

SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS:

VISIBILIZACIÓN DE PROCESOS CON
LAS POBLACIONES INTERLOCUTORAS

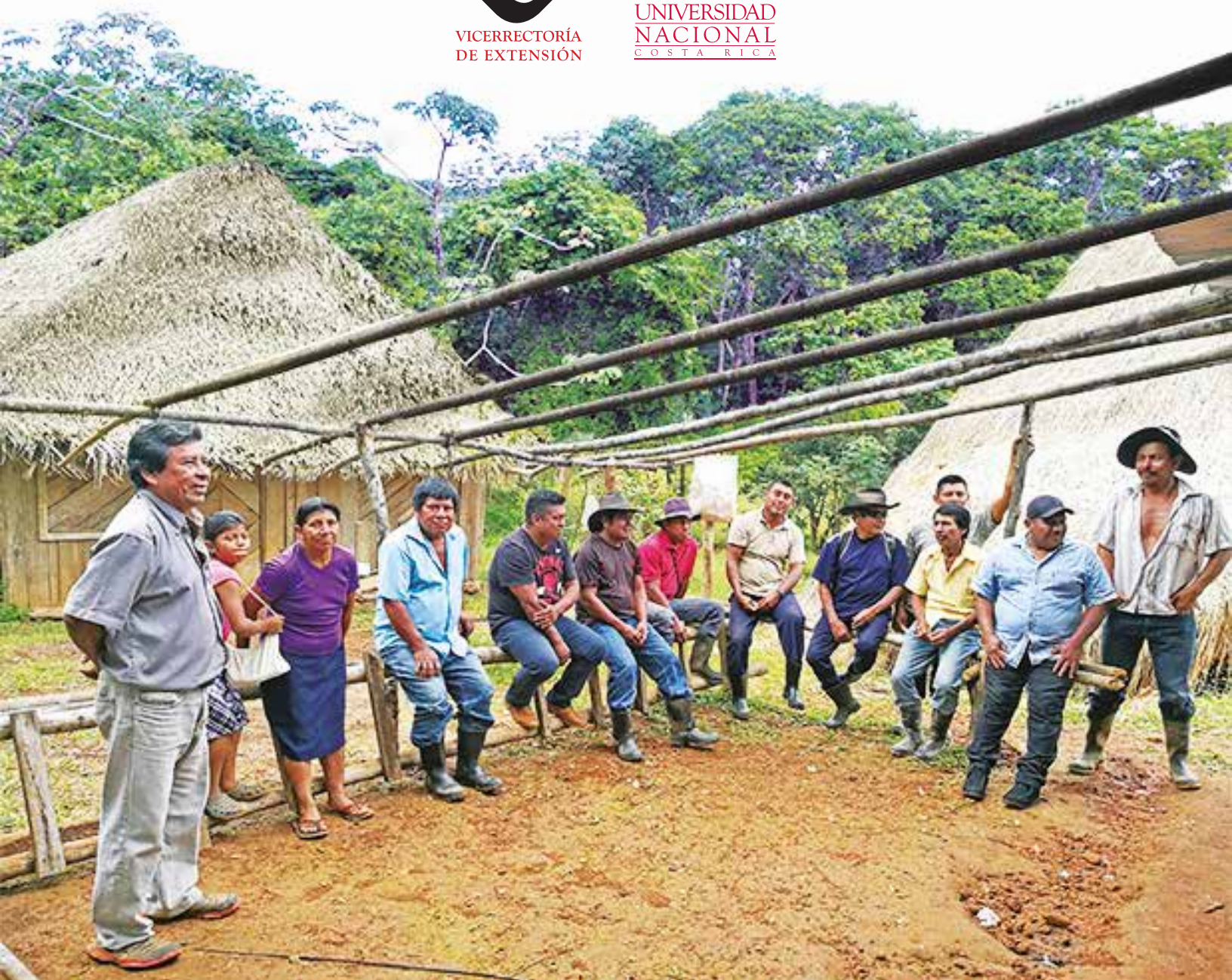
Compiladoras

MARLENE FLORES ABOGABIR | NANCY SÁNCHEZ ACUÑA



VICERRECTORÍA
DE EXTENSIÓN

UNA
UNIVERSIDAD
NACIONAL
COSTA RICA




Sensibilizándonos en temas de derechos humanos y cultura de paz con el grupo de jóvenes “Construyéndonos” de Guararí de Heredia

SENSITIZING US ON HUMAN RIGHTS AND CULTURE OF PEACE ISSUES WITH THE YOUTH GROUP “CONSTRUYÉNDONOS,” FROM GUARARÍ, HEREDIA, COSTA RICA


KAROL ARAYA-VARGAS

Bachiller en Gestión del Desarrollo Sostenible con Equidad de Género; Bachiller en Psicología. Estudiante de Licenciatura en Psicología de la Universidad Nacional. Facilitadora en el proyecto “Ciudades culturales: UNA Alianza para el Futuro”, Vicerrectoría de Extensión, Universidad Nacional, Costa Rica.

 karol.0891@hotmail.com


DIANA SEGURA-ROMÁN

Bachiller en Psicología; Estudiante de Licenciatura en Psicología de la Universidad Nacional. Facilitadora en el proyecto “Ciudades Culturales: UNA Alianza para el Futuro” de la Vicerrectoría de Extensión, Universidad Nacional, Costa Rica.

 dimaser28@gmail.com


JULIA CHAN-JIMÉNEZ

Máster en Gerencia de Proyectos, ICAP, Costa Rica. Socióloga, Universidad de Costa Rica; Asesora Académica de la Vicerrectoría de Docencia; Participa en el Proyecto “Ciudades culturales: Una alianza para el futuro” de la Vicerrectoría de Extensión, Universidad Nacional, Costa Rica. Docente en la Universidad de Costa Rica.

 julia.chan.jimenez@una.cr

NANCY SÁNCHEZ-ACUÑA

Máster Desarrollo Comunitario Sustentable; Bióloga, Licenciada en Manejo de Recursos Naturales. Académica, Universidad Nacional, Costa Rica. Asesora Académica de la Vicerrectoría de Extensión. Coordinadora del Proyecto Ciudades culturales: Una alianza para el futuro” de la Vicerrectoría de Extensión, Universidad Nacional, Costa Rica.

 nancy.sanchez.acuna@una.cr

CONTENIDO

31

RESUMEN

31

ABSTRACT

32

CONTEXTUALIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA: EL GRUPO CONSTRUYÉNDONOS DE LA COMUNIDAD DE GUARARÍ

55

REFERENCIAS

RESUMEN

El objetivo de esta comunicación es compartir la experiencia relacionada con el proceso de sensibilización y formación en el tema de derechos humanos y cultura de paz del grupo juvenil “Construyéndonos”, compuesto por 12 jóvenes, con edades entre los 12 y 20 años de la comunidad de Guararí de Heredia. El proceso facilitado por académicas del proyecto Ciudades Culturales: UNA alianza para el futuro, y por estudiantes de grado de la Escuela de Psicología de la Universidad Nacional de Costa Rica se ejecutó en el período de agosto 2017 a noviembre de 2018.

La estrategia metodológica utilizada se enmarca en el modelo constructivista desde la Psicología Comunitaria y la Psicología Grupal, perspectivas teóricas que responden a la acción transformadora de las sociedades a través de las mismas personas de las comunidades y grupos. La mediación pedagógica se basa en la ludopedagogía la cual brinda herramientas dinámicas de aplicación en grupos de jóvenes.

