia cómo el enfoque psicosocial del proyecto promovió transformaciones internas con impacto en las dinámicas familiares y comunitarias.

En cuanto a la comunidad, Cecrea permitió generar confianza entre vecinos y vecinas, propiciando el encuentro intergeneracional. Desde el reconocimiento de las emociones hasta la recuperación del juego colectivo, se instalaron procesos que fortalecieron el tejido social.

Respecto al equipo de trabajo, se fortalecieron las prácticas de autocuidado, reflexión colectiva y acompañamiento emocional. Entre los aprendizajes reconocidos destacan: *“las jornadas de autocuidado han servido para unirnos como equipo”*, *“aprender a conocernos mejor”* y la convicción de que *“todo empieza por el bienestar y el amor propio”*.

Uno de los aspectos más logrados por el proyecto fue su capacidad de adaptarse a las realidades locales, reconociendo las necesidades, tensiones y fortalezas de los territorios, y construyendo respuestas situadas desde el diálogo y la creatividad. Este enfoque permitió no solo avanzar en los objetivos trazados, sino también fortalecer los vínculos afectivos, pedagógicos y comunitarios que sustentan el trabajo cotidiano de Cecrea. La flexibilidad metodológica, sostenida por un equipo comprometido, sensible y con altas capacidades de articulación territorial, favoreció un trabajo horizontal y respetuoso con las particularidades de cada contexto. Las habilidades del equipo para generar climas de cuidado, sostener vínculos afectivos, y facilitar espacios expresivos y seguros para las infancias y juventudes, fueron claves en el éxito del proyecto.

Un aspecto muy interesante a destacar en la forma como se implementó el proyecto en esta región es el trabajo en red con organizaciones comunitarias como juntas de vecinos y bibliotecas comunitarias, además del vínculo de trabajo con universidades regionales, lo que hizo posible que el proyecto se integrará genuinamente en la vida cotidiana de las comunidades, promoviendo experiencias transformadoras de bienestar compartido. En esta línea, cabe mencionar que la capacidad de gestión de la psicóloga Edilia Bravo fue un elemento facilitador en el desarrollo de estas alianzas institucionales.

En este contexto, dos experiencias que destacaron por su impacto transformador fueron el laboratorio “Re-Creo de Verano” y el Ciclo Formativo “Crianza, Comuna y Creatividad”.

El laboratorio “Re-Creo de Verano” se estructuró en cuatro sesiones presenciales con el propósito de fomentar el autocuidado, la relajación y el bienestar emocional en un formato

creativo y en contacto directo con la naturaleza. A través de ejercicios de respiración consciente, diarios de bienestar, dinámicas artísticas y corporales, las y los participantes accedieron a herramientas concretas para el manejo del estrés y la regulación emocional. Un momento especialmente significativo fue la salida pedagógica a la ribera del río Elqui, donde se realizaron actividades de observación consciente, fotografía y yoga al aire libre, facilitando la vivencia de la naturaleza como recurso terapéutico.

Por otro lado, el Ciclo Formativo “Crianza, Comuna y Creatividad” se dirigió a cuidadoras/es, ofreciendo un espacio seguro y participativo para reflexionar sobre los desafíos de la crianza y la corresponsabilidad comunitaria. Desarrollado en cinco sesiones, combinó momentos de conversación profunda con dinámicas lúdicas y expresivas, abordando temáticas como la comunicación respetuosa, el autocuidado en la parentalidad, la empatía y la importancia del entorno en el desarrollo de la infancia. Entre las actividades más valoradas se encuentra la creación de una “caja de herramientas para cuidarme”, la escritura de cartas personales, y ejercicios de relajación, los cuales resignificaron el cuidado propio como una práctica necesaria.

Uno de los productos elaborados durante la ejecución del proyecto es el [Kit de autocuidado](#).

PROYECTO LOCAL LA LIGUA

Psicólogas:

Paulina Bernal Morales

Javiera Aguilera Hernández

Objetivos planteados:

- Fortalecer la capacidad de agencia y autorregulación de NNJ participantes del proyecto Bienestar Integral Comunitario.
- Fortalecer el ambiente seguro y de respeto del Cecrea de La Ligua, mediante estrategias participativas vinculantes y colaborativas con NNJ del consejo Cecrea.
- Fortalecer un sistema de cuidados respetuoso y amoroso mediante relaciones colaborativas entre las personas que participan y forman parte de la comunidad Cecrea.
- Potenciar las herramientas psicoemocionales de autorregulación y de autocuidado en el equipo Cecrea, desde una perspectiva de cuidado y de derechos.

- Fortalecer las herramientas de cuidado colectivo en el equipo Cecrea, por medio de instancias de contención.

Actividades realizadas:

1. Niñas, niños y jóvenes:

En una primera etapa del proyecto, la psicóloga Paulina Bernal trabajó promoviendo el bienestar mediante la exploración sensorial como canal para el autoconocimiento. Su trabajo fue altamente valioso para las/os NNJ, donde también participó en laboratorios y experiencias creativas. Posteriormente, se integró al equipo la psicóloga Javiera Aguilera, quien articuló nuevos espacios de laboratorio para NNJ.

- *“Rincón del bienestar”*: espacio de Cecrea organizado en diferentes rincones que proporcionaban materiales textiles, sonoros, visuales y audiovisuales que, de forma guiada, fomentaban la exploración creativa y la conexión con las emociones.
- *Encuentro del consejo de NNJ*: instancia con enfoque participativo y flexible, utilizando herramientas conversacionales que permitieran sostener un espacio significativo de expresión a pequeña escala.
- *Enojómetro*: espacio sonoro instalado en Cecrea que consistió en un sistema de medición del volumen de los gritos emitidos por NNJ, entregando recomendaciones sobre cómo canalizar la emoción del enojo en función del nivel alcanzado.
- *Experiencia creativa “Cartografía del Cecrea”*: sesión de bienestar que consistió en hacer una cartografía del Cecrea, identificando los espacios seguros e inseguros y propuestas para habitarlo de manera más amena.
- *Experiencia creativa “Instrumento de la calma”*: sesión de bienestar que consistió en construir colaborativamente un instrumento sonoro utilizando tubos de cortinas.
- *Experiencia creativa “Tobogán de problemas”*: sesión de bienestar en que las/os NNJ trabajaron colectivamente en la construcción de una estructura por la cual podían lanzar papeles con sus problemas escritos, simbolizando su liberación.
- *Experiencia creativa “Cocina cooperativa”*: sesión en que las/os NNJ cocinaron comida saludable de forma colaborativa, compartiendo material y distribuyendo tareas, con el objetivo de compartir lo preparado con personas significativas para las/os NNJ.

- *Actividad “¿A qué le temes?”*: en el marco de la celebración de Halloween, se realizó una jornada en que participaron NNJ y todas/os las/os integrantes de Cecrea insertando en un buzón anónimo sus respuestas a esta pregunta, para posteriormente reflexionar acerca de ello.
- *Experiencia creativa “Abanico de miedos”*: sesión de bienestar centrada en la emoción del miedo, en la que a través de la confección de un abanico, se invitó a NNJ a expresar sus temores, mediante escritura o dibujo, promoviendo la conversación en torno a sus causas, experiencias y formas de afrontamiento.
- *Celebración de Navidad*: en el contexto de esta conmemoración, se realizó un trabajo articulado con el para de tecnología para propiciar la reflexión a partir de un ciclo de cortometrajes.
- *Experiencia creativa “Ruleta emocional”*: dos sesiones de bienestar en la que NNJ diseñaron colectivamente una ruleta que, al girarla, invitaba a conversar sobre la emoción que salía sorteada y su identificación con las partes del cuerpo.
- *Experiencia creativa “Circuito de actividades físicas”*: sesión de bienestar centrada en la relajación grupal y el vínculo con el cuerpo.
- *“Club de Cine”*: a partir de una película, se propició una reflexión colectiva sobre las resonancias personales.
- *Laboratorio “Cazadores de sueños urbanos”*: mapeo colectivo de la ciudad, identificando lugares seguros e inseguros.
- *Laboratorio “Juguetes hermostruos”*: proceso de intervención y transformación de juguetes, dando forma a tres juegos monstruosos mediante un trabajo colectivo y creativo.
- *“Espacio de la calma”*: decoración de un espacio de calma en Cecrea con elementos diseñados por NNJ, mediante un proceso previo de definición de acuerdos. Posteriormente, se realizaron sesiones de relajación en dicho espacio y se promovió la creación de proyectos por parte de NNJ para potenciar su propósito.

2. Comunidad:

El trabajo con la comunidad fue de lenta convocatoria; tras varios intentos por motivar la participación de familias y cuidadoras/es, se logró iniciar un trabajo de acercamiento al Cecrea.

- *Sesión de contención*: sesión grupal con mujeres cuidadoras que confeccionaron un abanico con frases de contención colectiva, favoreciendo el intercambio de experiencias y el apoyo mutuo.
- *“Taller de cianotipia”*: dos sesiones en torno a esta técnica fotográfica, con la participación de NNJ y sus familias, para fomentar la creatividad y la reflexión colectiva en un marco de aprendizaje colaborativo.
- *Jornada con dirigentes de Juntas de Vecinos*: jornada de actividades participativas de activación y conversación grupal, en la que se abordaron temas de interés común para la comunidad. La actividad se cerró con una once compartida, lo que permitió estrechar lazos y generar un ambiente de colaboración y confianza entre los participantes.

3. Cuidado de equipo:

- *Sesión de autocuidado*: instancia en la que participaron todas/os las/os integrantes del equipo Cecrea en la que se abordó el desarrollo infantil y la importancia del buen trato en el vínculo con NNJ.
- *Capacitación en metodología A.M.A.R.*: dos sesiones sobre esta metodología del psicólogo Felipe Lecannelier, utilizando una metodología participativa y de intercambio de ideas acerca del desarrollo emocional.
- *Taller de autocuidado de equipo*: sesión para el equipo coordinador y las/os facilitadoras/es, en la que se desarrollaron técnicas de relajación para reducir el estrés.
- *Taller de autocuidado de equipo al personal de aseo y seguridad*: sesión basada en actividades lúdicas mediante las cuales se trabajó la asertividad en el ejercicio del rol laboral.
- *Jornada de autocuidado cierre de año*: jornada orientada a fortalecer la cohesión del equipo a través de dinámicas lúdicas y el uso de la escritura colectiva, compartiendo reflexiones sobre el ciclo trabajado y las experiencias del año. La jornada permitió al equipo hacer una revisión conjunta de lo aprendido y establecer metas para el próximo ciclo.
- *Jornada de autocuidado de inicio de ciclo*: jornada de intercambio de expectativas para el nuevo ciclo, con foco en el autocuidado y el trabajo colaborativo.

