

# TRATAMIENTO PSICOLÓGICO A DISTANCIA PARA NIÑOS/AS

Principios rectores basados en investigación reciente con niños/as de Siria  
Traducción de páginas seleccionadas

MacEwen, F., Bosqui, T., Chehade, N., Saad, S., Abdul, D., Skavenski, S., Murray, L., Pluess, M. & Equipo de estudio t-CETA (2020).  
Delivering psychological treatment to children via phone: A set of guiding principles based on recent research with syrian refugee children.  
London: National Institute for Health Research.

Grupo de Investigación en Psicología Comunitaria  
Departamento de Psicología - PUCP  
22 de mayo 2020



GRUPO DE  
INVESTIGACIÓN  
EN PSICOLOGÍA COMUNITARIA

# Datos del documento

## Dirigido a:

Servicios de salud mental que estén adaptando terapias de atención a distancia o vía telefónica. Especialmente relevante para personal y líderes de salud mental que dirigen acciones a población vulnerable.

Se proponen principios básicos que **requieren ser adaptados según el contexto**, a fin de crear **protocolos apropiados a la población y al tipo de servicio** de salud mental que se ofrezca.

## Índice

1. Planificación previa al establecimiento del servicio a distancia
2. Habilidades para tratamiento psicológico a distancia o por teléfono
3. Retos y recomendaciones

MacEwen et al. (2020) Delivering psychological treatment to children via phone: A set of guiding principles based on recent research with syrian refugee children. London: National Institute for Health Research.

## DELIVERING PSYCHOLOGICAL TREATMENT TO CHILDREN VIA PHONE: A SET OF GUIDING PRINCIPLES BASED ON RECENT RESEARCH WITH SYRIAN REFUGEE CHILDREN



Fiona S. McEwen<sup>1</sup>, Tania Bosqui<sup>2</sup>, Nicolas Chehade<sup>3</sup>, Stephanie Saad<sup>3</sup>, Diana Abdul Rahman<sup>3</sup>, Stephanie Skavenski<sup>4</sup>, Laura Murray<sup>4</sup>, Michael Pluess<sup>1</sup> & the t-CETA study team

<sup>1</sup> Queen Mary University of London, United Kingdom

<sup>2</sup> American University of Beirut, Lebanon

<sup>3</sup> Médecins du Monde, Lebanon

<sup>4</sup> Johns Hopkins University, USA

For further information contact Fiona McEwen ([f.mcewen@qmul.ac.uk](mailto:f.mcewen@qmul.ac.uk)) or Michael Pluess ([m.pluess@qmul.ac.uk](mailto:m.pluess@qmul.ac.uk))

### Summary

This guidance document sets out basic principles for the delivery of psychological therapy to children via telephone, drawing on recent experience of adapting an existing treatment programme to phone-delivery among Syrian refugee children in Lebanon.

It is aimed at mental health services that are adapting therapies to phone-delivery, and is especially relevant for those working in refugee or other low resource settings. Although we propose a number of specific solutions, **it is important that each service adapts these further in order to create protocols that are appropriate to their specific setting, population, and type of therapy.**

Key points covered include:

- Developing safety protocols for managing risk over the phone
- Adapting therapy to maintain child engagement and using alternatives to workbooks or written materials
- Tips to manage specific practical and treatment-related challenges that can arise during therapy

This guidance document was developed by Prof Michael Pluess and Dr Fiona McEwen (Queen Mary University of London), Dr Tania Bosqui (American University of Beirut), Nicolas Chehade (Médecins du Monde), and Dr Laura Murray and Stephanie Skavenski (Johns Hopkins University).