Para el análisis crítico de la experiencia de sistematización se definen tres ejes: la percepción y participación grupal, los factores que obstaculizaron o facilitaron la participación del grupo y el proceso de sensibilización y la obtención de habilidades para la vida en los jóvenes.

Nuestra aspiración es que esta estrategia pueda servir como modelo para futuras experiencias desarrolladas con jóvenes, en este tema y otros similares.

PALABRAS CLAVE Participación, derechos humanos, cultura de paz, juventud.

ABSTRACT

This paper aims to share the experience related to the process of sensitization and training on human rights and the culture of peace. A process addressed to the youth group “Construyéndonos,” composed of 12 young people, aged between 12 and 20 years, from the community of Guararí de Heredia, Costa Rica. The process was led by university professors from *Ciudades Culturales: UNA alianza para el futuro* (Cultural Cities project: UNA, a Partnership for the Future), and by undergraduate students from the School of Psychology of the National University of Costa Rica (UNA). It was implemented from August 2017 to November 2018. The methodological strategy used is framed in the constructivist model from Community Psychology and Group Psychology; these are theoretical perspectives that respond to transforming actions of societies the same

people of communities and groups perform. Pedagogical mediation is based on ludopedagogy, which provides dynamic tools to be applied in groups of young people. For the critical analysis of the systematization experience, the following three axes were defined: group perception and participation, the factors that hindered or facilitated the group participation, and the process of sensitization and the acquisition of skills for life in young people. We expect this strategy can serve as a model for future experiences developed with young people in this topic and similar ones.

KEYWORDS Participation, human rights, culture of peace, youth

Contextualización de la experiencia: El grupo construyéndonos de la comunidad de Guararí

En este apartado buscamos reconstruir el proceso vivido en la consolidación del grupo de jóvenes *Construyéndonos*, a partir de dos factores externos importantes; el primero de ellos y gestor de la iniciativa, el proyecto Ciudades culturales: UNA alianza para el futuro, con vigencia 2015-2020, dirigido por académicas de las Vicerrectorías de Extensión y Docencia de la UNA, y el segundo, la comunidad de Guararí.

El proyecto Ciudades culturales representa la segunda fase que refiere a un esfuerzo multidisciplinario e interinstitucional llamado “Heredia Ciudad Cultural”, [que] inicia en el 2010, [con el fin de] determinar, analizar e intervenir algunos espacios públicos, utilizando la innovación social como herramienta de participación y diálogo entre niños, niñas y jóvenes del cantón central de Heredia. Luego de 5 años de trabajo y con la colaboración de instancias internacionales y alrededor de 11 instancias estatales y organizaciones sociales del cantón, la UNA se plantea para el quinquenio 2016-2020, esta segunda fase, para la generación de acciones que propicien el desarrollo de ciudades fundamentadas en una cultura de paz. (Chan-Jiménez y Sánchez-Acuña, 2016, p. 45).

Con este objetivo es que el proyecto suma esfuerzos a la iniciativa coordinada por el Ministerio de Justicia y Paz, llamada Centros Cívicos por la Paz (en adelante CCP), los cuales forman parte del programa nacional para la *Prevención de la Violencia y la Promoción de la Inclusión Social*. En este

marco de acción, la UNA entra a apoyar el modelo de atención de los CCP, específicamente el ubicado en la comunidad de Guararí, creados como estrategia de intervención local para la prevención de la violencia, el fortalecimiento de capacidades de convivencia ciudadana y la creación de oportunidades de desarrollo para [niños y jóvenes] a través de la educación, la tecnología, el arte, el deporte y la recreación (Ministerio de Justicia y Paz, s. f.).

En esta dinámica de articulación, en el 2016 se invita a niños y jóvenes de la comunidad, a participar de un proceso que buscó atender necesidades tanto del CCP como de proyecto. (Figura 1).

Como resultado de la acción, un grupo compuesto en promedio por 15 jóvenes y niños de variadas edades, inician en el 2016, un proceso formativo de ocho meses en el tema de derechos humanos y participación ciudadana, teniendo como facilitador un estudiante de bachillerato de la carrera de Relaciones Internacionales de la UNA, como parte de su Práctica Profesional Supervisada (Castillo, 2016) y dos académicas del proyecto *Conocimiento, Paz y Gestión Social; Un proyecto con miras interdisciplinarias*, de la Escuela de Ecuménicas y Ciencias de la Religión de la UNA, Código SIA 0047-13 (Aguilar-Ramírez, Calvo-Sánchez y Castro-Flores, 2016), quienes complementan el aprendizaje en derechos humanos, roles de género y manejo de residuos sólidos.

En el año 2017, en los meses de marzo a junio dos estudiantes de licenciatura de la carrera de Psicología, continúan el proceso a través del curso “Modelos de Intervención en Procesos Grupales” quienes, con una metodología participativa, lúdica y constructivista, inician un trabajo de empoderamiento, autocuidado y cuidado mutuo con los jóvenes. Finalizado el curso, las estudiantes motivadas por el compromiso asumido por el grupo, deciden continuar hasta noviembre del 2018, siendo en esta segunda fase, cuando ellos por iniciativa propia definen el nombre *Construyéndonos* para identificarse. Entre los temas abordados en este periodo; autoconocimiento, habilidades para la vida, formas de violencia, autocuidado y cuidado mutuo. (Agüero y Segura, 2017)

Es así como el proceso logra apoyar la consolidación del grupo, conformado por 12 jóvenes, la mitad menores de edad, cinco de ellos hombres, la mayoría estudiantes de secundaria con los caseríos de Guararí y La Milpa como domicilio. Algunos emparentados (hermanas o primas), participantes en otros grupos organizados por el CCP de Guararí (cinco de ellos).

De acuerdo a lo encontrado por Aguilar-Ramírez et al. (2016), Guararí es una comunidad urbana conformada por personas extranjeras, principalmente nicaragüenses, quienes en su mayoría tienen condiciones migratorias irregulares, con niños costarricenses por nacimiento. Presentan condiciones de vulnerabilidad asociadas a su baja escolaridad, bajos ingresos y escaso acceso a servicios básicos. Es una comunidad que ha sido intervenida en varias oportunidades por diferentes organizaciones gubernamentales y no gubernamentales con políticas asistencialistas, que buscan mitigar situaciones, sin tocar el fondo de los problemas y mucho menos atacar las raíces que los sustentan.

GRUPO JUVENIL CONSTRUYÉNDONOS

PROYECTO CIUDADES CULTURALES

OBJETIVOS

Fomentar los espacios de diálogo e intercambio de saberes en los niños, niñas y adolescentes para la promoción de una cultura de paz



Establecer y fortalecer las redes de colaboración intra e interinstitucional para la generación de nuevos espacios y proyectos que convoquen la participación de niños, niñas y adolescentes

CENTRO CÍVICO PARA LA PAZ GUARARÍ

MÓDELO DE ATENCIÓN EJE 3



Temas: Convivencia y cultura de paz, principios de la democracia, participación ciudadana, resolución de conflictos, mediación, manejo del enojo, expresión de sentimientos, comunicación asertiva

Figura 1. Objetivos atendidos con niños y jóvenes de la comunidad de Guararí.

NOTA. ELABORACIÓN PROPIA A PARTIR DE GRILLO (2014) Y UNIVERSIDAD NACIONAL, VICERRECTORÍA DE EXTENSIÓN (2016).