Logros:

Una de las características más relevantes y distintivas del proyecto en la región fue la instalación progresiva de una cultura de cuidado dentro del espacio Cecrea, tanto hacia las/os NNJ como hacia el propio equipo. Este proyecto propuso de manera intencionada abrir espacios de escucha, contención y bienestar que atravesaran transversalmente todas las líneas de acción. La posibilidad de detenerse, compartir experiencias y pensar colectivamente sobre el bienestar fue valorada por el equipo, por lo que se considera que el mayor valor del proyecto radica en haber sembrado una práctica de cuidado mutuo como parte esencial del quehacer cotidiano, y no como algo accesorio o adicional. Esto marca una diferencia cualitativa en la forma de implementar políticas públicas desde una perspectiva sensible, situada y transformadora.

Una de las actividades más significativas del proyecto fue la jornada de cierre de año en Cecrea, centrada en el autocuidado y cierre de ciclo del equipo. Esta instancia se destacó no solo por su contenido, sino también por el alto nivel de participación y el impacto emocional y relacional que generó en quienes formaron parte. La jornada resultó especialmente gratificante, ya que permitió reunir al equipo en su totalidad, en un contexto de pausa y reconexión que favoreció la reflexión colectiva, el juego y el reconocimiento mutuo.

Algunas Imágenes que reflejan el trabajo realizado son el [Rincón del bienestar](#), el [Tobogán del bienestar](#) y la [Ruleta de las emociones](#).

PROYECTO LOCAL SAN JOAQUÍN

Psicóloga:

Gabriela Villalobos Salas

Carolina Muñoz Lepe

Objetivos planteados:

- Contribuir al bienestar integral comunitario de CECREA RM a través del desarrollo y fortalecimiento de la identidad personal e identidad con la comunidad.
- Desarrollar la creatividad con NNJ a través de la identificación de sí mismos y reconocimiento de sus pares como personas importantes para el bienestar comunitario.
- Potenciar las relaciones de colaboración en la comunidad desde su sentido de pertenencia e identidad comunitaria.
- Fortalecer el vínculo en equipos CECREA a través del reconocimiento de los compañeros/as de trabajo, identificación de situaciones difíciles de abordar dentro del quehacer laboral.

Actividades realizadas:

1. Niñas, niños y jóvenes:

Las actividades realizadas con NNJ se iniciaron con el trabajo de la psicóloga Gabriela Villalobos, quien levantó las diferentes áreas del proyecto. Luego, se integró la psicóloga Carolina Muñoz, quien vivió junto al equipo la etapa de transición hacia una nueva infraestructura. Ambas dieron vida al proyecto mediante las siguientes actividades, en las que participaron aproximadamente 90 NNJ.

- Acompañamiento a laboratorios efectuados en espacios escolares, como Escuela básica SS Juan XXII (Laboratorio *Partituras de la luz*, Festival de música, etc.); en Parque Victor Jara (Laboratorio *Skatepark*). Trabajo conjunto con facilitadora de danza y movimiento en laboratorio *Lo que se siente en el Cecrea*).
- Promoción de instancias de bienestar en espacios escolares como: stand en Centro educacional San Joaquín (Experiencia de bienestar en día de la niñez); experiencia en huerto urbano escolar (laboratorio *Cultivando Consciencia*), en Junta de vecinos (laboratorio *Aventurándonos en el bienestar* y laboratorio *Jugando y creando*).
- Acompañamiento en *Laboratorio de escondites*, experiencias creativas en torno a sustentabilidad (cuidado del agua), exploración de instancias de juego espontáneo, laboratorio *Casas flotantes*, laboratorio *Títeres en acción*, laboratorio *Construcciones sustentables*, laboratorio *Trazos naturales*, laboratorio *Robots de cartón*.
- Realización de actividades de bienestar para NNJ: experiencia creativa durante el día de San Valentín, laboratorio *Alquimistas del Jardín* y laboratorio *Dejando Huellas*. En estas instancias se realizaron experiencias lúdicas y participativas a través de manualidades, y experiencias con elementos de naturaleza (plantas, agua, etc.).

2. Comunidad:

En esta línea de acción, se realizó un acompañamiento a una actividad comunitaria realizada con la junta de vecinos del sector Las Industrias II. En las instancias realizadas para la comunidad, se estima una participación aproximada de 100 personas.

3. Cuidado de equipo:

En este ámbito, se buscó fortalecer la reflexión y los vínculos al interior del equipo Cecrea, mediante las siguientes instancias:

- Participación en capacitación *Habitando la neurodiversidad*.
- Acompañamiento al equipo en capacitación al Museo de la Memoria y a una capacitación sobre metodologías participativas en espacio CECREA.
- Facilitación de instancias de reflexión con equipo sobre percepciones de avances, sensaciones, problemáticas, conversación acerca de metodologías y dinámicas, entre otras.
- Dos instancias de trabajo de autocuidado con sus integrantes.

Logros:

De los tres ejes de acción, el proyecto dio prioridad a la línea de trabajo con NNJ, en la que se aprecian logros en cuanto a una mayor adhesión a las experiencias y al espacio Cecrea, fortalecimiento del sentido de pertenencia, mejora en las dinámicas interpersonales entre NNJ, y una mayor confianza y vínculo de NNJ con adultos/as del equipo Cecrea. También se destaca como significativa la apertura e instauración de los días viernes como *“un día para el bienestar”* y la cohesión que se fue logrando en los grupos: *“Formar ese núcleo que se formó acá que ahora tú ves muy cohesionado, eso es lo que pasó en la Junta de vecinos con el laboratorio de bienestar (...) De ahí partieron los liderazgos”*.

Por otra parte, el proyecto acompañó el período de transición en el que el Cecrea ocupó otros espacios comunitarios, previo a contar con un espacio propio. En este contexto, desde el proyecto hubo participación en la construcción de los primeros grupos de NNJ que al día de hoy son parte de Cecrea. En palabras de un integrante del equipo: *“Bienestar vivió esta transición también, igual que nosotros, de adaptarnos a otros espacios, donde son otros los dueños de casa, a ser nosotros los dueños de casa y comprender otras complejidades”*.

El proyecto fue un aporte al enriquecimiento de las miradas sobre las temáticas de bienestar. En este sentido, se aprecia el valor de las intervenciones de bienestar como posibilidades para la observación y comprensión de las dinámicas de los NNJ, así como también una alternativa a abordarlas en sus aspectos dilemáticos. *“Entonces también ahí nos vamos dando cuenta de cómo los NNJ resuelven sus conflictos, como tensionan otros, como desafían algunas cosas (...) Yo creo que este programa de bienestar a mí me genera... la importancia de que continúe, porque son trabajos bien complejos que no se superan con una sesión, si no que aparecen, desaparecen, vuelven a aparecer”*.

El proyecto es valorado como instancia que construye rutas de sentido a lo que se experimenta en Cecrea en distintos niveles de su implementación. Así, se reconoce la relevancia de las diversas instancias de reflexión que se desarrollaron durante todo el proceso. Al respecto, otra integrante del equipo reflexiona: *“Los NNJ que participaban en las actividades el año pasado, son los mismos que participan ahora pero se han sumado más (...) Hay grupos súper consolidados que vienen de afuera incluso a encontrarse acá dentro del espacio, y se suman otros niños que quizás no tienen los mismos intereses, no tienen las mismas edades, y eso también va generando desencuentro entre ellos, dentro del espacio. Creo que el proyecto de bienestar tiene ese énfasis de poder ayudar, en el caso de la región Metropolitana, a ver cómo se van delimitando tanto los acuerdos de convivencia, los acuerdos del espacio, pero también todo esto que tiene que ver con las relaciones interpersonales, lo que viene de afuera, con quien vivo con quien no vivo... Esa interacción también se da acá, todo lo que está afuera también viene.... El rol de quien cumpla el proyecto de bienestar es precisamente ir leyendo todo eso, ir pudiendo encontrar todos estos elementos que tienen que ver con la interacción y que influyen directamente en cómo se ejecutan las experiencias”*.

Algunas imágenes del trabajo realizado son: Afiche laboratorio [Alquimistas del jardín](#) y afiche laboratorio [Dejando huellas](#).

PROYECTO LOCAL PICHIDEGUA

Psicóloga: Consuelo Alegría Peña

Objetivos planteados:

- Fomentar el liderazgo y la participación activa: Facilitar espacios donde los NNJ puedan registrar ideas y necesidades para la recuperación del Cerro 21 de Mayo, promoviendo su empoderamiento como agentes de cambio en la comunidad.
- Crear un ambiente seguro y de pertenencia: Implementar actividades lúdicas y de integración que fortalezcan la identidad colectiva y mejoren el bienestar emocional de los NNJ.
- Facilitar el entendimiento y la comunicación: Organizar reuniones informativas donde los cuidadores/as puedan comprender mejor las acciones y objetivos de Cecrea, así como expresar sus expectativas y sugerencias para mejorar las actividades destinadas a los NNJ.
- Promover el autocuidado y la conexión comunitaria: Ofrecer sesiones prácticas de crianza respetuosa y actividades de autocuidado, como yoga o meditación, para fortalecer el bienestar personal y comunitario.

- Fortalecer el trabajo en equipo y la colaboración en el equipo Cecrea: Implementar actividades mensuales que promuevan el compañerismo y la resolución de problemas colectivos, asegurando un ambiente de trabajo positivo y eficiente.
- Desarrollar habilidades de facilitación y liderazgo en el equipo Cecrea: Capacitar al equipo en técnicas de facilitación que permitan una participación inclusiva y efectiva de todos los actores involucrados en las actividades de Cecrea.

Actividades realizadas:

1. Niñas, niños y jóvenes:

En el trabajo realizado con NNJ, la psicóloga Consuelo Alegría y el equipo Cecrea alcanzaron una cobertura de 36 niñas, niños y jóvenes mediante las siguientes actividades:

- *Laboratorio “Fiesta del Amor”*: 2 sesiones en que se utilizaron estrategias de co-diseño, el uso constante de desbloques creativos, dinámicas de trabajo en equipo y el uso del arte, pintura, y manualidades, así como el acercamiento a la naturaleza. Las temáticas principales fueron: motivación, trabajo en equipo, bienestar emocional y buen vivir.
- *Acompañamiento al “Club Apaño”*: 10 sesiones de apoyo al trabajo realizado en esta instancia, correspondiente al Consejo de NNJ.