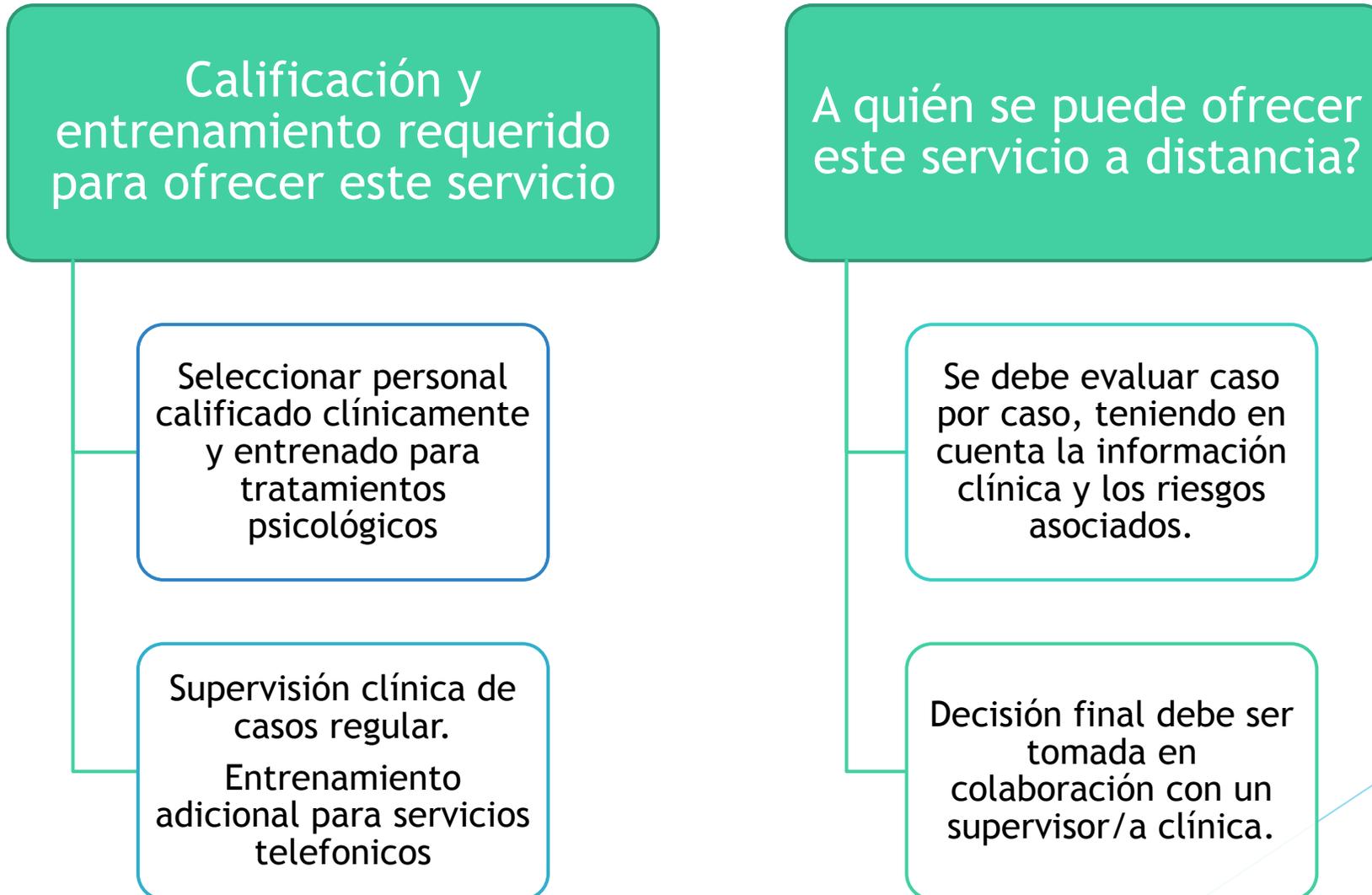
**NIHR** National Institute  
for Health Research

1



GRUPO DE  
INVESTIGACIÓN  
EN PSICOLOGÍA COMUNITARIA

# El servicio de tratamiento psicológico a distancia



# 1. Planificación previa al tratamiento psicológico a distancia

## A. Mapeo de servicios locales **previo al inicio de** la atención telefónica:

- ▶ Identificar y hacer alianza con **servicios locales** a fin de proveer servicio en persona al niño/a **en caso de emergencia**. Priorizar servicios públicos y subsidiados. Estar al tanto de **disponibilidad y modos de acceso**.
- ▶ Proveer a las familias los teléfonos de emergencias y los procedimientos para acceder a los servicios en caso de emergencia.