Guararí es una comunidad donde las casas y los “ranchos” están dispuestos de forma desorganizada con sectores que presentan riesgos por deslizamientos, en especial el sitio denominado la Cuenca Norte descrito (por Aguilar-Ramírez et al. 2016) de la siguiente forma:

La Cuenca Norte se da un gran hacinamiento, prácticamente no hay más espacio que los estrechos pasillos para circular entre las viviendas, donde hay que darse paso para poder circular. Hay basura por todas partes y en medio de ese panorama las niñas y niños se mueven entre los numerosos perros que hay en la comunidad. Otra dificultad es el inminente peligro del desagüe que atraviesa una parte de la comunidad, mismo que transporta aguas negras del Centro Comercial Mall Paseo de Las Flores, que se ubica del lado norte de la comunidad. Este es un gran foco de contaminación a la vez que es un peligro porque erosiona los terrenos donde se asientan los ranchos y representa un constante peligro para la gran cantidad de niñas y niños que recorren por los alrededores de la comunidad. Además de estos problemas, en La Cuenca Norte se suman la venta de drogas y los enfrentamientos que se generan entre las personas que se dedican a este tipo de actividad. (p. 4)

RUTA TRAZADA PARA LA SISTEMATIZACIÓN DE LA EXPERIENCIA

Para sistematizar la experiencia, se definió una ruta metodológica compuesta de 5 fases las cuales se muestran en la figura 2.

Nuestro punto de partida. A partir del trabajo realizado con jóvenes de la Comunidad de Guararí y siendo que en el año 2016 las estudiantes de la Escuela de Psicología no habían sido parte del proceso, tomamos la decisión de sistematizar la experiencia desde lo vivido. Esa decisión nos permitió en primer lugar, marcar el período a sistematizar (agosto 2017 a noviembre 2018) y con ello, asegurarnos de contar con los registros de la experiencia. En segundo lugar, definir el objeto y el objetivo de la sistematización.



Figura 2. Ruta metodológica.
NOTA. ELABORACIÓN PROPIA, AGOSTO 2019.

En esta línea, luego de analizar en equipo nuestros intereses y aspiraciones sobre el qué y el para qué de la sistematización, valoramos como de gran riqueza, rescatar las vivencias y percepciones del grupo juvenil “Construyéndonos” durante el proceso de sensibilización en temas de Derechos Humanos y Cultura de Paz. Nuestro objetivo fue desde siempre, servir de referente a futuros procesos y compartir la estrategia metodológica utilizada.

Identificado con precisión el objeto de la sistematización, nos preguntamos cuáles eran los aspectos centrales que queríamos rescatar de la experiencia y se definieron 3 grandes preguntas que a su vez se convirtieron en los 3 ejes principales de la sistematización:

- *¿Cuál es la percepción del Grupo Construyéndonos respecto al proceso vivido?*
- *¿Cuáles fueron los factores que obstaculizaron o facilitaron la participación del grupo?*
- *¿Este proceso de sensibilización, facilitó la obtención de habilidades para la vida en el grupo de jóvenes?*

La planificación. Para efectos de aprovechar no solo el tiempo, sino también las habilidades y conocimientos de las integrantes del grupo sistematizador, se procedió a realizar un plan de trabajo y una Matriz Tarea/Responsabilidad. Se desagregaron todas las tareas con su fecha de realización, el procedimiento a seguir y la persona responsable.

Se realizó un inventario de recursos de información secundaria (documentos e informes del Proyecto Ciudades Culturales; una alianza para el futuro, ponencias y artículos generados por académicas y estudiantes participantes en el proyecto, fotografías y materiales producidos en los diferentes talleres, etc.). Se identificó además un faltante de información por lo que se recurrió a técnicas primarias de recolección (entrevistas y taller de reconstrucción histórica con el grupo de jóvenes “Construyéndonos”).

La recuperación del proceso vivido. Como ya se ha mencionado, el proceso que aquí se contempla es desde agosto 2017 a noviembre 2018, por lo que iniciamos graficando las etapas del proceso y los principales hitos, volcando la información en una matriz de recorrido histórico con variables como fecha, tema, objetivo, metodología, actividad, participantes, resultados, contexto y observaciones teóricas, metodológicas, de gestión, etc.

La recuperación del proceso fue realizada tanto por las autoras de esta comunicación como por las personas integrantes del grupo *Construyéndonos* con las cuales se realizó un taller y entrevistas específicas para ello.

La interpretación crítica. A partir de la Matriz de la reconstrucción histórica y con los resultados del taller y entrevistas con el grupo de jóvenes, se realizaron sesiones de trabajo para el análisis e interpretación teniendo como norte los ejes definidos. Este ejercicio se fue realizando a la luz de nuestros enfoques teóricos (Derechos Humanos, Psicología Social Comunitaria, Psicología Grupal, Constructivismo, Ludopedagogía), en el marco de los valores de extensión universitaria.

Los aprendizajes. La interpretación crítica nos llevó a sintetizar nuestros aprendizajes o puntos de llegada, formulando conclusiones y recomendaciones a partir de nuestras reflexiones. Finalmente llegamos a esta comunicación con la cual esperamos compartir los aprendizajes y esta experiencia de sistematización, donde se conjugan los saberes de las académicas de las Vicerrectorías de Extensión y de Docencia y de las estudiantes de Psicología, todas de la Universidad Nacional, estimulando así la participación estudiantil en los proyectos y contribuyendo con su formación profesional

EL CAMINO RECORRIDO: UNA EXPERIENCIA DE APRENDIZAJE Y CRECIMIENTO

La historia del proceso de sensibilización con el grupo *Construyéndonos* tuvo tres momentos clave, tal y como se muestra en la figura 3. La primera etapa es la llegada a la comunidad de Guararí y el primer encuentro con el grupo *Construyéndonos* desde la Práctica Profesional Supervisada del curso de Psicología Grupal en el segundo semestre del 2017. Es importante anotar que el grupo se reencuentra después de 9 meses de inactividad, por lo que esta primera etapa recupera las temáticas de Derechos Humanos que se trabajaron en año 2016, con énfasis en las vivencias de los jóvenes. Es decir, se hizo énfasis en la aplicación de los Derechos en la vida cotidiana de los jóvenes, más que en lo teórico.