2. Comunidad:

Se realizaron las actividades *“Retrato de Raíz”* y *“Mirando mi Niñez”*, junto con la actividad abierta a la comunidad *“Enamórate de ti mism@”*. Las/os participantes principales de las actividades fueron 10 cuidadoras/es de NNJ. Las principales estrategias metodológicas fueron actividades que incluyeran escucha activa, técnicas de mindfulness, pintura y manualidades, juegos y creación de espacios en los que compartir en conjunto. Existió también acompañamiento en actividades de la comunidad propuestas dentro del espacio, las cuales, si bien no cuentan como parte del proyecto bienestar, se efectuaron eficazmente.

3. Equipo Cecrea:

Se realizaron 8 actividades de desbloqueo durante las reuniones de equipo y dos sesiones más extensas para fomentar la cohesión y comunicación entre sus integrantes, así como la reducción del estrés. Las/os participantes fueron el equipo de facilitadoras/es y encargadas del programa. En cuanto a las metodologías, se utilizó el juego, juegos de mesa, prácticas de

mindfulness, técnicas de respiración, creación de narraciones artísticas y actividades dinámicas orientadas a promover el trabajo en equipo. En cuanto a temáticas trabajadas, se abordó el estrés, el trabajo en equipo, la comunicación, promoción del bienestar y la convivencia laboral.

Logros:

En la línea de trabajo de NNJ, se destaca la innovación en las actividades, la orientación que estas tuvieron hacia el autoconocimiento y la participación activa del grupo.

Respecto al ámbito de la comunidad, se trabajó en el levantamiento de la red de cuidadoras/es, quienes fueron de apoyo para algunas actividades realizadas en Cecrea y lograron participar de sesiones especializadas para ellos. Este grupo es una oportunidad para fortalecer la vinculación con las familias e integrarlas a nuevas actividades, puesto que expresaron su interés de continuar participando en otras instancias.

En cuanto al trabajo con el equipo Cecrea, se evidenció una mejora del clima laboral y una mayor capacidad del trabajo en equipo. Se abordaron temáticas internas que no se hablan en otros espacios y se valoró la buena disposición por parte de la mayoría de las/os integrantes del equipo por participar.

Resulta importante destacar que el Cecrea Pichidegua logra un ambiente sumamente acogedor en el desarrollo de su quehacer. La labor es efectuada con disfrute por sus integrantes y existe un constante intercambio de ideas, en el marco de un equipo que promueve las actividades colaborativas.

Algunas imágenes de las actividades realizadas son: [Fiesta del Amor](#) y [Enamórate de ti mismx](#).

PROYECTO LOCAL LOS ÁNGELES

Psicólogo: Lukas Julio Rojas

Objetivos planteados:

- Favorecer el reconocimiento y expresión de vivencias, emociones y sentimientos asociados al territorio y operaciones que NNJ, Comunidad y Equipo de Cecrea.
- Promover la identificación de los aspectos colectivos a nivel corporal y territorial que subyacen a la producción de los malestares individuales.
- Potenciar el desarrollo de habilidades, capacidades y recursos que favorezcan el desarrollo de estrategias de autocuidado a nivel individual y colectivo

Actividades realizadas:

1. Niñas, niños y jóvenes:

Las actividades desarrolladas con NNJ fueron 3 Laboratorios Creativos: *“Colapsonautas”*, *“Mundos de Papel”*, *“Manifestaciones Coreográficas”* y 2 Experiencias Creativas: *“Observatorios de Nubes”*, *“Lenguajes del Cuerpo”*. El planteo didáctico y metodológico que se fomentó se apoyaba en los principios de la sensibilidad ética y estética de la condición humana. Se trabajó con diferentes dispositivos y métodos que permiten la integración experiencial del bienestar integral a través de la práctica somática y reflexiva, en convergencia con las diferentes áreas del programa. Se enfatizó en atender a los emergentes vinculares y grupales, las capacidades somáticas, expresivas y creadoras desarrolladas en las diferentes propuestas y a través de distintas áreas de trabajo experiencial. En este sentido, a través de lenguajes artísticos mixtos (teatro físico, danza teatro, danza contemporánea, escritura creativa, pintura, collage, música, danza, escritura creativa, entre otras), NNJ fueron incentivadas/os a conectar con sus emociones, expresar experiencias y fortalecer su capacidad de comunicación, en función de fomentar la creatividad y la vitalidad a través de la creación artística, mejorando el bienestar emocional, sin las barreras del aislamiento o la exclusión que los niños, niñas y jóvenes manifiestan en diversos contextos de educación y/o recreación.

Estos laboratorios estuvieron diseñados para mejorar el bienestar de los NNJ mediante el refuerzo de la identidad social, la creatividad y la expresión emocional, al mismo tiempo que se busca reducir el estigma relacionado con la salud mental y las neurodivergencias, fomentando espacios en que se preserve la diversidad y la diferencia, y se incentive a crear formas de estar juntas/os. En estas instancias participaron aproximadamente 60 NNJ.

2. Comunidad:

En la línea de acción referida a la comunidad, se realizaron 6 jornadas para la comunidad educativa de Escuela Esperanza. Estas actividades se programaron a propósito del Nodo que Cecrea estaba comenzando con la Escuela, donde se indagó en la necesidad de espacios de bienestar para las/os integrantes de esta comunidad. En ese sentido, el diseño metodológico respondió a la visión de crear un espacio donde la creatividad y el pensamiento relacional se convierte en un medio para mejorar la comunicación, fomentar la resiliencia y promover la humanización del trato. Además, se buscó poner de relieve la importancia de los recursos artísticos y culturales de la comunidad, vinculando sus experiencias en la escuela con el diseño de las sesiones, fortaleciendo el sentido de pertenencia y la cohesión social dentro de la relación entre Cecrea y la comunidad educativa.

El desarrollo metodológico se centró en un espacio para la creación e improvisación a través de distintos recursos artísticos (teatro, danza, psicodrama, escritura, artes vivas), donde la búsqueda fue encontrar espacios para sentirse desde el silencio, la vibración del cuerpo, la

respiración, la escucha interior, en función de crear un espacio de indagación profunda personal que luego se pone en relación hacia lo colectivo, desde el gesto, la relación con materialidades, el movimiento y la expresión para habitar de forma colaborativa el espacio. En cada sesión se realizaron espacios de integración verbal en las que se buscó relevar aspectos que pudiesen ser replicados en otros contextos o relaciones, buscando extrapolar los estados vividos en las jornadas de bienestar, al lugar de trabajo y desempeño. En estas jornadas participaron 30 personas, aproximadamente.

3. Cuidado de equipo:

Con el equipo Cecrea, se realizaron 4 jornadas de bienestar integral, en las cuales participaron todas/os las/os integrantes del equipo. Estas actividades utilizaron herramientas metodológicas de carácter transdisciplinar, en función de consolidar un aprendizaje que aspira a un conocimiento relacional, complejo, inacabado, pero aspira al diálogo y a la revisión permanentes. Las propuestas privilegiaron el conocimiento que surge de la experiencia y que hace conexión con la vida, con el trabajo, con la creatividad, con el bienestar, con las estéticas del existir como arte de vivir y con un proceso de aprendizaje que es capaz de hacer visible algo porque atañe a un crear(se), cuidar(se), pensar(se) y a un saber de sí mismo y del colectivo/equipo de trabajo. La planificación de actividades se basó en la experiencia de conocimiento mutuo con el equipo, indagando en sus impresiones del proceso de bienestar anterior, sus expectativas actuales y sus motivaciones grupales respecto del trabajo colectivo.

En ese sentido, el equipo Cecrea manifestaba altos niveles de preocupación por las contingencias laborales que producían estrés y conflicto frecuente, además del esfuerzo por brindar un adecuado proceso creativo, artístico y pedagógico a NNJ. En función de develar las condiciones del agotamiento emocional y la disminución del sentido de logro, el arte y la somática emergieron como herramientas eficaces para la regulación emocional, la resiliencia y la prevención del agotamiento en entornos de alta demanda. De este modo, las sesiones ofrecieron un espacio seguro donde las/os profesionales pudieron procesar su experiencia a través de lenguajes artísticos, exploración psicocorporal y narrativas expresivas. Se emplearon herramientas de la arteterapia, el embodiment, las prácticas somáticas y la narración creativa para fortalecer la resiliencia y la identidad en contextos de crisis.

Logros:

El proyecto logró instalar espacios sistemáticos de cuidado y bienestar en los tres niveles de acción: NNJ, Comunidad y Equipo Cecrea. En el trabajo con NNJ, las experiencias y laboratorios creativos permitieron a las y los participantes expresar tensiones psicoemocionales y construir narrativas de autocuidado desde la creatividad, además de considerar el área de bienestar como

un área de integración artística, integrando la perspectiva somática, la intermodalidad artística y la transdisciplinariedad en el proceso de creación y de relación con otros/as.

En el nivel comunitario, se logró un compromiso activo en las jornadas por parte de la comunidad educativa de la Escuela Esperanza, fortaleciendo la comunicación afectiva, las prácticas colaborativas y la reflexión sobre convivencia, además de que ha destacado la necesidad de seguir vinculándose con el programa y generando espacios de bienestar en su espacio de trabajo. En palabras de un docente: *"Creo que estas actividades nos permiten reconocernos en nuestra humanidad, más allá de los roles. Volver al juego, a la risa, a la pausa, un espacio que nos reencanta con nuestra vocación"*. En el Equipo Cecrea, se consolidaron instancias de reflexión corporal y emocional que facilitaron la cohesión grupal y el reconocimiento de tensiones laborales.

Una de las características más relevantes del proyecto en la región fue la integración profunda entre artes corporales, prácticas somáticas y metodologías terapéuticas, lo cual permitió abrir un espacio inédito de exploración psico-corporal dentro del ecosistema Cecrea. El enfoque relacional y transdisciplinar propuesto facilitó que NNJ, comunidad y equipo pudieran vivenciar el bienestar no como un ideal externo, sino como una práctica situada, encarnada y sensible. A través del movimiento, la imaginación y la creación artística, se logró abordar malestares individuales y colectivos de forma creativa, reconociendo la dimensión emocional y vincular del territorio. Esta propuesta metodológica, inspirada en la pedagogía somática y la psicología fenomenológica, aportó una mirada complementaria a la estructura programática de Cecrea, mostrando que es posible generar experiencias transformadoras cuando el cuerpo, el sentir y la escucha profunda son puestos en el centro del proceso educativo y creativo.