## B. Desarrollo de **protocolos para el manejo de riesgos**:

- ▶ Protocolo para asegurarse de que el **niño/a está en un lugar seguro** donde discutir temas sensibles sin exponerse a riesgos, asegurando un plan de cuidado y seguridad.
- ▶ Protocolo para el cuidado de la **confidencialidad**.
- ▶ Protocolos de **respuesta ante riesgo** de autolesiones o ideación suicida.
- ▶ **Los/as consejeros/as deben tener el soporte necesario** y la línea de responsabilidades clara para realizar la toma de decisiones, especialmente cuando trabaja desde casa.
- ▶ Es indispensable contar con un **supervisor/a clínico disponible** a quien poder contactar durante los horarios de atención telefónica.

# 1. Planificación previa al tratamiento psicológico a distancia

## C. Habilitación de espacio y recursos para la atención por teléfono

- ▶ Asegurar que los/as consejeros/as cuentan con: un **espacio privado** desde donde brindar el servicio (desde oficina o en su casa), un **teléfono de reemplazo y crédito (saldo)** en caso de fallas técnicas. Se recomienda facilitar auriculares.

## D. Adaptación de la terapia psicológica para realizarla por teléfono

- ▶ Puede ser difícil que los/as niños/as mantengan la atención al teléfono por periodos largos. Se recomienda **sesiones cortas (máx. 30 minutos) y con mayor frecuencia**.
- ▶ En cada sesión, incorporar **juegos o actividades** variadas para **mantener la motivación y compromiso** del niño/a.
- ▶ Planificar y distribuir los objetivos de cada sesión de forma que cada sesión **se cierre apropiadamente**. Y se mantenga monitoreado el objetivo del tratamiento.
- ▶ Hablar con el **cuidador/a** del niño/a al inicio y al final de cada llamada; adicionalmente solicitar que esté **disponible** en caso de dificultades.

## 2. Habilidades para el tratamiento psicológico a distancia

- ▶ Antes de conducir un tratamiento psicológico a distancia, es indispensable asegurar que el equipo a cargo del tratamiento psicológico está **entrenado para el manejo de casos** y ha adquirido **habilidades para la facilitación telefónica** de los mismos.

- A. Preparación práctica
- B. Protección de datos y confidencialidad
- C. Estrategias para facilitar la dinámica telefónica
- D. Vigilancia y protección infantil

## 2. Habilidades para el tratamiento psicológico a distancia

---

Controlar que el teléfono tiene batería y una buena conexión antes de la llamada. Así como un teléfono adicional en caso de fallas técnicas o riesgos inminentes de seguridad.

---

Definir un plan con las familias en caso de que se pierda la conexión telefónica. Ejm. Acordar intentar llamar 3 veces durante 15 min, o llamar al día siguiente a la misma hora, etc.

---

Ser flexible en la programación de citas, a fin de poder responder rápidamente cuando las familias tienen acceso a un teléfono para llamar.

---

Recopilar números de teléfono alternativos de las familias, para tener opciones si falla la línea principal; siempre verificar el consentimiento.

---

Cuando hay posibilidades de smartphones, usar también otros medios de contacto, como aplicaciones de mensajería (Ejm. WhatsApp).

### A. Preparación práctica

## 2. Habilidades para el tratamiento psicológico a distancia

---

Asegúrese de llamar desde un espacio privado.

---

No exponga el motivo de su llamada hasta tener seguridad de que está hablando con la persona correcta.

---

Posponga la cita si no puede corroborar la identidad del receptor de la llamada.

---

### **B.** **Protección de datos y confidencialidad**

Antes de iniciar la sesión, solicite detalles sobre el lugar donde se encuentra el niño/a o su cuidador/a, para asegurarse de que tienen privacidad. Defina qué hacer si alguien entra o si ya no es cómodo o seguro hablar.

---

Explique al niño/a o su cuidador/a desde dónde está usted hablando para establecer un sentimiento de seguridad, reciprocidad y confianza.