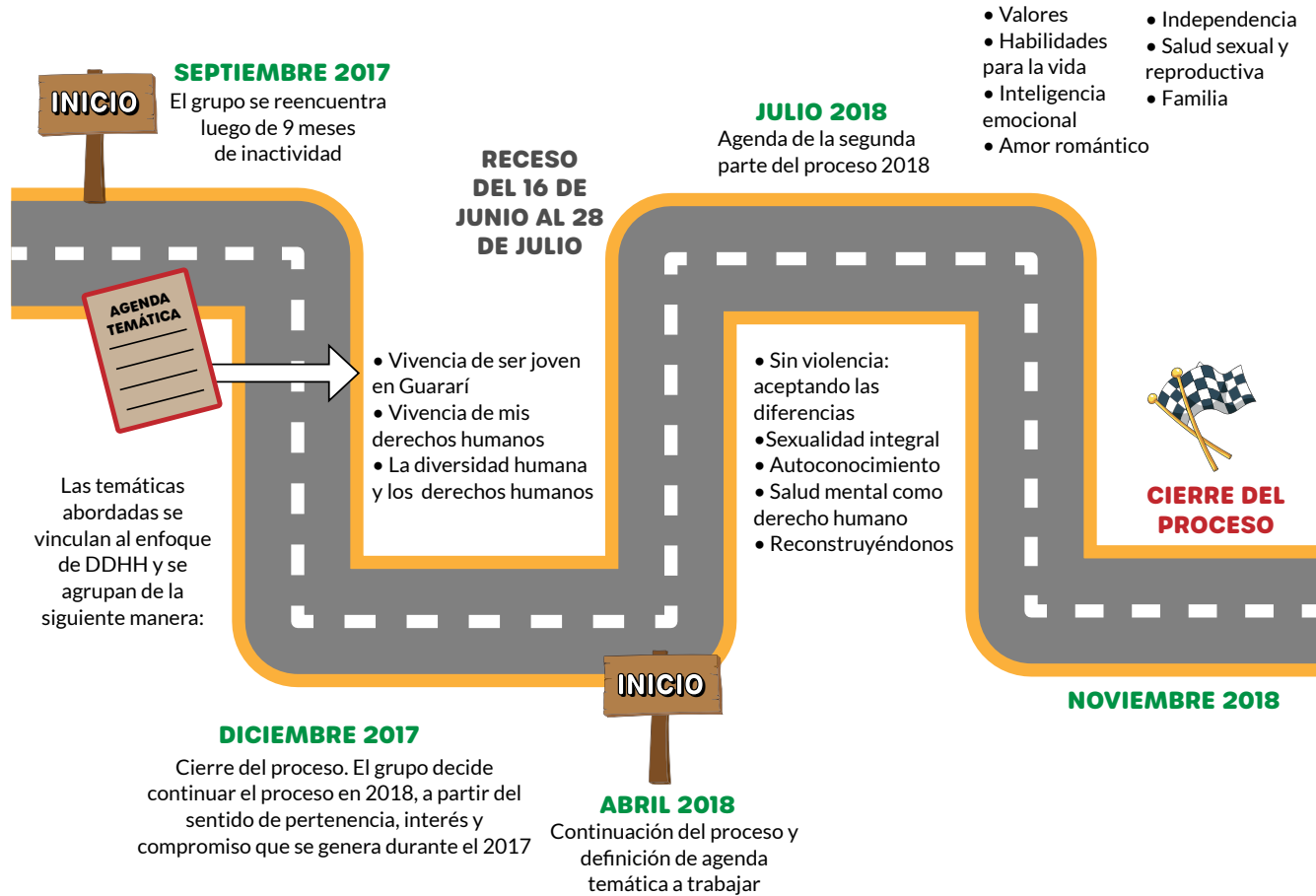


Figura 3. El camino recorrido.
 NOTA. ELABORACIÓN PROPIA, JULIO 2019.

La segunda etapa se realiza en el año 2018 en dos Fases separadas por el receso universitario del 16 de junio al 28 de julio. La Fase 1 se desarrolla durante el primer semestre de 2018, la agenda temática fue definida nuevamente por el grupo, esta vez los Derechos Humanos aplicados a la sexualidad, salud mental, autoconocimiento y diversidad humana. La Fase 2 de esta segunda etapa, realizada en el segundo semestre de 2018, retomó el tema de salud sexual y reproductiva, amor romántico, familia, valores, independencia, inteligencia emocional y habilidades para la vida. Cabe destacar que las etapas del 2018 tuvieron un elemento distintivo con respecto al 2017, el proceso no se enmarca en ningún curso de la carrera de Psicología, sino que fue un trabajo voluntario por parte de una de las estudiantes, por lo cual, se tuvo más flexibilidad y apertura para trabajar con el grupo.

En el marco de estos 3 momentos, se sistematizó la experiencia y se resumieron las principales actividades realizadas durante el proceso, tal y como se expuso en el apartado de Ruta Metodológica. En la tabla 1 se presentan las mismas.

TABLA 1: RECONSTRUCCIÓN HISTÓRICA

FECHA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	PARTICIPANTES	RESULTADOS
24/08/2017 al 26/09/2017	Definir la estrategia de acercamiento y trabajo, considerando requerimientos del curso y del proyecto.	Reunión de equipo.	Equipo de trabajo.	Estrategia de trabajo definida y consensuada. Incorporación de 2 estudiantes al equipo integrantes del curso de Psicología Grupal.
30/09/2017	Definir la agenda temática con el grupo de jóvenes.	Taller: actividades. a. Dinámica rompe hielo. b. Exploración de intereses. c. Consenso en temas y técnicas por parte del grupo. d. Acuerdos.	6 jóvenes entre los 12 y 17 años. 1 joven 15 años.	Temáticas y técnicas definidas. Surgió el tema de la otredad al pensar en los jóvenes que deberían estar ahí aprovechando los espacios de crecimiento y formación.
14/10/2017	Conocer la percepción sobre ser joven en una comunidad estereotipada como Guararí.	Grupo operativo. a. Dinámica rompe hielo: Me pica. b. Papelógrafos con 3 preguntas: ¿Qué cree nuestra familia que somos? ¿En nuestro cole qué creen que somos? ¿Qué cree la comunidad de Guararí que somos? ¿qué es para mí ser joven en Guararí? c. Sombreros de colores para discutir enunciados sobre sentimientos, positivismo, negativismo, objetividad, creatividad. e. Cierre: No me puedo ir sin decir que...	2 niñas de 11 años. 1 niño de 11 años. 4 chicas entre los 12 y los 18 años. 3 chicos de 15 años. 2 personas colaboradoras del CCP.	Resistencia con las técnicas utilizadas (grupo operativo), expresando utilizar técnicas más lúdicas. Señalamiento de problemáticas sociales como el consumo de drogas y la violencia. Señalamiento de estereotipos sobre vivir en Guararí, manifestando haber pasado por la exclusión. Reconocimiento del Centro Cívico por la Paz (CCP) como espacio de oportunidad.

FECHA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	PARTICIPANTES	RESULTADOS
21/10/2017	Identificar la vivencia de los derechos humanos en la vida cotidiana.	Conversatorio.	5 chicas entre 12 y 18 años. 1 niño de 11 años. 1 persona colaboradora del CCP.	Reconocimiento de los derechos humanos como mecanismo de cultura de paz, al ir en contra de cualquier forma de violencia o discriminación. Criticidad al preguntar sobre casos de personas migrantes y encarceladas.
28/10/2017	Reconocer a las personas como dignas de derechos en medio de la diversidad existente.	Taller: actividades. a. Dinámica rompe hielo: múltiplos del 3 y 4. b. Elección de tiras de papel de colores por preferencia. c. ¿Quién quiere ser millonario? Trivias sobre feminismos y sexualidad humana. d. Conversatorio informativo.	3 jóvenes de 11, 15 y 18 años. 2 chicas de 12 años.	Desconocimiento ante la temática, lo que permitió cuestionar si es que no han tenido espacios para discutirlo, por qué o si hay alguna otra razón.
04/11/2017	Reflexionar sobre experiencias vitales de la etapa adolescente.	Conversatorio. Se realizó un conversatorio participativo con temas que surgieron desde el grupo.	2 chicas de 18. 2 chicas de 12. 1 chico de 11. 1 chico de 15. 1 chica de 15.	Se manifestó agrado por el espacio, ya que se sintieron escuchados. Además quedó clara la anuencia para continuar trabajando y la curiosidad por tratar nuevos temas.