En este contexto, el laboratorio "Manifestaciones Coreográficas" realizado con NNJ se considera especialmente significativo debido a que se pudo cumplir con toda la metodología y modelo del programa, además de integrar de forma óptima la convergencia entre artes escénicas y bienestar, desarrollando un laboratorio que reportó significados de integración y elaboración emocional asociados al lenguaje artístico propuesto. A través de prácticas corporales, ejercicios de imaginación y construcción de paisajes emocionales, las y los jóvenes pudieron identificar sus tensiones internas y del entorno, utilizando desarrollos conceptuales y prácticos propios de la danza como la kinesfera, abordaje concreto del espacio personal, del movimiento y de la relación con el entorno.

Algunos productos elaborados durante el proyecto son: [Collage Laboratorio Colapsonauta](#), [Cuaderno colectivo de experiencias corpo-emocionales](#) y [Partitura colectiva de movimiento](#).

PROYECTO LOCAL VALDIVIA

Psicóloga: Macarena Palau Cabrera

Objetivos planteados:

- Desarrollar habilidades emocionales y de manejo del estrés en los distintos actores del Cecrea Valdivia, además de potenciar la convivencia positiva en el Centro, las familias y los equipos.
- Promover el desarrollo del conocimiento sobre el propio cuerpo en NNJ.
- Favorecer el reconocimiento de los propios límites en NNJ.
- Promover el respeto y buena convivencia entre pares.
- Generar relaciones más profundas entre Cecrea y personas cuidadoras/es.
- Identificar los intereses, motivaciones y preocupaciones de las/os cuidadoras/es en torno a los NNJ.
- Promover el autocuidado y el desarrollo de herramientas emocionales para las/o cuidadoras/es de NNJ.
- Apoyar el quehacer del equipo Cecrea.
- Fortalecer el autocuidado en las/os integrantes del equipo Cecrea.
- Capacitar al equipo Cecrea en el manejo de situaciones de riesgo para NNJ.

Actividades realizadas:

1. Niñas, niños y jóvenes:

Durante gran parte del proyecto, no habían facilitadoras/es en el equipo Cecrea, por lo que la psicóloga Macarena Palau en conjunto con las coordinadoras de este, enfrentaron el desafío de levantar un conjunto de actividades en las que participaron aproximadamente 50 NNJ:

- *Laboratorio “BosqueSentido”*: Laboratorio consistente de 3 sesiones con niños y niñas de 7 a 10 años, dentro del cual se exploró el cuerpo y las emociones, se visitó el Parque Urbano El Bosque en Valdivia, y se relacionó el estar en la naturaleza con el bienestar

corporal y emocional. Después, se realizó un trabajo en arcilla sobre la figura corporal y la representación de cómo nos sentimos en el mundo, para luego introducir estas creaciones en un contexto que representara el entorno natural.

- *Experiencia creativa “Mi superpoder emocional”*: Instancia para niñas y niños entre 7 y 10 años, en la que se habló sobre las emociones y dificultades que a veces se enfrentan en el día a día, las cosas que no nos hacen sentir bien, etc. Luego se trabajó en torno a los elementos de nuestra vida que sí nos hacen sentir bien, nos dan fortaleza, etc, para luego elaborar un amuleto que represente aquello que nos da bienestar y las herramientas que cada uno tiene para enfrentar experiencias difíciles.
- *Residencia creativa “En busca de mundo no-humanos”*: Proceso con la artista Emilia Duclos, en el cual, desde la temática de seres microscópicos y el mundo de las bacterias, se introdujo la temática de la colaboración y el trabajo en equipo.
- *Jornada con NNJ sordos/as*: Espacio realizado en conjunto con la organización Lóbulo Temporal, donde se invitó a NNJ sordos/as y sus familias a conocer Cecrea, transmitir las temáticas que les interesan, y generar comunidad.

2. Comunidad:

- *Taller “Cuidar al que cuida”*: Taller orientado a madres, padres y cuidadores de NNJ con diagnóstico o sospecha de TEA, para abordar las dificultades emocionales que pueden vivirse en el día a día de cuidados, y desarrollar herramientas de autocuidado para ellos/as mismos/as. Participaron 10 personas cuidadoras/es.

3. Cuidado de equipo:

- *Sesiones de relajación y autocuidado*: Espacio de entrega de herramientas de autocuidado y de reflexión sobre el quehacer dentro del equipo. Se realiza trabajo sobre los deseos de cada uno/a para el año, técnicas de percepción corporal e imaginación, ejercicios de respiración, entre otros.
- *Correos con tips*: Se envían distintos correos electrónicos al equipo con infografías y tips sobre distintas temáticas, como ejercicios de respiración breves para la oficina, la importancia de la gratitud entre compañeros de trabajo, y elementos para desconectarse del estrés laboral en el hogar.

- *Jornada de autocuidado de inicio de año:* Se realizan dos sesiones de jornada de autocuidado de inicio de año, donde se trabaja en dinámicas de equipo, el rol que cumple cada uno, lo que se valora de los distintos compañeros de trabajo, las dificultades que cada uno debe abordar personalmente, y los elementos que ayudan a cada uno a enfrentar de mejor maneras las dificultades que pueden enfrentar.
- *Apoyo en elaboración de laboratorios:* Se participa de reuniones con los facilitadores para integrar elementos de salud mental y bienestar integral a los distintos laboratorios que están planificando. Esto para incluir esta temática a pesar de no poder participar la psicóloga directamente en cada laboratorio.
- *Formación en manejo de situaciones de crisis:* Actividad de dos sesiones con los facilitadores, con el fin de trabajar en torno al manejo de situaciones de riesgo suicida y develación de abuso, elaborar herramientas para estas situaciones. Se desarrolla a través de presentación, discusiones, y de role-playing.

Logros:

En el trabajo con NNJ, se logra fortalecer el reconocimiento del propio cuerpo y las propias emociones, así como el desarrollo y exploración del cuerpo en su relación con el entorno natural. También se vio favorecida la buena convivencia entre pares, construyendo relaciones de colaboración y valoración del trabajo de otras/os. Adicionalmente, se pudieron realizar algunas instancias de autocuidado y relajación para los NNJ dentro de algunos laboratorios. Y, además, se desarrollaron las habilidades manuales como canal de expresión.

Con respecto al trabajo con la comunidad, se logra favorecer el autocuidado y el desarrollo de herramientas emocionales en cuidadoras/es de NNJ que participan en el Cecrea.

En cuanto al equipo Cecrea, se logra brindar apoyo a sus integrantes en jornadas específicas de trabajo; también se realizan experiencias de relajación y autocuidado que favorecen la entrega de herramientas para aplicar desde ellas/os mismas/os en diversas situaciones. Además, se adquieren conocimientos sobre el abordaje de situaciones de crisis y vulneración de derechos de NNJ.

Una característica que destaca del proyecto en la región fue la interacción del bienestar integral con el entorno natural, generando una interrelación entre el cuerpo, la mente y el espacio de la naturaleza. Así, se trabajó con los NNJ el respeto a los límites ajenos y a los propios límites, lo que se pudo vincular con el respeto a los demás seres vivos como flora y fauna. Además, se trabajó con el equipo en espacios naturales y con la expectativa de tomar esta como

un recurso para el autocuidado. Este aspecto es importante en cuanto logra desarrollar las acciones desde una metodología de convergencia incluyendo la corporalidad y el medioambiente.

Esto lleva a un entendimiento aún más amplio del bienestar, comprendiendo el habitar en nuestro entorno como un aspecto relevante a considerar, y la convivencia con el medioambiente como algo que también debe ser cuidado para una vida sana y un bienestar integral. Un integrante del equipo señala: *“Es el único proyecto que es adaptativo, que está en sintonía, que no es impositivo (...) Es lindo, porque lo fuimos como moldeando entre todos”, “es un proyecto que da tranquilidad y seguridad”*.

Uno de los productos elaborados durante las actividades es el [Alfabeto de la gratitud](#).

PROYECTO LOCAL CASTRO

Psicóloga: Valentina Mellado Varas

Objetivos planteados:

- Promover el bienestar subjetivo de los y las NNJ, fortaleciendo su capacidad de gestión emocional en aspectos tales como: reconocimiento de las propias emociones, pensamientos y conductas desadaptativas y generar estrategias de cambio.
- Fortalecer las herramientas de cuidado de equipo en las/os integrantes de Cecrea por medio de instancias de contención emocional: psicoeducación y ejercicios de autocuidado.
- Fortalecer habilidades y capacidades prácticas de cuidadores para la protección, cuidado y educación de NNJ, en particular, que requieran cuidados especiales tales como: Condición espectro autista (CEA).

Actividades realizadas:

Para dar forma al proyecto en Castro, la psicóloga Valentina Mellado junto al equipo Cecrea realizaron una significativa cantidad de experiencias en los tres niveles de acción, siendo la promoción de una cultura inclusiva, uno de los sellos trabajados.

1. Niñas, niños y jóvenes:

- *Acompañamiento a Consejo de NNJ*: orientación a las/os NNJ que forman parte del Consejo en torno a temáticas como primeros auxilios psicológicos.
- *Taller “Calle Lillo es de los niños”*: mejoramiento urbano en los sectores del entorno desde una solicitud del Consejo de NNJ al Concejo Municipal para fortalecer el cuidado y la seguridad.
- *Talleres de bienestar*: instancias para preparar la participación del Consejo de NNJ en el Encuentro Interregional de Vallenar. Además, se realizó un proceso de identificación de intereses, mediante la aplicación de una encuesta para conocer las actividades que NNJ deseaban realizar en torno a la idea de bienestar. Posteriormente, se trabajó en un proceso de definición de acuerdos de convivencia.
- *Laboratorio “Mis seres interiores”*: 4 sesiones para NNJ de 7 a 11 años, acerca de las emociones y sentimientos, mediante la creación de personajes en arcilla y una pequeña historieta para dar vida a los personajes.
- *Laboratorio “Polaridades”*: proceso con jóvenes en torno a la creación de máscaras de yeso como forma de representación de los conflictos y la integración de las polaridades.
- *Salidas al bosque*: dos caminatas al Parque Tepuhueico en Chonchi y al Parque Mawunko en Ancud, como forma de concebir el bienestar desde el vínculo con espacios naturales.
- *Experiencia “Los 8 del buen trato”*: actividad articulada con la Oficina Local de la Niñez, orientada a la promoción del buen trato mediante la representación de personajes.