---

Reprograme las citas si se ven interrumpidas por dificultades imprevistas (como el ingreso de hermanos/as, parientes o vecinos)

---

Pregunte sobre el nivel de comodidad y privacidad del niño/a si parece haber un cambio en la forma de comunicarse (como vacilación o silencio), o en caso haya un aumento en el ruido de fondo.

---

## 2. Habilidades para el tratamiento psicológico a distancia

---

Poner especial atención a **señales no visuales**, como:

- Respuestas vacilantes o contradictorias
  - Silencios prolongados o cambios frecuentes de tema
  - Cantar o salir de la habitación para hablar o jugar otras personas
- De presentarse alguna señal, explore cuidadosamente.
- 

De identificar **aburrimiento o distracción**, intente:

- Cambiar a sesiones más cortas y aumente la frecuencia
  - Tomar descansos regulares
  - Incorporar en las sesiones actividades más interactivas (como juegos de palabras que se pueden hacer por teléfono).
- 

Si identifica **incomodidad** en el teléfono, trate de hacer arreglos para que un cuidador/a o alguien cercano de la familia se sienta con el niño/a hasta que este cómodo/a para hablar por teléfono por su cuenta.

---

**Reconocer y normalizar** los sentimientos de extrañeza de la atención telefónica, si esta resulta inicialmente inusual para el usuario/a.

---

Asegurese de haber sido **entrenado/a lo suficiente y de experimentar comodidad del personal de salud mental** para la atención por teléfono, esto tiene un efecto en la tranquilidad de los niños/as con quienes se trabaje.

---

### C. Estrategias para facilitar la dinámica telefónica

## 2. Habilidades para el tratamiento psicológico a distancia

---

### D. Vigilancia y protección infantil

**Antes** de cada llamada:

- Asegúrese de estar familiarizado con todos los **procedimientos de protección de menores**
- Corrobore que haya un **supervisor clínico disponible**.
- Asegúrese de estar al tanto del **historial de protección infantil o preocupaciones de seguridad para el niño/a de la sesión**.

**Durante** las llamadas:

- Preste atención a posible incomodidad o vacilación cuando discuta cuestiones de protección y **explore si se presentan indicios de posibles riesgos**.
- Asegúrese de que el niño/a esté en un **espacio privado** y libre de riesgos para comunicarse.
- **Reiterar la confidencialidad y las excepciones** de divulgación en caso de riesgo de daño a sí mismo/a o a otros/as.
- Solicite **permiso** del niño/a y de sus cuidadores/as (no perpetradores) si es necesario **reportar información de riesgo infantil**.
- **Ante riesgos inminentes, informe al supervisor/a clínico/a** mientras la familia todavía está en línea para garantizar que el riesgo se maneje adecuadamente.

# 3. Retos y recomendaciones

- ▶ Es indispensable que el equipo a cargo de la atención cuente con **capacidades de atención clínica** y **estrategias para facilitar la atención por teléfono**.

A. Desafíos técnicos y contextuales

B. Desafíos específicos del tratamiento por teléfono

C. Juegos y otros consejos

# 3. Retos y recomendaciones:

## A. Desafíos técnicos y contextuales

Desafíos	Recomendaciones
<b>Desconexión de llamadas</b>	<p>Intente devolver la llamada, repita hasta 5 veces; espere 3-5 minutos entre cada intento. Si no tiene éxito, intente nuevamente después de 1 hora. Intente en horas diferentes del día. Ejm. Si se llamaba por la mañana, intente por la tarde.</p> <p>Asegúrese de tener todos los detalles de contacto de la familia, incluidos los nombres completos de los cuidadores/as y del niño/a, la dirección completa y números de teléfono alternativos.</p> <p>Si la familia tiene un teléfono inteligente, solicite su número con una cuenta de WhatsApp asociada (u otra aplicación de mensajería), para tener múltiples opciones para comunicarse con la familia en caso se pierda la llamada.</p>
<b>Ruido de fondo, el niño/a no se encuentra solo o está en un espacio inadecuado</b>	<p>Reitere los criterios sobre un lugar seguro y privado para el niño/a y pídale al cuidador/a que ayude a encontrar un espacio apropiado.</p> <p>Explique las razones para encontrar un espacio más tranquilo tanto para el niño/a como para el cuidador/a:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Se podrán escuchar mejor mutuamente. La sesión será más rápida y fácil.</li><li>- Menos frustrante tanto para el niño/a como para el consejero/a.</li><li>- Es probable que el niño/a se sienta más a gusto hablando sobre asuntos personales cuando está solo/a.</li><li>- El niño/a podrá concentrarse mejor sin distracciones; use analogías (Ejm. Intentar hacer la tarea cuando hay distracciones).</li><li>- El consejero/a puede concentrarse mejor cuando trata de ayudar al niño/a a identificar opciones de solución.</li></ul>