FECHA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	PARTICIPANTES	RESULTADOS
27/11/2017	Definir la logística para el cierre del proceso.	Reunión de equipo para toma de decisiones.	Equipo de trabajo.	Logística definida para la última sesión.
02/12/2017	Reflexionar sobre el proceso vivido hasta el momento.	Taller: actividades. a. Pintar piedras con mensajes de lo que se aprendió en el proceso. b. Hacer recorrido histórico del proceso.	2 chicas de 18. 1 chica de 17. 1 chica de 12. 1 chico de 15. 1 chico de 11. 1 niño de 4.	Agradecimiento por la experiencia y deseos de seguir con el proceso.
07/12/2017	Elaborar informe de la intervención realizada.	Reunión de equipo para discusión de los principales hallazgos.	Estudiantes de psicología	Informe con los resultados obtenidos.
16/01/2018	Definir la logística del proceso.	Reunión de equipo para toma de decisiones.	Equipo de trabajo	Continuidad del proceso con apoyo de una de las estudiantes de psicología de manera voluntaria.
15/03/2018	Atender logística para inicio del proceso.	Solicitud de espacio en el Centro Cívico por la Paz en Guararí.	Equipo de trabajo	Espacio físico para sesiones reservado.
11/04/2018	Reflexionar sobre el objetivo y contexto de la fase del proceso 2018.	Reunión de equipo para toma de decisiones.	Estudiantes de Psicología	Propuesta del primer taller definida.

FECHA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	PARTICIPANTES	RESULTADOS
14/04/2018	Definir a nivel metodológico el reencuentro contemplando la experiencia del anterior proceso.	Taller: actividades. a. Rompe hielo. b. Hoy me siento... c. Globos preguntones. d. Trazando la ruta. e. Escribiéndome. f. Invitación grupal.	4 chicas de entre 12 y 18 años. 3 chicos de entre 12 y 18 años.	Definición de la agenda temática para la primera parte del año. Manifestación de sentimientos: se sienten escuchados siendo un punto importante para tomar en cuenta.
28/04/2018	Analizar el tema de la discriminación y la violencia entre las personas.	Taller: actividades. a. Rompe hielo. b. Sobreviviendo en la isla. c. Hablemos de diversidad. d. Somos personas diversas. e. Soy diferente, merezco vivir sin violencia.	4 chicas de entre 12 y 18 años. 4 chicos de entre 12 y 18 años.	Formación en tipos y formas de violencia. Reconocimiento en algunos de ellos de que sufren y ejercen violencia. Lo importante a destacar es que reconocen las razones por las que se da la violencia, y que un derecho humano fundamental vivir en paz.
02/05/2018	Reflexionar sobre avances del proceso.	Reunión de equipo para reflexión de los hallazgos con las estudiantes de Psicología.	Equipo de trabajo.	Definición de metodología y agenda temática considerando los requerimientos del grupo.

FECHA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	PARTICIPANTES	RESULTADOS
19/05/2018	Analizar algunas dimensiones de la sexualidad desde la vivencia personal.	Taller: actividades. a. ¿Niña o niño? b. Cuenta cuentos. c. Yo soy... d. Dibujándome. e. A calzón quitado. f. Mi reflejo.	3 chicas de entre 12 y 18 años. 3 chicos de entre 12 y 18 años.	Análisis de grupo donde se acepta tener conciencia del aceptarse y no necesitar encajar, pero seguirlo intentando con bastantes estereotipos de género en su discurso.
26/05/2019	Reflexionar sobre la importancia del autoconocimiento como habilidad para la vida.	Taller: actividades. a. Reconociéndome b. Me miro y veo c. Enfrentando mis miedos d. Escenas e. Compartiendo f. Círculo restaurativo.	1 chica de 13 años. 4 chicos de entre 12 y 18 años.	Concientización sobre la importancia del autoconocimiento, encontrando la manera de verse así mismos en las diferentes actividades.
09/06/2018	Analizar los riesgos sociales que pueden causar alteraciones en la salud mental de las personas, viendo esta última como un derecho humano.	Taller: actividades. a. Hablemos de salud mental. b. Es nuestro derecho. c. ¿A qué estamos expuestas? d. Deprimidos y ansiosos. e. ¡Cuidémonos!	4 chicas de entre 13 y 19 años. 4 chicos de entre 12 y 18 años.	Conceptualización de salud mental no entendido dado el poco conocimiento al respecto y el asociarlo a enfermedades mentales solamente.

FECHA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	PARTICIPANTES	RESULTADOS
16/06/2018	Reflexionar sobre los procesos de deconstrucción a través de diferentes recursos como las sesiones de trabajo de este espacio y las temáticas tratadas.	Taller: actividades. a. Rompehielos. b. No queremos más violencia. c. Hablemos a calzón quitao. d. Sigo conociéndome. e. Cuidando mi salud. f. Meta temporal.	1 chica de 19 años. 7 chicos de entre 12 y 18 años.	Evaluación de herramientas brindadas para el aprendizaje, la construcción y la deconstrucción.
23/07/2018	Coordinar la segunda parte del proceso.	Reunión de equipo para la toma de decisiones.	Equipo de trabajo.	Planteamiento de principales hallazgos y acuerdo de continuar hasta noviembre.
28/07/2018	Reflexionar sobre la percepción que tengo de mi persona vs. publicidad de medios de comunicación.	Taller: actividades. a. Rompehielos. b. ¿Debilidades o cualidades? c. Hablemos de estereotipos. d. La serie de mi vida. e. Visualización. f. Encuadre.	10 personas.	Reflexión sobre el amor propio como práctica que conlleva muchos retos y donde no es fácil luchar contra lo que la socialización o los medios de comunicación nos quieren imponer.
11/08/2018	Construir la agenda temática para la II parte del proceso.	Taller: actividades a. Rompehielos b. El casting c. Encuadre.	10 personas.	Agenda temática definida.

FECHA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	PARTICIPANTES	RESULTADOS
25/08/2018	Explorar el concepto y accionar de los valores en la vida propia y lo que se espera que las personas hagan.	Taller: actividades a. Rompehielos b. Charadas c. Ensueño dirigido d. Foto en la palma e. Puesta en práctica.	9 personas.	Análisis valores cambian porque las personas y sociedades cambian. Se discutió la importancia de practicar el respeto, el amor universal, la empatía y el ver en los demás, personas al igual que nosotros.
08/09/2018	Practicar las habilidades para la vida.	Taller: actividades a. Rompehielos b. Hablemos en silencio c. Viajeros d. Galería crítica e. Técnicas de relajación f. Reflexión.	8 personas.	Afrontamiento donde se tocaron temas como empatía, comunicación, criticidad, entre otros.
22/09/2018	Explorar el reconocimiento de las emociones y las formas de afrontarlas como parte de la vida.	Taller: actividades a. Rueda de las emociones b. Brújula emocional c. Máscaras d. Oración de la Gestalt.	11 personas.	Planteamiento de la necesidad de educar emocionalmente, entender y reconocer nuestras emociones para trabajarlas.