En estas instancias, se logró una convocatoria de 10 NNJ por actividad.

2. Comunidad:

- *Instancias de formación sobre autismo*: instancias orientadas a capacitar a las familias acerca del autismo. Una de ellas se realizó en colaboración con la Asociación ChiloTEA. Otra, de difusión del carnet de cuidadoras/es mediante una cápsula informativa, se llevó a cabo con la Municipalidad de Castro. También se efectuó una charla on line sobre calidad de vida en personas autistas, en colaboración con el Centro de Psicoterapia Gestalt.
- *Charla de ACHNU*: instancia ofrecida por una profesional de esta institución y en colaboración con la Oficina Local de la Niñez, sobre los derechos de NNJ, en la que la psicóloga Valentina Mellado colaboró en la coordinación de la actividad.
- *Charla “La danza como instrumento de inclusión”*: instancia ofrecida por el bailarín Dagoberto Huerta en la Universidad de Los Lagos, para personas de la comunidad sorda

y estudiantes de la universidad, que contó con la presencia de Valentina Calveti intérprete de señas. Esta instancia fue organizada por la psicóloga del proyecto gracias a su vinculación con la universidad.

En las instancias presenciales sobre autismo, se alcanzó una convocatoria de 10 personas, mientras que la difusión de la cápsula logró 863 visualizaciones. Por su parte, la charla sobre danza, contó con la asistencia de 25 personas.

3. Cuidado de equipo:

Se realizaron 8 sesiones de bienestar para las/os facilitadoras/es del equipo Cecrea orientadas a desarrollar la consciencia corporal y la sensibilidad sobre los vínculos relacionales que se construyen con las/los NNJ. La metodología utilizada incluyó ejercicios de la técnica Sensación Sentida de Eugene Gendlin, la meditación dinámica, Mi Lugar Seguro de Violet Oaklander, la imaginación Viaje en el Tiempo de Bradshaw, entre otras.

Logros:

Se logra el objetivo general del proyecto que es fortalecer el bienestar integral de la comunidad en que se inserta Cecrea Castro, así como promover el bienestar subjetivo de los y las NNJ, fortaleciendo su capacidad de gestión emocional (reconocimiento de las propias emociones, pensamientos y conductas desadaptativas y generar estrategias de cambio). En palabras de uno de los jóvenes que participaron en el proyecto: *“Tanto a niños como a adolescentes se les permite expresarse y desenvolver sus emociones y estado de ánimo de la mejor manera”*.

Asimismo, se logró el objetivo de hacer un vínculo con la comunidad, ofreciendo a las/os cuidadoras/es un lugar seguro en Cecrea donde pueden estar junto a sus hijas/os sin ser juzgadas/os.

Se logró también fortalecer las herramientas de cuidado de equipo en l@s integrantes de Cecrea por medio de instancias de contención emocional, psicoeducación y ejercicios de autocuidado.

Lo más destacado del proyecto fue el trabajo con las/os facilitadoras/es, puesto que su rol es clave e impacta directamente en el trabajo con los y las NNJ de forma positiva, creando un mejor vínculo con ellas/os. En este sentido, se avanzó en el fortalecimiento del equipo en aspectos como la capacidad de autoobservación y reflexión, al servicio del bienestar de NNJ.

Por otra parte, las instancias de capacitación y sensibilización en temáticas asociadas a la discapacidad, fueron altamente relevantes, ya que permitieron avanzar hacia un enfoque de inclusión en el Cecrea.

Algunas imágenes de las actividades realizadas son el afiche de la [Charla sobre neurodiversidad](#) y el [Laboratorio Mis Seres Interiores](#).

PROYECTO LOCAL COYHAIQUE

Psicóloga: Cecilia Rojas Tapia

Objetivos planteados:

- Fortalecer las habilidades socioemocionales en NNJ, promoviendo estrategias desde el área de la salud mental en los laboratorios que ya se están ejecutando.
- Potenciar las relaciones de colaboración con profesionales de comunidades educativas, visibilizando la importancia de participar en Cecrea y el aporte al bienestar integral de la comunidad.
- Fortalecer las herramientas de autocuidado en las/os integrantes del equipo Cecrea, por medio de instancias de contención emocional y estrategias psicoemocionales.

Actividades realizadas:

La psicóloga Cecilia Rojas ha participado en el proyecto desde su primera versión, lo que ha favorecido su apropiación de este y su vínculo con el equipo Cecrea, NNJ y comunidad, siendo un aspecto facilitador durante la implementación del proyecto.

1. Niñas, niños y jóvenes:

- *Actividades de emociones:* Dinámicas lúdicas dentro de los laboratorios para identificar emociones, reflexionar sobre su origen y compartir experiencias personales en un espacio seguro.
- *Círculos de diálogo:* Espacios de conversación donde se abordaron temas como la empatía, el respeto, la frustración y el autocuidado.

- *Creación de normas de convivencia:* De forma participativa, se construyeron acuerdos de convivencia para los laboratorios, fomentando la responsabilidad y el respeto.
- *Juegos de roles:* Actividades donde los NNJ representaban situaciones cotidianas relacionadas con la resolución de conflictos, el pedir ayuda y el autocuidado.
- *Arte:* Utilización de recursos como pintura, collage, dibujo libre, creación de personajes para representar estados emocionales, pensamientos o experiencias significativas.
- *Actividades corporales y sensoriales:* Técnicas de respiración, juegos de activación corporal y relajación para promover la regulación emocional y el autoconocimiento. Estas fueron guiadas tanto por los facilitadores como por el área psicológica.
- *Consejo:* creación del consejo de 9 NNJ, entre los 9 y 12 años, quienes realizaban actividades en base a la escucha de los mismos NNJ que asisten a Cecrea Coyhaique, así también como impartiendo y compartiendo sus conocimientos en algunas sesiones.

Durante el desarrollo de las actividades, participaron NNJ entre 7 y 18 años provenientes de establecimientos educacionales tales como: Escuela Pedro Quintana, Liceo Juan Pablo, Escuela Altamira, Escuela San José, logrando una cobertura de 190 NNJ. También se trabajó en comunidades educativas del sector rural en las que participaron 104 NNJ. Durante el periodo estival, los laboratorios lograron una cobertura de 24 NNJ y, en el contexto del Consejo, se trabajó con 9 niñas, niños y jóvenes.

El enfoque metodológico fue lúdico, participativo y centrado en el bienestar, con énfasis en la seguridad emocional, la expresión libre, el vínculo y la validación de las vivencias de los NNJ. Se aplicaron estrategias de juego creativo, arte terapia y educación emocional.

2. Comunidad:

- *Retroalimentación individualizada:* entrega de observaciones y sugerencias a madres, padres o cuidadoras/es sobre el bienestar emocional de sus hijos e hijas, fortaleciendo la alianza familia–Cecrea.
- *Difusión de herramientas psicoeducativas:* entrega de recursos a familias y equipos escolares (fichas, actividades sugeridas, bibliografía básica) para replicar estrategias de regulación emocional en sus contextos.
- *Entrevistas con madres, padres o cuidadoras/es:* entrevistas con algunas madres, padres o cuidadoras/es de NNJ para fortalecer el conocimiento mutuo y orientar en torno a la crianza.

La metodología utilizada se centró en el acompañamiento personalizado, la construcción de confianza y el enfoque relacional. Las familias no fueron consideradas únicamente como receptoras de información, sino como actores clave en la experiencia emocional de las/os NNJ. Se utilizaron principios de trabajo colaborativo, atención empática y comunicación asertiva.

3. Cuidado de equipo:

- *Espacios de contención emocional:* sesiones de contención emocional, en donde el equipo compartió emociones, tensiones y desafíos del trabajo con NNJ. Estos espacios se veían como una necesidad por parte del equipo, especialmente en momentos de sobrecarga, facilitando la expresión emocional.
- *Autocuidado:* instancias prácticas de autocuidado, que incluyeron ejercicios de respiración, escritura reflexiva, pausas activas, dinámicas de descompresión grupal y cuidado corporal.
- *Revisión y adaptación de metodologías en los laboratorios:* a partir del análisis de los laboratorios, el equipo reflexionó sobre qué estrategias estaban funcionando y cuáles requerían adaptaciones, lo que permitió ajustar las actividades a todas las necesidades de las y los NNJ.
- *Co-construcción de materiales y contenidos:* creación conjunta de recursos para los laboratorios, considerando la diversidad de participantes.

La metodología que se implementó fue desde un enfoque de cuidado mutuo, horizontalidad y reflexión continua. Es importante mencionar que el bienestar de los NNJ también depende del bienestar del equipo que los acompaña. Es por esto que se refuerza el autocuidado, la escucha activa, el respeto a los ritmos personales y la validación de emociones.

Logros:

Uno de los logros más relevantes fue el fortalecimiento de las habilidades socioemocionales de los NNJ participantes, a través de actividades lúdicas, reflexivas y expresivas incorporadas en los laboratorios ya existentes. Se promovió el reconocimiento y la regulación de emociones, así como el desarrollo de estrategias para la convivencia entre pares.

Las y los NNJ valoraron estas instancias como espacios seguros donde pudieron expresarse, aprender sobre sí mismos y construir normas de respeto. Asimismo, se generó

conciencia sobre la importancia de la inclusión y el respeto por las neurodiversidades, instalando una cultura de cuidado y empatía dentro del grupo.

Un aspecto importante es la iniciativa de llevar los laboratorios de convergencia a las siete comunidades rurales que pertenecen a Coyhaique, con el objetivo de que los NNJ que por ubicación geográfica no pueden asistir al espacio Cecrea, puedan participar de los laboratorios.

En cuanto a la comunidad, si bien no se alcanzó plenamente la vinculación, es importante mencionar que durante el periodo estival, se logra generar un vínculo con las madres y cuidadores de las y los NNJ que participaron.