# 3. Retos y recomendaciones:

## B. Desafíos específicos del tratamiento por teléfono

Desafíos	¿Cómo reconocerás este desafío?	Recomendaciones
El niño/a se muestra poco expresivo, silencioso, desconectado.	El niño/a no responde a las preguntas o es difícil obtener una respuesta	<p>Sea paciente: la terapia por teléfono probablemente sea nueva para el niño/a.</p> <p>Normalice y valide los sentimientos: <i>"Está bien si sientes que esto es extraño/incómodo" o "Esto es algo nuevo para ti, y hablar sobre asuntos personales por teléfono puede hacernos sentir incómodos/as".</i></p> <p>Trate de entender por qué el niño está desconectado (Ejm. falta de confianza, miedo a ser escuchado, aburrimiento, no entiende las preguntas).</p> <p>Recuérdle que la sesión es confidencial y que la llamada no se graba.</p> <p>Introduzca juegos durante la sesión para que sea menos formal (ver opciones más adelante). Convierta las actividades de la sesión en procesos de aprendizaje interactivos en lugar de centrarse en la explicación.</p>
El niño/a no entiende las preguntas, el plan de sesión o las actividades.	Identifique lo que el niño/a no comprende. Algunas señales: <ul style="list-style-type: none"><li>- Olvida la pregunta</li><li>- Distracción</li><li>- Respuestas inconsistentes</li><li>- Indicios de cansancio</li></ul>	<p>Repita el tema, pregunta o actividad que se está discutiendo.</p> <p>Adopte el enfoque de "preguntas": convierta la discusión en un enfoque de toma de decisiones más interesante, interactivo y conjunto. Después de cada explicación, pídale al niño/a que describa lo que entendió en sus propias palabras o que dé ejemplos prácticos.</p> <p>Use juegos que aumenten la concentración, por ejemplo, juegos de colores o juegos de adivinanzas.</p>

### 3. Retos y recomendaciones:

## B. Desafíos específicos del tratamiento por teléfono

Desafíos	¿Cómo reconocerás este desafío?	Consejos
<p>Parece que el niño/a no puede quedarse quieto.</p>	<p>Escuche las señales de que el niño/a es muy activo/a, incluyendo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Saltar o jugar mientras habla por teléfono.</li><li>- Dejar el teléfono para ir a jugar con hermanos/as o amigos/as.</li><li>- No responde a las preguntas o responde de forma inconsistente.</li><li>- Se distrae fácilmente por el entorno.</li></ul>	<p>Evitar que, al tratar de ser más firme o hacer cumplir las reglas se termine en una lucha de poder con el niño/a.</p> <p>En cambio, introduzca actividades lúdicas en la sesión, convirtiendo cada paso en una actividad.</p> <p>Involucre al niño en la toma de decisiones, la planificación y la realización de la sesión; dele al niño espacio para decidir qué hacer a continuación, dele un sentido de control y responsabilidad; Esto debería reducir la tendencia del niño a interrumpir la sesión (ver Tabla C).</p> <p>Use descansos cortos entre cada actividad de la sesión y pídale al niño que elija un juego para jugar durante los descansos o pregúntele si quiere cantar una canción (vea la Tabla C).</p> <p>Juegue al principio y al final de cada sesión (ver Tabla C)</p>