FECHA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	PARTICIPANTES	RESULTADOS
06/10/2018	Reflexionar de manera crítica lo que se nos ha socializado respecto al amor romántico.	Taller: actividades a. Cántala si puedes b. Pareja ideal c. La violencia en el amor d. La deconstrucción del amor romántico e. La lucha feminista en el amor f. "Mujeres que ya no sufren por amor".	8 personas.	Evidenciar estereotipos y mitos en cada uno de los miembros del grupo. El ideal de persona (aspecto que se trabajó desde diferentes aristas) se mantuvo en el plano de la personalidad y no en el físico.
20/10/2018	Reflexionar sobre las dimensiones y aspectos involucrados en la independencia personal.	Taller: actividades a. Rompehielos b. Escenas de independencia c. Rally de la independencia d. Casos e. ¿Qué aprendí?	7 personas.	Conciencia en que tomar la decisión de vivir solo conlleva más cosas de las que a veces se cree, tiene que ser una decisión basada en criterios responsables y no simples malacrianzas.
27/10/2018	Explorar aspectos básicos de la salud sexual y reproductiva (derecho a una sexualidad plena y responsable, paternidades y maternidades responsables, reconocimiento del propio cuerpo y los límites de las personas y la anticoncepción).	Taller: actividades a. Rompehielos b. Definamos conceptos c. Charadas d. Anticoncepción de e. ¿Qué son las ITS? f. Pregunta sin miedo.	8 personas.	Discusión de temas como la masturbación, el VIH, los anticonceptivos y la genitalidad vs. relaciones sexuales y se aclaró y desmintió mitos y dudas.

FECHA	OBJETIVOS	METODOLOGÍA	PARTICIPANTES	RESULTADOS
10/11/2018	Explorar las dimensiones que existen en el sistema y subsistemas familiares según lo propone la psicología sistémica.	Taller: actividades. a. Rompehielos. b. Comunicación humana. c. Ciclo vital de las familias. d. Roles. e. Reflexión final.	8 personas.	Presentación de casos familiares con momentos de nostalgia y resignación.
17/11/2018	Concluir el proceso del año 2018.	Taller: actividades. a. Dibujo de cómo percibo mi crecimiento después del proceso. b. Agradezco por... c. Entrega de camisas.	8 personas del grupo. 1 persona invitada.	Agradecimiento por el tiempo, el conocimiento, la comida, las ganas de seguir viviendo, la escucha, la amistad, obtención de herramientas. Se entregaron camisetitas como recuerdo del proceso, con frase elaborada por ellos.

NOTA. ELABORACIÓN PROPIA, AGOSTO 2019.

Reflexión e interpretación crítica. Para el planteamiento de los hallazgos obtenidos, el equipo organizó su reflexión e interpretación, considerando los tres ejes previamente definidos. Estos se presentan a continuación.

Percepción del grupo *Construyéndonos* respecto al proceso vivido. De acuerdo con autores como Vargas (1994, p. 48) la percepción debe entenderse “como el proceso cognitivo de la conciencia que consiste en el reconocimiento, inter-pretación y significación para la elaboración de juicios en torno a las sensaciones obtenidas del ambiente físico y social, en el que intervienen otros procesos psíquicos entre los que se encuentran el aprendizaje, la memoria y la simbolización”. Señalando además que la percepción es influida por aspectos como la ideología y la cultura, donde la realidad en que las personas y los grupos se desenvuelven determina las experiencias vitales, siendo por tanto un proceso relativo en cuanto a contexto histórico-social, pues tienen una ubicación espacio-

temporal, con circunstancias cambiantes que contemplan las estructuras perceptuales previas, pero también subjetivo al construirse desde la socialización.

Bajo este contexto es de esperar que las percepciones mostradas por el grupo de jóvenes se vieran permeadas por el proceso formativo que el proyecto Ciudades Culturales ha realizado, como por todas aquellas experiencias personales y comunales vividas, calando los aprendizajes construidos. Dentro de los principales resultados vinculados a la percepción del grupo, se resalta:

- El ubicar el espacio facilitado como un “sitio seguro” y la generación de un sentido de pertenencia a nivel grupal, pese a las diferencias de edad y de contextos
- El sentirse escuchados y con voz, ayudando a la participación y reduciendo el temor de expresar sus puntos de vista.
- El percibir los talleres como espacios de construcción personal ayudó en la disposición a nuevos aprendizajes, experiencias y reflexiones.

Estos hallazgos se refuerzan con planteamientos como los de Apodaka (2004, p. 4) al señalar que las personas como seres sociales, son influenciadas por las dinámicas grupales “desarrollando la personalidad, ... potenciando o inhibiendo capacidades y características, ... transmitiendo, reforzando y reproduciendo estereotipos y roles de género, [entre otros]”. En el grupo este actuar se percibió y plasmó con frases como “Agradezco porque los procesos que los demás han tenido en sus vidas de cierta manera han influenciado en mí...”.

En cuanto al sentido de pertenencia, este mismo autor (Apodaka 2004, p. 11), indica que un conjunto de personas se convierte en grupo en el momento en que surgen una serie de lazos entre ellas, dándoles una unidad en su estar en conjunto. El grupo es una realidad en la medida en que existen:

- Interacciones entre las personas.
- Una vida afectiva en común.
- Unos objetivos comunes.
- Participación de todas ellas.

En todo el proceso, el sentido de familiaridad fue una constante que contribuyó a crear un ambiente de seguridad y confianza para la escucha, la participación y la construcción de nuevos aprendizajes y saberes. Fue un recorrido donde se logró generar y mantener el trabajo grupal, en un marco de respeto, escucha, disposición a la negociación, los debates, las reflexiones, entre otros. Un recorrido donde la “diferencia” se convierte en un elemento promotor y dinamizador del proceso educativo.

Como conclusión respecto a este eje tomamos las palabras de Céspedes (2015, p. 93), quien destaca “que los sujetos se construyan como personas activas, participativas, sujetos sociales de derechos y ciudadanos, [cuando aportan] a la construcción de un destino común entre las personas y con la naturaleza”.

LOS FACTORES QUE OBSTACULIZARON O FACILITARON LA PARTICIPACIÓN

El conocimiento previo y respeto a sus necesidades e intereses. Como se señaló en apartados anteriores, el grupo de jóvenes de la Comunidad de Guararí había iniciado su formación en Derechos Humanos un año antes de esta experiencia de sistematización (2016), por lo que el grupo tenía un “conocimiento” común al respecto. En el periodo de agosto 2017 a noviembre 2018 cuando se integran al proceso dos estudiantes de grado de la Escuela de Psicología, fue necesario un proceso de conocimiento de lo ejecutado que implicó lecturas de informes y trabajos estudiantiles, búsqueda de fuentes secundarias y entrevistas con las académicas coordinadoras del Proyecto Ciudades Culturales. En este sentido hubo respeto sobre el camino recorrido, no solo del proyecto sino, y más importante, del proceso de aprendizaje del grupo, el cual fue retomado desde el primer encuentro.

Este primer acercamiento permitió a las estudiantes de Psicología, diseñar un plan de trabajo que abordara los objetivos del curso de la carrera cursada (desde donde participaban), del proyecto y del Centro Cívico para la Paz. Partiendo de un enfoque participativo y constructivista, se diseñó la agenda de trabajo dando especial atención a la primera sesión de trabajo; momento crucial de encuentro, conocimiento, confianza y compañerismo, donde se definirían, la metodología, los temas de interés y las reglas del grupo (ver figura 4). Las áreas temáticas para desarrollar fueron: Vivencia de ser joven en Guararí, Vivencia de mis derechos humanos, La diversidad y los derechos humanos.