Otro logro destacable junto al equipo Cecrea es el fortalecimiento en sus herramientas de autocuidado, en la gestión de lo emocional dentro del grupo y la resolución de conflictos. Esto se logró a través de espacios de contención interna, reflexión conjunta y el acompañamiento psicoemocional brindado durante el proceso, promoviendo el bienestar en el núcleo. Esto no solo impactó positivamente en la calidad de las intervenciones con NNJ, sino que también consolidó al equipo como un espacio de trabajo colaborativo, empático y cohesionado.

En síntesis, estos logros muestran cómo el proyecto logró instalar el bienestar como una práctica transversal, cotidiana y relacional, que se expresa tanto en las experiencias de los NNJ como en el fortalecimiento de los vínculos entre el equipo.

En este contexto, la creación colaborativa de acuerdos de convivencia se puede apreciar en la siguiente imagen: [Acuerdos de Convivencia](#).

III ANÁLISIS DEL DESARROLLO DEL PROYECTO

Para la evaluación de esta segunda versión del proyecto, se utilizaron las siguientes fuentes de información:

- **Informes locales de evaluación:** cada psicóloga/o elaboró un informe local que describe las actividades realizadas durante el proyecto y ofrece un análisis cualitativo sobre el nivel de logro de los objetivos planteados. Este análisis local fue realizado por las/os psicólogas/os a partir de una reunión con cada equipo Cecrea y de una recogida de información con NNJ y actores de la comunidad. La estrategia específica de evaluación implementada en cada territorio fue definida por cada una/o de las/os psicólogas/os. Algunas de las actividades realizadas para levantar información desde las/os NNJ y la comunidad fueron entrevistas individuales, entrevistas grupales y revisión de registros de emergentes verbales de participantes en las actividades, entre otras.
- **Reunión nacional de evaluación con el equipo de psicólogas/os al término del proyecto:** esta reunión se orientó a realizar un diálogo reflexivo sobre el desarrollo del proyecto, identificando particularidades, así como aspectos comunes.
- **Aplicación de encuesta a psicólogas/os:** se destinó a conocer opiniones e ideas más específicas sobre las fortalezas y oportunidades de mejora del proyecto.

Al igual que en la evaluación de la primera versión del proyecto, se trabajó con el enfoque evaluativo en H3, dirigiendo el análisis hacia tres aspectos: elementos positivos del proyecto, elementos a mejorar e ideas que sugieren las/os participantes para una futura implementación.

De este modo, a continuación se presenta un análisis de estos aspectos, desagregados según cada línea de acción, es decir, trabajo con NNJ, trabajo con la comunidad y cuidado de equipo. Posteriormente, se ofrece un análisis general del proyecto.

Análisis del proyecto según cada línea de acción

1. Trabajo con NNJ:

Un primer aspecto general en el trabajo con NNJ es que, en los casos de aquellas regiones donde el proyecto no se había implementado previamente o bien su implementación había sido parcial, se logró generar una apertura hacia la reflexión sobre el bienestar.

Con respecto a la concepción sobre bienestar, se advierte que las/os NNJ han fortalecido la mirada sobre la integralidad de esta dimensión, la que ya va siendo comprendida desde una

interrelación de aspectos. En este sentido, las/os NNJ comprenden la importancia de los aspectos tanto físico, como psicológicos y sociales en una experiencia de bienestar, mencionando elementos que tienen que ver con la alimentación, la actividad física, la confianza en sí mismas/os y en otros, el conocimiento de nuevas personas y el sentir que están en un espacio seguro. Desde este enfoque, también se hace visible la importancia que tiene la construcción de la identidad y la conciencia de dicho proceso, como aspectos relacionados con el bienestar.

Junto a esto, la conciencia del entorno y la conexión con el medioambiente aparecen como elementos vinculados al bienestar, valorando los aprendizajes en torno a la manera como cada una/o habita los distintos espacios físicos en que se desenvuelve. En este contexto, las actividades que se realizaron en medioambientes naturales fueron altamente valoradas por las/os NNJ.

Complementariamente, otro componente que aparece significativamente vinculado al bienestar desde las reflexiones de NNJ es el trabajo con el cuerpo y su relación con las emociones, es decir, la conciencia del propio cuerpo como una fuente de aprendizaje sobre el bienestar.

De esta manera, y retomando el objetivo inicial que se planteó para esta línea de acción, se aprecia el desarrollo de habilidades socioemocionales asociadas a una mayor conciencia de sí misma/o, del entorno, de la importancia del autocuidado físico y emocional, y del aprendizaje que genera el intercambio de experiencias con otras personas en tanto permite conocer realidades distintas. Todo esto facilitado por la capacidad que han tenido los equipos de posicionar a los Cecrea como espacio seguros y de confianza para las/os NNJ.

A partir de esto último, el tipo de participación que las/os NNJ evidenciaron en las actividades del proyecto fue predominantemente activa, con apropiación de los espacios, exploración de los materiales, espíritu lúdico y creativo, y un ambiente de convivencia positiva con sus pares. Cabe destacar que, en el caso de las regiones donde el proyecto se insertó en el trabajo del Consejo de NNJ, estos tuvieron un alto nivel de participación en la toma de decisiones sobre las actividades a realizar.

Tomando en cuenta todo esto, los equipos Cecrea y psicólogas/os opinan que durante el proceso se vio fortalecido el sentido de pertenencia de las/os NNJ con el programa en general, mejoraron las dinámicas interpersonales y se potenció el vínculo de confianza con las/os adultas/os que forman parte de los equipos Cecrea.

Desde otro ángulo, el proyecto es valorado en esta línea de trabajo por aportar al enriquecimiento de miradas sobre las situaciones y problemáticas que presentan las/os NNJ, fortaleciendo la capacidad de diseñar experiencias pertinentes y favorecedoras de su bienestar integral. Así, la innovación en las actividades y su orientación hacia el autoconocimiento ayudó a

profundizar el vínculo de cada NNJ con su experiencia de bienestar, expresando tensiones emocionales y construyendo narrativas de autocuidado desde la creatividad.

Sin desmedro de lo anterior, se identifica como oportunidad de mejora la importancia de avanzar en una mayor profundización en los vínculos con las/os NNJ y en los procesos desarrollados con ellas/os para abordar emociones como la ansiedad, la angustia y el desánimo, entre otras. En esta misma línea, se logró un avance solo parcial en aspectos como la autorregulación emocional y la capacidad de agencia por la complejidad de este propósito y dado que exige un acompañamiento sostenido y a largo plazo. Este aspecto se expresó particularmente en el trabajo con algunos grupos de NNJ que mostraron una mayor necesidad de contención y atención.

Por otra parte, en algunas regiones identificaron dificultades para que las/os NNJ se apropiaran de la perspectiva de género y desarrollaran una actitud de inclusión. Si bien esto no sucedió en todos los territorios, resulta importante reflexionar sobre esto y atenderlo en aquellas regiones donde los grupos de NNJ que se conforman son heterogéneos y requieren de un abordaje más enfático en la inclusión de niñas sexogenéricamente diversas.

Un obstaculizador que ha dificultado el avance en los aspectos antes señalados dice relación con la baja cantidad de horas que la/el psicóloga tiene de permanencia semanal en Cecrea, puesto que solo alcanza a abordar una parte de todo el trabajo que realiza Cecrea y a levantar solo algunos laboratorios o experiencias creativas en las horas de que dispone. Esto afecta la profundidad del trabajo que realiza con NNJ.

2. Trabajo con la comunidad:

En un sentido general, es posible comentar que esta línea de trabajo fue la más difícil de movilizar y sostener en la mayoría de las regiones. Si bien en la primera versión del proyecto ya se había dado inicio a un proceso de invitación a personas cuidadoras de NNJ y alianzas con redes locales, con resultados variables en torno a esto, en esta segunda versión se logró avanzar de manera parcial no lográndose plenamente en todas las regiones el objetivo de construir relaciones de colaboración en los actores comunitarios vinculados al Cecrea.

Al respecto, desde los aspectos positivos, es posible mencionar que las actividades realizadas lograron generar una mayor cercanía entre cuidadoras/es y Cecrea, expresada en un mayor conocimiento sobre el programa y su metodología, y reconociéndolo como un espacio seguro, de cuidado y bienestar para madres, padres, cuidadoras/os y docentes que trabajan con las/os NNJ. Esto favoreció, a su vez, la vinculación de estas/os con otras actividades del Cecrea, fuera del proyecto Bienestar Integral Comunitario.

En las regiones donde se había logrado un mayor avance en este ámbito desde la primera versión del proyecto, se hizo posible co-diseñar actividades de bienestar junto a las/os cuidadoras/es, favoreciendo su pertinencia y construcción de sentido. Esto se realizó desde el formato de Escucha Creativa, adaptado al contexto específico de trabajo con madres, padres y cuidadoras/es, con la finalidad de levantar necesidades e intereses desde ellas/os mismas/os.

Entre las actividades realizadas, varias regiones abordaron temáticas de inclusión y discapacidad que fueron muy valoradas por las familias y que fomentaron una cultura de cuidado y empatía. A modo de ejemplo, se llevaron a cabo conversatorios y charlas sobre autismo que tuvieron una alta participación.

Algunos aprendizajes que las y los participantes de las actividades en el ámbito de comunidad han relevado, son el reconocimiento sobre la importancia que tiene el juego para el fortalecimiento de los vínculos familiares y para el bienestar de NNJ. Además de esto, las instancias de intercambio de experiencias entre cuidadoras/es permitieron identificar problemáticas comunes con respecto a la crianza en el mundo actual. Los diálogos en torno a situaciones específicas que se presentan en la relación con las/os hijas/os, hicieron visibles diferentes formas de afrontamiento de aquellas y generaron la sensación de ser parte de un espacio de contención entre pares.

También se menciona como interesante que el enfoque dialógico y comunitario que promueve el proyecto en sus actividades, da paso a reflexiones sobre las normas sociales y los estereotipos establecidos que es necesario transformar, con el fin de cambiar las dinámicas familiares y las exigencias de género instituidas en el hogar. En este sentido, se favorece la conciencia de la importancia que tienen el autocuidado y las herramientas emocionales en el bienestar de madres, padres y cuidadoras/es.

Además de todo lo anterior, es interesante mencionar que esta línea de acción se vio muy potenciada en aquellas regiones en que la/el psicóloga/o gestionó alianzas con otras instituciones, tales como universidades, centros vinculados a la discapacidad y organizaciones comunitarias, entre otras, puesto que habilitaron relaciones de colaboración interinstitucional al servicio de los procesos de trabajo con NNJ y sus familias.