### 3. Retos y recomendaciones:

## B. Desafíos específicos del tratamiento por teléfono

Desafíos	¿Cómo reconocerás este desafío?	Consejos
El niño/a llora	El niño está llorando mientras habla por teléfono.	<p>Trátelo como lo haría cuando se encuentre cara a cara con un niño/a que llora.</p> <p>Permanezca en el teléfono mientras el niño llora. Concéntrese en las señales no visuales y no verbales para juzgar la angustia del niño (pausas, hipo, falta de aliento, etc.).</p> <p>Dele al niño/a espacio y tiempo para llorar: explique que el niño puede tomarse su tiempo, puede llorar ahora o puede tomar un descanso y llorar.</p> <p>Normalice y valide sus sentimientos: explique que es normal sentir lo que sienten actualmente y que está bien llorar.</p> <p>Verifique los alrededores del niño:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- ¿Se sienten cómodos donde van a continuar la sesión?</li><li>- ¿Se sienten cómodos para llorar en ese espacio?</li></ul>

### 3. Retos y recomendaciones:

## B. Desafíos específicos del tratamiento por teléfono

Desafíos	¿Cómo reconocerás este desafío?	Consejos
El niño/a se enoja	<p>El niño podría tener arrebatos de ira. Puede negarse a hablar o dejar de responder. Puede colgar el teléfono y alejarse.</p> <p><i>La ira puede estar relacionada con el contenido de la sesión (Ejm. las preguntas se sienten demasiado personales o intrusivas) u otros factores (Ejm. el ruido o las personas que los rodean).</i></p>	<p>¡No te lo tome como algo personal! Mantenga la calma.</p> <p>Recuerde que el niño tiene derecho a sentir cómo se siente en ese momento; darle al niño un margen de maniobra para la catarsis y la reactividad.</p> <p>No presione al niño para que haga cosas que no quiere hacer; déjelos decidir si quieren detener la sesión.</p> <p>Hable con el cuidador/a para averiguar por qué el niño/a está enojado/a. Trabaje con el cuidador/a sobre formas de manejar el comportamiento del niño durante la llamada. Puede explicar el propósito de la sesión y verificar los sentimientos y la actitud del niño hacia las sesiones telefónicas.</p> <p>Pruebe un enfoque de exposición gradual con llamadas de práctica durante un par de días:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Primera sesión: principal actividad de la sesión es conversación entre el cuidador/a y el niño/a.</li><li>- Segunda sesión: el niño está presente mientras el cuidador/a realiza parte de la sesión por teléfono.</li><li>- Tercera sesión: el niño/a realiza parte de la sesión mientras el cuidador/a está presente.</li></ul>

### 3. Retos y recomendaciones:

## B. Desafíos específicos del tratamiento por teléfono

Desafíos	¿Cómo reconocerás este desafío?	Consejos
El niño/a se enoja (continuación)	<p>El niño podría tener arrebatos de ira. Puede negarse a hablar o dejar de responder. Puede colgar el teléfono y alejarse.</p> <p><i>La ira puede estar relacionada con el contenido de la sesión (por ejemplo, las preguntas se sienten demasiado personales o intrusivas) u otros factores (por ejemplo, el ruido o las personas que los rodean).</i></p>	<p>Si el niño/a se enoja durante una sesión, llame después solo para registrarse y establecer una buena relación; use esta llamada para hablar también con el cuidador/a sobre la preparación para la próxima sesión</p> <p>Si el niño/a está enojado por preguntas personales:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Explique que las preguntas son para construir un "mapa personal" - para ayudar a comprender las dificultades que tienen, los problemas que enfrentan, sus fortalezas y cómo manejan la situación.</li><li>- Use la analogía de un médico/a que hace preguntas para saber cómo brindar el tratamiento adecuado.</li></ul> <p>Si el niño/a se enoja por el ruido de fondo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Hable con el cuidador/a sobre cómo encontrar un espacio seguro y privado.</li><li>- Pídale al cuidador que hable con el niño/a sobre el uso del espacio acordado para las sesiones.</li></ul>