El abordaje metodológico y el proceso de sensibilización. Siendo un proceso participativo que consideró temáticas y metodologías sugeridas por los jóvenes, su desarrollo estuvo marcado por actitudes de anuencia, así como manifestaciones de resistencias a actividades y temas, sin embargo,



Figura 4: Las reglas del grupo.
NOTA. ELABORACIÓN PROPIA, JULIO 2019.

el abordaje desde la Ludopedagogía ayudó en los momentos de tensión para dar paso a la reflexión y el aprendizaje a partir de las experiencias y situaciones personales. Cada taller fue preparado considerando los temas solicitados, elaborando para cada uno, una bitácora con actividades, metodología, objetivos, materiales o recursos y tiempos requeridos. En aquellas temáticas que se requería más de una sesión, se usaron distintas dinámicas con el fin de mantener la atención del grupo. (Ver tabla 1)

En este transitar la Ludopedagogía como herramienta metodológica, ayudó con la motivación el interés, el diálogo y la reflexión para un conocimiento y reconocimiento de la realidad, donde el grupo se visualizará como agentes de cambio y transformación.

Autores como Tzic (2012), confirman que este tipo de actividades lúdicas logran incidir en las competencias, habilidades y capacidades de las personas, en este caso del grupo de jóvenes, permitiendo desarrollar esa capacidad para aplicar soluciones a un problema real de la vida, al mismo tiempo ser solidarios y tomar decisiones que les permita una vida mejor. Otra autora como Cerdas (2013) muestra otros beneficios de la lúdica y que concuerda con lo encontrado en este grupo mencionando que:

El juego permite que surjan emociones y sentimientos por medio de los cuales se refleja el interior de las personas, las actitudes, valores y los significados que otorgan a determinadas vivencias y relaciones. Sin embargo, la afloración de emociones y sentimientos no es solo una forma de catarsis sino una vivencia personal, una alteridad para asumir un compromiso ante la realidad, actitudes afectivas que hagan pensar en el otro(a), analizar sus necesidades y vivencias, de modo que las personas no sean solo espectadores(as) sino que asuman una responsabilidad consigo mismas y con las otras. (p. 112)

Bruning (et al. 2004; citado por Schunk, 2012) indica cómo este enfoque constructivista y desde una perspectiva psicológica y filosófica, ayuda a las personas a formar y a construir a partir de lo que aprenden y comprenden, planteamiento que se constató en el grupo, donde la participación estuvo mediada por las experiencias previas que facilitaron el entendimiento, el interés por participar, los contenidos, la dinámica del grupo y el ambiente percibido como seguro y apto para compartir.

Como en todo proceso también existieron factores que dificultaron la participación, entre ellos, fueron mencionados por los miembros del grupo los siguientes: las situaciones y dinámicas familiares y personales, el horario de las sesiones que, a pesar de ser consensuado en día y hora, se mencionó como justificación para ausencia. Desde nuestro punto de vista, factores ideológicos y costumbres culturales arraigadas, principalmente, bloquearon en algunos momentos la participación.

Estos factores justamente son los que se convierten en un reto para formadores en Derechos Humanos, son las murallas que debemos derribar para dar paso a nuevas formas de convivencia en la diversidad humana.

El aporte de la Universidad Nacional en la generación de condiciones para la realización de la experiencia. Para la coordinación del proyecto fue importante el generar condiciones para un trabajo organizado, articulado, pero sobre todo ameno y confiable para el grupo. Recursos como los materiales para los talleres, la reservación de un espacio físico cerca de su hogar (dentro del CCP), el refrigerio para compartir en las sesiones fue recibido con agrado por parte de los niños y los jóvenes, como también de sus padres, madres o personas encargadas.

La comensalidad, los espacios dedicados al compartir de los alimentos se constituyeron en una parte más de los talleres, pues ahí los jóvenes seguían hablando de gustos e intereses personales e incluso, debatiendo sobre el tema del día, fortaleciendo así las relaciones entre el grupo.

El proceso de sensibilización y la obtención de habilidades para la vida en las jóvenes y los jóvenes. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2017) define las habilidades para la vida, como aquellas competencias psicosociales necesarias para transformar el entorno y que éste sea propicio para la salud, requiriendo de destrezas individuales y colectivas para responder a las diferentes situaciones de la cotidianidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) citado por Martínez (2014) propone que las habilidades para la vida relevantes en niños, niñas y jóvenes en cualquier contexto sociocultural conlleva el autoconocimiento, la empatía, la comunicación asertiva, las relaciones interpersonales, la toma de decisiones, la solución de problemas y conflictos, el pensamiento creativo, el pensamiento crítico, el manejo de sentimientos y emociones y por último, el manejo de tensiones o estrés. En este sentido autores como Martínez (2014) manifiestan que las competencias psicosociales suelen ser específicas de cada contexto y supone la congruencia de valores, tradiciones, creencias y prácticas de cada grupo humano.

En este proceso, las habilidades para la vida se fueron construyendo y reforzando en los espacios de debate, cuando expresaban ser gestores de cambio, con potencialidades para asumir la sensibilización y la formación de otros jóvenes en el tema de derechos humanos y cultura de paz, o cuando al tratar temas como la *Vivencia de ser joven en Guararí*, lograban reconocerse con características de líder comunal, al saberse con herramientas para enfrentar las exigencias y los desafíos de la comunidad de Guararí.

Cada sesión fue el espacio para el cuestionamiento personal, grupal y comunal, surgiendo posiciones críticas, pero también transformadoras para sus vidas. Para los jóvenes, las habilidades y las competencias adquiridas, contribuye a mejorar pensamientos y posiciones frente a un contexto

violento, marcado por el consumo del licor y las drogas, al considerar en sus debates alternativas justas y equitativas, pero también realistas tomando en cuenta las estructuras de poder que los ubica en muchas ocasiones en una condición de desventaja social.

Como resumen de esta parte del proceso planteamos que:

- El trabajo personal y colectivo en este tipo de procesos contribuyen a la transformación social como sujetos sociales que son.
- Las herramientas brindadas contribuyeron a un cambio personal, en especial lo relacionado con lo emocional.
- La responsabilidad ante la toma de decisiones y las acciones personales debe ser una constante en sus vidas.
- En las relaciones interpersonales es fundamental la tolerancia, el respeto, el diálogo y la empatía.
- Los conocimientos y destrezas en habilidades para la vida les permiten apoyar a otros jóvenes, como procesos de desarrollo comunal.

APRENDIZAJES Y RECOMENDACIONES

La experiencia sistematizada nos muestra un camino recorrido que fue construido paso a paso alrededor de los intereses y necesidades del Grupo Construyéndonos. Tener esto como centro de nuestro trabajo universitario, nos reta a desvestirnos de prejuicios, nos reta a desaprender viejos modos verticalistas y adultocéntricos de relacionarnos con la juventud, sobre todo si el entorno de ésta es una comunidad vulnerabilizada por el riesgo social.

La construcción paso a paso nos da también una idea de proceso, porque los cambios sociales y el rompimiento de la cultura de violencia no se logra en un taller, no se logra en un momento dado. Esta idea de proceso es también interiorizada y comprendida por el grupo de jóvenes quienes hoy se perciben distintos a aquellos que iniciaron su camino en el año 2016.

Esto se manifiesta en el Taller de Reconstrucción Histórica realizado con el grupo para efectos de esta sistematización de la experiencia que hoy compartimos, cuando nos muestran que el camino no ha acabado, cuando nos muestran el camino a seguir, cuando nos plantean: que debemos continuar profundizando en el tema del autoconocimiento, pues consideran que trabajarse a sí mismos es un proceso largo que requiere de distintos momentos y recursos que hay que gestionar, que requieren formación en temas de liderazgo pues se visualizan en el rol de multiplicadores de experiencias de aprendizaje con sus pares, con otros jóvenes.