No obstante, este ámbito sigue siendo el más complejo de articular y sostener desde el proyecto y, si bien se logra promover la participación de cuidadoras/es, esta no es suficientemente estable, dificultando el logro de los objetivos que progresivamente buscan avanzar hacia el desarrollo de redes de colaboración desde una mirada de derechos. Esta dificultad se acentúa en las regiones que se encuentran más aisladas o que tienen factores climáticos más adversos. Un aspecto que obstaculiza el avance en esto es que existen escasos canales de difusión que den a conocer el trabajo de Cecrea y sensibilicen sobre la importancia de

la creatividad en el desarrollo de la niñez y la adolescencia. Así, el diseño de una estrategia territorial para articular a la comunidad en torno a la garantía de derechos desde relaciones de colaboración, se vuelve de gran relevancia.

3. Cuidado de equipo:

En este ámbito, altamente valorado desde la primera versión del proyecto, se logró avanzar en desarrollar el cuidado de equipo como una instancia de trabajo más regular dentro de la programación de Cecrea, en gran parte de los equipos. El trabajo específico realizado, tal como aparece previamente descrito en cada una de las regiones, se orienta a fortalecer las relaciones de cuidado mutuo entre las y los integrantes de cada equipo, así como contribuir al desarrollo de herramientas de autocuidado en cada uno de ellas/os. Esto se concretó en espacios de intercambio profesional mediante el diálogo, actividades lúdicas y experiencias creativas que permitieron reflexionar sobre temáticas comunes asociadas a su quehacer, así como indagar en aspectos personales que fortalecieron la expresión emocional y el conocimiento mutuo.

En este contexto, se logra avanzar hacia una identidad colectiva con foco en la definición de metas comunes, priorizando aspectos como el trabajo en equipo, la comunicación efectiva y un clima laboral positivo. También es posible mencionar un fortalecimiento de la resolución de conflictos, el manejo del estrés y el cuidado mutuo en el espacio laboral. Los equipos Cecrea valoran que estas instancias habilitan diálogos que no se dan en otros espacios, ya que requieren de un ambiente de confianza y confidencialidad.

Desde otra perspectiva, el contacto de los equipos Cecrea con el/la psicóloga/o en otros momentos de la jornada de trabajo, ha favorecido un mayor conocimiento sobre el abordaje de situaciones de crisis y vulneración de derechos, junto a un análisis más profundo que se percibe como un gran apoyo a la labor de las/os integrantes de cada equipo.

Considerando estos avances, los equipos identifican como necesario que el cuidado de equipo sea una dimensión de Cecrea que trascienda los límites del proyecto y se instale como un proceso planificado y sistemático, lo que permitiría fortalecer la construcción de una cultura de autocuidado y cuidado mutuo.

Análisis general del proyecto

En términos generales, es posible identificar que el proyecto Bienestar Integral Comunitario ha logrado instalar espacios de bienestar en los tres niveles de acción, fortaleciendo,

de forma progresiva, una cultura de cuidado en los vínculos entre todas/os quienes forman parte y participan de Cecrea.

Las actividades desarrolladas propician la reflexión, el intercambio de experiencias y el pensamiento colectivo sobre el bienestar durante todo el proceso; asimismo, su enfoque apunta al abordaje de aspectos tanto físicos como psicológicos y sociales, y su relación con el medioambiente, lo que fortalece una comprensión integral del bienestar en la experiencia humana.

Considerando esto, el proyecto fortaleció los vínculos afectivos, pedagógicos y comunitarios que sustentan el trabajo cotidiano de Cecrea, lo que se ha hecho posible gracias a la flexibilidad planteada desde su diseño nacional, en tanto quienes lo ejecutan han podido crear actividades adaptadas a las realidades locales para responder a las necesidades, tensiones y fortalezas de cada territorio. Es decir, la flexibilidad del proyecto se ve facilitada por la autonomía que cada psicóloga/o y equipo Cecrea tienen para diseñar experiencias situadas, lo que es considerado como un elemento coherente con el enfoque de bienestar integral que propone el proyecto.

En este sentido, el proyecto es valorado como una instancia que ofrece un nuevo sentido al quehacer de Cecrea, vinculando la creatividad con el bienestar integral de quienes participan en él, sin poner en riesgo su propósito ni su metodología, sino por el contrario, *“volviendo real aquello que a veces se vuelve utópico”*. De este modo, los equipos Cecrea han logrado desarrollar capacidades reflexivas sobre el bienestar integral, integrando esta mirada en su quehacer cotidiano, lo que se ha visto favorecido por la adaptabilidad de las/os integrantes de cada equipo Cecrea para generar esta apertura y por la buena disposición que han mostrado las y los facilitadoras/es en la implementación de las actividades del proyecto. Así, el compromiso y apertura de los equipos Cecrea han sido aspectos altamente valorados por el equipo de psicólogas/os.

Un facilitador de este proceso fue ya no solo la incorporación de un/a profesional de la psicología a cada Cecrea, sino la asignación de horas fijas de permanencia, puesto que posibilitó su vinculación sistemática con el equipo y su participación en diversas instancias de trabajo, fortaleciendo la incorporación de una nueva perspectiva al momento de concebir los procesos y al analizar las dinámicas y situaciones que acontecen en ellos. El liderazgo de cada psicóloga/os en el diseño e implementación local del proyecto es clave en tanto favorece la reflexión y guía las acciones. Esto se potencia con las competencias que las/os psicólogos evidencian en otras áreas disciplinares, tales como el teatro, las terapias de arte, la danza, entre otras, que contribuyen a diversificar las estrategias de trabajo y a fortalecer el vínculo entre bienestar y creatividad. Es así como el rol de las/os psicólogas/os es altamente valorado por los equipos Cecrea.

Asimismo, el acompañamiento metodológico que el proyecto brinda sistemáticamente a las/os psicólogas, tanto de forma individual como grupal, contribuye al intercambio de prácticas, la resolución colaborativa de problemas y a la sensación de apoyo profesional en un espacio de contención. Según lo reflexionado por el equipo, la oportunidad de conocer las experiencias de otras regiones contribuye a visualizar elementos comunes (más allá de las diferencias locales, brindando ideas sobre cómo avanzar en las diferentes líneas de trabajo.

Adicionalmente, la extensión de la temporalidad del proyecto (de 5 meses a 1 año) permitió lograr una mayor profundidad en los procesos, especialmente en los laboratorios de NNJ y en trabajo de cuidado de equipo con cada Cecrea. Incluso en aquellos procesos más incipientes, por ejemplo, el trabajo con la comunidad, esta mayor duración de proyecto posibilitó implementar más estrategias de convocatoria territorial para vincular a las familias y cuidadoras/es con Cecrea, y para articular el trabajo con organizaciones locales.

En este mismo ámbito, es valorada la organización de las etapas de trabajo, considerándose que la etapa inicial de inserción del/la psicóloga/o y co-diseño del proyecto local, actúa como un buen momento de conocimiento del equipo, adaptación a sus necesidades y vinculación con el espacio. Complementariamente, la etapa de seguimiento permite realizar una reflexión colectiva sobre el desarrollo del proyecto y hacer ajustes para potenciar el logro de los objetivos. Esto, en conjunto con las instancias de acompañamiento metodológico, posibilitan un análisis permanente en torno al quehacer comunitario y organizacional.

Con respecto a los aspectos del proyecto que requieren una mejora, el primero de ellos y el más mencionado es la baja cantidad de horas con que cuentan las/os psicólogas/os para trabajar en Cecrea. Esto no permite su participación en gran parte de las actividades que se realizan desde el programa y tampoco se logran compatibilizar óptimamente sus horarios con los tiempos de las y los facilitadoras/es. A su vez, esto limita la posibilidad de que las/os psicólogas/os logren una visión integral de todo lo que acontece en Cecrea y de profundizar en sus vínculos con el equipo y con quienes asisten al programa. Asimismo, en las problemáticas emergentes que exigen abordajes complejos y profundos, los equipos no siempre cuentan con la presencia del/la psicóloga/o, limitando la riqueza que podrían tener las estrategias de afrontamiento.

Otro aspecto bastante mencionado como debilidad del proyecto es su temporalidad, ya que si bien tiene una mayor duración que la versión anterior, la fecha de inicio y término no coincide con los procesos de trabajo de Cecrea, generando desfases que dificultan un trabajo alineado y cohesionado. Esto se vuelve más complejo aún cuando, en el periodo estival, los Cecrea quedan un tiempo sin facilitadoras/es, pues se pierde la continuidad de las acciones. Estos últimos aspectos han generado un cierto nivel de frustración en los equipos y en las/os psicólogas/os, tomando en cuenta el alto valor que se le ha otorgado al proyecto.

IV CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

La información revisada hasta aquí conduce a reflexionar sobre el proyecto desde distintos ángulos: los lugares simbólicos que adquieren algunos elementos, las dinámicas relacionales que se potencian desde el proyecto y los contenidos que van emergiendo como relevantes. Estos tres elementos permiten mirar en perspectiva el desarrollo del proyecto y pensar algunas recomendaciones para su próximo periodo de implementación.

Sobre la dimensión simbólica, en esta segunda versión el proyecto se fue dibujando con más nitidez en cada una de las regiones. Su mayor duración, en comparación con una primera implementación mucho más breve, elevó su apropiación por parte de los equipos y permitió el desarrollo de una mayor cantidad de acciones y también una mayor profundidad en el proceso. En este sentido, adquirió un lugar simbólico de mucha valoración dentro del espacio Cecrea, ya que la construcción progresiva de un vínculo entre creatividad y bienestar integral fortaleció el sentido del quehacer que desarrolla Cecrea.

“Bienestar nos sirvió harto para mirar, desde mi subjetividad, que el bienestar pasa más por las relaciones interpersonales de los NNJ, que por las dificultades”

“Fueron bien importantes los viernes con bienestar. Fue una apertura, un “ir a probar” cómo funcionaba, si generábamos interés o no. Y al día de hoy, miércoles y viernes son los días que hay mayor cantidad de NNJ en este espacio”

(Integrante de equipo Cecrea)

La participación de un/a psicólogo/a como agente relevante en el desarrollo del proyecto sigue siendo muy valorada. Su integración a los equipos Cecrea logra responder a una necesidad de apoyo y orientación que estos han expresado en diversos momentos. El trabajo comunitario orientado a la garantía de derechos de NNJ conlleva una serie de situaciones que, en el devenir del trabajo, se constituyen en acontecimientos a los que los equipos deben responder, siendo esa respuesta muchas veces de difícil definición. Por esto, la figura del/la psicólogo/a, que antes era una figura solicitada por los equipos, ahora es deseada como parte permanente de estos, en tanto colabora con diálogos reflexivos que aportan al análisis de las experiencias y favorecen la sensación de apoyo.