# 3. Retos y recomendaciones:

## B. Desafíos específicos del tratamiento por teléfono

Desafíos	¿Cómo reconocerás este desafío?	Consejos
El niño/a tiene miedo	<p>El niño/a duda en responder o parece mentir en las respuestas.</p> <p>El niño puede decir que tiene miedo de hablar por teléfono.</p> <p>Puede estar asustado/a porque:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Le preocupa que alguien más escuche la llamada o que se grabe.</li><li>- No confían en el personal de salud mental, ni en el propósito de las sesiones.</li><li>- Le preocupa que alguien en su casa escuche.</li><li>- Hay exposición a riesgo o abuso doméstico.</li></ul>	<p>Trate de entender la razón del miedo o la preocupación. Normalice y valide los sentimientos de miedo y preocupación.</p> <p>Asegúrele al niño que la llamada no se grabará y que lo que dice el niño permanece entre usted y el niño.</p> <p>Reitérele el concepto de privacidad y confidencialidad y repase las excepciones:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Divulgación en caso de riesgo de daño.</li><li>- Proceso de supervisión sin usar nombres, solo para poder brindar un servicio mejor y más útil (puede dar ejemplo de un cuidador/a que revisa la tarea de un niño/a para ayudarle).</li></ul> <p>Cuénteles dónde está sentado/a: en una habitación con la puerta cerrada para que otras personas no puedan escuchar.</p> <p>Verifique los alrededores del niño/a: ¿se encuentran en un espacio privado y seguro?</p> <p>Recuérdale el acuerdo de qué hacer si alguien entra en la habitación; acordar lo que dirá el niño/a si ya no es seguro o cómodo hablar.</p> <p>Si hay un problema de protección:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Obtenga más información por teléfono, si es seguro hacerlo.</li><li>- Si existe el riesgo de daños, no haga más preguntas por teléfono.</li><li>- Siga el protocolo de seguridad desarrollado localmente y organice derivación de ser necesario.</li></ul>

### 3. Retos y recomendaciones:

## B. Desafíos específicos del tratamiento por teléfono

Desafíos	¿Cómo reconocerás este desafío?	Consejos
Las respuestas del niño/a parecen falsas o similares a las de un examen.	El niño/a no da respuestas completas u honestas. El niño/a parece creer que la sesión es una prueba y que tiene que dar la respuesta "correcta" a "aprobar", por ejemplo, en relación con los síntomas o sobre la tarea de la última sesión.	<p>Recuérdole al niño/a que:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. La sesión no es una prueba o examen: No hay respuestas correctas o incorrectas. No hay calificaciones en las respuestas</li><li>2. Cada persona tendrá un tipo diferente de respuesta a la pregunta, un tipo diferente de sentimiento y diferentes formas de pensar: ¡esto es normal!</li></ol> <p>Normalice y valide los sentimientos, recordándole al niño/a que:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Es normal sentirse así, especialmente cuando haces muchas preguntas.</li><li>- Hablar sobre asuntos personales por teléfono puede ser estresante y generar preocupación por lo que dicen.</li><li>- Puede llevar un tiempo acostumbrarse porque esta es una nueva forma de hacer las cosas.</li></ul> <p>Dígale al niño/a que, para poder ayudarlo mejor, necesita saber lo que siente y piensa, por ejemplo, qué lo hace sentir estresado.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Puede usar el ejemplo de un médico que necesita hacer preguntas y tener respuestas honestas para poder elaborar el tratamiento adecuado</li></ul> <p><i>“Al igual que un médico que pregunta qué te duele para lograr el tratamiento adecuado, trato de averiguar cómo te sientes realmente y qué te molesta, así sé qué soluciones darte para practicar. Por eso te pido que trates de darme las respuestas de cómo te sientes”.</i></p>