Como proceso, hemos identificado como factores de éxito en esta experiencia:

- La co-construcción del proceso desde la horizontalidad, el diálogo y el respeto.
- La estrategia metodológica empleada y las técnicas desde la ludopedagogía.
- El desarrollo de un proceso interesante y seguro para cada persona parte de este.
- La existencia de un espacio de encuentro, materiales y refrigerio para cada sesión.
- La experiencia de la Universidad Nacional en procesos comunitarios y grupales.

Por otra parte, la experiencia de sistematización nos muestra oportunidades de mejora. El grupo Construyéndonos tiene las capacidades y potencialidades de ser un espacio autogestionado por las y los participantes, por ello es fundamental que el Proyecto Ciudades Culturales responda a la petición del grupo de facilitar herramientas para que en un futuro próximo la labor de Construyéndonos sea sostenible y replicable en otros grupos de jóvenes.

Desde el Proyecto Ciudades Culturales se podría plantear la posibilidad de un evento (curso teórico-práctico, seminario, congreso) sobre derechos humanos y cultura de paz, para que el grupo de jóvenes Construyéndonos participe y pueda acceder a herramientas metodológicas para el trabajo en su comunidad. Esta iniciativa se ha puesto en práctica con personas funcionarias de la red interinstitucional de Guararí, sin embargo, sería interesante y provechoso que las y los jóvenes puedan participar de estos espacios lúdicos y formativos.

Durante la experiencia, el grupo demandaba estar abierto a trabajar con otras personas jóvenes, sin embargo, hizo falta dar el paso a redes intergrupales, al establecimiento de alianzas estratégicas de Construyéndonos con otros grupos comunitarios para el trabajo conjunto. Ya sea por inversiones estatales, proyectos de bien social o esfuerzos y recursos comunitarios, en cada comunidad hay espacios de encuentro, físicos y humanos que deben ser aprovechados por las personas que componen esa comunidad, tal es el caso del CCP de Guararí.

A partir de nuestra experiencia y a modo de recomendaciones, planteamos las siguientes para aquellas personas que se encuentren desarrollando procesos de aprendizaje con jóvenes:

- Considerar la heterogeneidad de los grupos, no solo por las personas como tal, sino porque cada una tiene historias y experiencias distintas que van a llevar al grupo en el proceso de co-construcción del proceso.
- Tener empatía y apertura, ya que las personas podrían llegar a abrirse de tal manera que hay que saber afrontar lo que surge en el proceso sin caer en estereotipos y/o prejuicios.
- Trabajar los estigmas propios e internos, hay que entablar una relación cordial, no suponer que las poblaciones necesitan que se les salve de su situación o condición, este tipo de procesos deben ser una construcción conjunta y horizontal.

- Consensuar un modo de operación y una metodología que permita la planificación previa de cada sesión, pero sin perder de vista la necesidad de adaptarse y ser flexibles en los momentos que sea necesario, ya sea por temas de recursos o por las dinámicas grupales.
- Así como se debe consensuar lo más estratégico y operativo, es fundamental construir la agenda temática conjunta con el grupo ya que no se trata de un espacio académico o bancario, sino todo lo contrario, lúdico y participativo.

A lo interno de nuestra Universidad se hace necesario seguir facilitando este tipo de procesos comunitarios y grupales que contribuyan con la transformación social humanista, desde enfoques constructivistas abandonando lo burocrático, lo vertical y el adultocentrismo, comprendiendo que es la juventud la que está en el centro de los procesos y que, en el desarrollo de los mismos, aprendemos todos y todas.

Sin duda este tipo de procesos se evidencia de que es posible construir aprendizajes y así, buscar colectivamente una transformación humanista. Por eso para terminar se hacen propias las palabras que una vez dijo el psicólogo y psicoanalista Jung (2018, párr. 4):

Conozca todas las teorías. Domine todas las técnicas, pero al tocar un alma humana sea apenas otra alma humana

Referencias

- Agüero, J. y Segura, D. (2017). Construyéndome (Informe de Práctica de Curso). En *Curso: Modelos de Intervención en Procesos Grupales*. Escuela de Psicología, Universidad Nacional, Heredia.
- Aguilar-Ramírez, E., Calvo-Sánchez, L. y Castro-Flores, K. (2016). *Conocimiento, paz y gestión social. Un proyecto con miras interdisciplinarias* (Código SIA 0047-13).
- Apodaka, M. (2004). *Dinámica de grupos. Dinamización de metodologías y procesos para la democracia participativa*. Bilbao España: Urtxintxa Eskola. Recuperado de <https://docplayer.es/15475163-Dinamica-de-grupos-dinamizacion-de-metodologias-y-procesos-para-la-democracia-participativa.html>
- Castillo, J. (2016). *Derechos humanos y cultura de paz* (Informe de Práctica Profesional Supervisada Bachillerato). En *Curso: Práctica Profesional Supervisada*. Escuela de Relaciones Internacionales, Universidad Nacional, Heredia.
- Cerdas, E. (2013). Experiencias y aprendizajes con juegos cooperativos. *Revista Paz y Conflictos*, 6, 107-123. Recuperado de http://www.ugr.es/~revpaz/numeros/rpc_n6_2013_completo.pdf#page=107
- Céspedes, N. (Setiembre-diciembre, 2015). Apostando por la formación de educadores populares: La experiencia del diplomado de educación popular. *La Piragua*, 41, 93-103. Recuperado de <https://www.oei.es/historico/org3.htm>
- Chan-Jiménez, J. y Sánchez-Acuña, N. (2016). Articulación interinstitucional para la promoción de una cultura de paz en comunidades de riesgo social: La experiencia de la Universidad Nacional de Costa Rica. *Revista Trama*, 5(2), 41-50.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2017). *Habilidades para la vida. Herramientas para el buen trato y la prevención de la violencia*. Venezuela: Autor. Recuperado de <https://docplayer.es/76382762-Habilidades-herramientas-para-el-buen-trato-y-la-prevencion-de-la-violencia.html>

- Grillo, M. (2014). *Modelo base de atención Centros Cívicos por la Paz (CCP)*. (Trabajo de consultoría). San José, Costa Rica: Ministerio de Justicia y Paz.
- Jung, C. J. (2018). Frase de Carl Jung que te ayudarán a entenderte a ti mismo y a los demás. *Cree en foz*. Recuperado de <https://creeenvos.com/autoestima/frases-de-carl-jung-que-te-ayudaran-a-entenderte-a-ti-mismo-y-a-los-demas/>
- Martínez, V. (2014). Habilidades para la vida: Una propuesta de formación humana. *Itinerario educativo*, 28(63), 61-89. doi: <https://doi.org/10.21500/01212753.1488>
- Ministerio de Justicia y Paz. (s. f.). *Centros cívicos para la paz*. Recuperado de <https://www.mjp.go.cr/viceministeriopaz/CentroCivico>
- Schunk, D. (2012). *Teorías del aprendizaje: Una perspectiva educativa* (6a ed.). México: Pearson.
- Tzic, J. E. (2012). *Actividades lúdicas y su incidencia en el logro de competencias* (Tesis de Licenciatura). Universidad Rafael Landívar, México.
- Universidad Nacional, Vicerrectoría de Extensión. (2016). *Ciudades Culturales: UNA Alianza para el Futuro* (Código SIA 0598-15).
- Vargas, L. (1994). Sobre el concepto de percepción. *Alteridades*, 4(8), 47-53. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/747/74711353004.pdf>