Con respecto a las dinámicas relacionales, el proyecto promueve relaciones de intercambio, colaboración, apoyo mutuo y cuidado entre quienes participan, como base para la construcción de un sentido de bienestar integral. Asimismo, la conciencia sobre las distintas

formas de habitar los espacios y, desde ahí, el desarrollo de una cultura de inclusión, emergen como lógicas de relación centrales para el trabajo en torno al bienestar, lo que se fomenta en todos los niveles: en los acuerdos de convivencia entre NNJ, en el intercambio de experiencias entre cuidadoras/es, en instancias de cuidado de equipo para las/os integrantes de Cecrea y en el acompañamiento metodológico al equipo de psicólogas/os. Es decir, el proyecto busca coherencia entre el enfoque de bienestar y las prácticas relacionales concretas que se construyen en sus actividades. Esto también ha sido muy valorado por las/os participantes, ya que fortalece el espíritu y metodología de Cecrea, en un contexto social que en diversas ocasiones es percibido como amenazante. Incluso en el ámbito de la comunidad, que ha sido, hasta el momento, el más incipiente, es posible apreciar esta valoración.

“A veces los niños llegan enojados o tristes, y acá tienen un espacio donde hablar de eso, donde sentirse escuchados sin ser juzgados”

“Nos enseñaron a darnos tiempo, a respirar, a descansar para poder cuidar mejor”

“Estos espacios nos enseñan que, aunque no tengamos ese apoyo en casa, sí podemos construirlo en comunidad”.

(Mujeres cuidadoras)

En cuanto a los contenidos que surgen asociados al bienestar integral, ya se han mencionado varios a lo largo de este informe y es interesante recordar algunos de ellos: la construcción de la identidad personal, el desarrollo de un sentido de pertenencia en los lugares que se habitan, el autoconocimiento emocional, la conexión con el cuerpo, el juego familiar y el vínculo con el medioambiente natural, entre otros. Estos tópicos tienen el valor de ser levantados por las/os propias/os participantes, expresando la importancia que tiene la participación y la autonomía en la definición del bienestar; es decir, en la posibilidad que otorga el proyecto de que ellas/os construyan el significado de bienestar de forma situada y con el sentido singular de sus propias experiencias de vida.

"Me gustó poder inventar nuestro propio mundo... Me hizo pensar que no todo tiene que ser rápido ni perfecto. A veces hay que parar y respirar. Me ayudó a no sentirme tan solo cuando pienso en todo lo que pasa"

(Niña/o)

Tomando en consideración la importancia que ha ido adquiriendo el proyecto en los territorios y el desafío de seguir fortaleciendo sus objetivos en cada una de las líneas de acción, a continuación se señalan algunas recomendaciones que podrían enriquecer su próxima realización:

1. Desde una perspectiva general, el fortalecimiento del bienestar integral en una comunidad implica un enfoque sistémico que se ha promovido desde el proyecto mediante un abordaje en tres líneas de acción. Sin embargo, considerando el sentido profundo que la idea de bienestar ha ido adquiriendo en las y los participantes, también resulta necesario avanzar hacia una mayor profundidad en las actividades de cada ámbito, lo que implica consolidar una lógica de proceso en las tres líneas y, por lo tanto, cautelar su continuidad durante la implementación. Un elemento que obstaculiza esto es la falta de facilitadoras/es en algunos periodos, limitando la oportunidad de que las actividades se sostengan adecuadamente, lo que podría resolverse ajustando la temporalidad del proyecto al periodo en que los equipos se encuentran con dotación completa para así también alinear los procesos del proyecto con la programación de Cecrea.
2. La profundidad del proyecto también depende de su duración. El aumento de 5 meses a 1 año fue significativo, posibilitando el asentamiento de un enfoque de bienestar integral en los equipos y la realización de una mayor cantidad de acciones en cada ámbito. No obstante, en consideración de la complejidad de los procesos implicados en un trabajo en torno al bienestar, podría ser altamente enriquecedor aumentar progresivamente su duración hacia periodos que permitieran una orientación más estratégica de todo el proceso de implementación. A modo de ejemplo, un proceso de implementación de 3 ó 4 años permitiría potenciar las acciones iniciales de convocatoria de participantes y propiciar la participación de estas/os en el diseño del proyecto, favoreciendo la pertinencia y el sentido de las actividades.
3. La figura del/la psicólogo/a en el proyecto se ha ido situando en un lugar de gran valor para los equipos. Su liderazgo en la implementación de las actividades, su aporte profesional a las reflexiones y su capacidad de gestión motivan a imaginar la gran utilidad que podría tener una mayor permanencia semanal de esta figura. Aspectos como el vínculo con las/os participantes, la diversificación de experiencias y la reflexión sobre quehacer se verían potenciados si el/la psicólogo/a fuera parte del equipo Cecrea durante más horas a la semana. En este sentido, se sugiere analizar este aspecto con miras a una mayor presencia para consolidar su aporte al trabajo de Cecrea.
4. El trabajo con la comunidad ha sido el ámbito más incipiente en las dos versiones del proyecto, demandando un esfuerzo constante por lograr que los agentes comunitarios

converjan en torno a temáticas de interés común y construyan redes de colaboración, lo que no siempre ha tenido los resultados esperados. Por esto, se estima la necesidad de crear estrategias específicas para crear un vínculo robusto con la comunidad, que tengan en cuenta las condiciones particulares de cada territorio y definan acciones comunicacionales diversas para transmitir los sellos de Cecrea y las iniciativas asociadas al bienestar integral. Esto se puede potenciar mediante las alianzas que se han comenzado a hacer con otras organizaciones locales, tales como universidades, centros de salud, juntas de vecinas/os, entre otras. Complementariamente, cabe mencionar que algunas regiones implementaron instancias de escuchas creativas con madres, padres y cuidadoras/es a fin de identificar sus necesidades e intereses, lo que podría replicarse en otros territorios como una forma de comprender los lugares simbólicos y emocionales desde donde las comunidades habitan actualmente su espacio y conciben su bienestar. Otro elemento que podría favorecer este ámbito es el trabajo conjunto entre psicóloga/o y el facilitador territorial de los equipos Cecrea que cuentan con este profesional.

5. Con respecto al trabajo con NNJ, lo ya realizado ha habilitado un espacio significativo para la temática de bienestar en ellas/os en el contexto de Cecrea, logrando en gran parte de las regiones, conocer las creencias y opiniones que NNJ tienen sobre su bienestar. Por esta razón, se estima que podría ser un buen momento para pensar en una priorización de focos a trabajar en la próxima versión del proyecto, es decir, apostar a abordar con profundidad algunos aspectos, en vez de realizar un abordaje global. Sin duda, esto debe adaptarse a la realidad de cada territorio, sin embargo, podría ser una buena manera de transitar a un autoconocimiento mayor y reflexiones más profundas en las/os NNJ. Esta priorización se puede realizar tomando como referencia los principales temas que las/os NNJ identificaron como relevantes para su bienestar y el tipo de experiencias en las que se logró una mayor motivación y conexión, resguardando un enfoque promocional y preventivo en las acciones a desarrollar.
6. En la dimensión de cuidado de equipo, las realidades son diferentes en cada región, puesto que en algunos casos los equipos Cecrea se conformaron recientemente, mientras que en otros, el tiempo de trabajo conjunto entre sus integrantes data de mucho más tiempo. Esta heterogeneidad incide en la forma de abordar el proceso, sin embargo, los equipos en que se trabajó principalmente la perspectiva del autocuidado personal podrían transitar hacia un enfoque más centrado en el cuidado mutuo, para fortalecer las interrelaciones y el trabajo colaborativo, lo que se constituye en un importante factor protector del bienestar laboral.
7. Si bien ya se ha enunciado previamente en otras partes de este informe, es relevante enfatizar la importancia de los mecanismos que se implementen para propiciar la

participación de NNJ, comunidad y equipos Cecrea en el diseño del proyecto local. El rol del/a psicólogo/a es fundamental en la implementación del proyecto, no obstante, la participación de todas/os es crucial para el desarrollo de un proceso con alta pertinencia en las características comunitarias. Así, se recomienda fortalecer las acciones de participación en la primera etapa del proyecto, donde se realiza un análisis situacional y un co-diseño del plan de trabajo, a fin de que la experiencia de las/os participantes en las actividades esté dotada de un sentido profundo situado en sus historias de vida. En esta línea, también cobra interés que los mecanismos de participación se extiendan a lo largo de la implementación del proyecto, para ir identificando desde las/os participantes si el trabajo está logrando avanzar hacia los objetivos esperados. Para esto, es posible diversificar las formas de participación incorporando breves encuestas después de cada actividad, buzones de ideas, grupos focales, escuchas creativas, entre otras, y que esto se extienda a los periodos de seguimiento y evaluación del proyecto.

8. Para fortalecer la coherencia del proyecto con la metodología Cecrea, cobra importancia transitar al desarrollo de actividades donde se trabaje más robustamente la convergencia entre áreas (artes, ciencias, tecnologías y sustentabilidad), puesto que la tendencia de los proyectos locales fue integrar el enfoque de bienestar con las artes y, en algunos casos, con el medioambiente natural. En este sentido, la integración de las ciencias y la tecnología se visualiza como un desafío importante de abordar en la próxima implementación del proyecto.

A modo de cierre, se considera que puede ser de gran utilidad generar un plan comunicacional que visibilice el proyecto Bienestar Integral Comunitario en todos los territorios, de modo de ir incorporando una narrativa transversal que enmarque este desafío que se ha propuesto Cecrea, de aportar al bienestar comunitario desde la esfera de la creatividad.

“Llenar de colores y sentimientos lo que hago, me encanta”

“La creatividad me hace muy bien”

“Es algo humano. Una persona creativa tiene muchas formas de resolver un problema”

“Esto nos sirve mucho porque me hace interactuar con personas que no conozco”

“La creatividad me permite ser yo misma y hacer las cosas como me las imagino”

(Niñas, niños y jóvenes)

30 de mayo de 2025