### 3. Retos y recomendaciones:

## B. Desafíos específicos del tratamiento por teléfono

Desafíos	¿Cómo reconocerás este desafío?	Consejos
El cuidador/a está escuchando la llamada o alimentando las respuestas del niño/a.	Puede escuchar al cuidador/a hablarle al niño durante la sesión. El niño/a parece estar distraído. El niño/a está dando respuestas tipo prueba.	<p>Reitere al cuidador/a que trabajará con ellos/as para que conozcan el contenido de cada sesión:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Encontrar un lugar seguro y tranquilo para que el niño/a esté, no es lo mismo que guardar secretos del cuidador/a.</li><li>2. Le pedirá al cuidador/a que apoye al niño/a durante el asesoramiento para que pueda compartir información sobre el progreso del niño/a en todo momento.</li></ol> <p>Si el cuidador/a parece estar alimentando las respuestas del niño/a:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Explique el propósito de las sesiones, su contenido y cómo se llevan a cabo normalmente por teléfono.</li><li>- Explique que las sesiones son totalmente personalizadas y personales; esto significa que no hay respuestas correctas o incorrectas.</li><li>- Explique que para proporcionar un servicio más adecuado y mejor ajustado, el personal de salud mental debe escuchar las respuestas del niño/a que se ajustan a sus pensamientos y sentimientos.</li><li>- Normalice y valide los sentimientos del niño/a y del cuidador/a.</li></ul>

# 3. Retos y recomendaciones:

## C. Juegos y otros consejos

Los juegos se pueden usar **al comienzo de las sesiones para romper el hielo y al final de las sesiones para terminar de manera positiva**. Además, puede usar juegos durante la sesión si es necesario volver a involucrar al niño/a o darle un descanso.

**Para conocerse:** haga preguntas y luego, el niño/a y el consejero/a las responden juntos/as. Esto ayuda a romper el hielo. *Ejemplo: “¿Cuál es tu comida favorita? ¿Actividad? ¿Canción? ¿Equipo de fútbol?” (según corresponda a la edad e intereses del niño).*

**Agregue una palabra:** una persona dice una palabra, luego la otra persona agrega una palabra, hasta construir conjuntamente una oración.

### Juegos

**Adivina la palabra:** el consejero/a piensa en una palabra y da pistas y el niño/a trata de adivinar la palabra.

**Juego de letras:** el consejero/a menciona una letra y el niño/a da 4 o 5 palabras que comienzan con esta.

**Juego de colores:** el consejero/a menciona un color y el niño/a nombra 3 objetos que pueden ver que son de ese color.

**Juego de adivinanzas / Veo-veo:** el consejero/a describe un objeto cerca de ellos y el niño/a intenta adivinar el objeto. Luego pueden revertir los roles para que el niño/a describa un objeto y el consejero/a intente adivinar qué es.

## 3. Retos y recomendaciones:

### C. Juegos y otros consejos

- ▶ **Lúdico:** hacer que las sesiones sean más animadas y vivaces, **convirtiendo cada paso de la sesión en una actividad creativa y lúdica.**
  - ▶ Por ejemplo, en lugar de hacer una pregunta regular sobre el niño/a, crear una historia proyectiva y pedirle al niño/a que la cuente
  - ▶ Para hacerlo más animado, agregar preguntas y que el niño/a complete las oraciones.
  - ▶ El objetivo debe ser hacer que el niño/a participe más activamente en la sesión y su contenido.
  - ▶ Intente incluir juegos de adivinanzas relacionados con los problemas en los que está trabajando, por ejemplo:
    - ▶ *“¿Qué crees que sentiría un niño/a en este escenario [XX]? ¿Cómo se ayudaría el niño/a a sí mismo/a entonces? ¿Qué le aconsejas que haga?*
    - ▶ *Elija el mismo género del niño/a cuando trabaje con historias proyectivas.*

# 3. Retos y recomendaciones:

## C. Juegos y otros consejos

- ▶ **Toma de decisiones:** Involucre al niño/a en la toma de decisiones de cada sesión y en su planificación. Esto le ayudará a sentirse más comprometido/a con lo que está sucediendo. Les dará una sensación de control y responsabilidad sobre las sesiones.
- ▶ **Alternativas a cuaderno de notas/tareas:** Sino se puede enviar cuaderno de notas/tareas puede utilizar accesorios que puedan encontrar a su alrededor. Por ejemplo:
  - ▶ Si está haciendo **una lista** con un niño/a que no tiene un bolígrafo o papel, intente usted escribir la lista y enviarla por teléfono. O repita la lista y pida que repitan después de usted. O pídale al cuidador/a que escriba la lista. O explique la lista al cuidador/a y pídale que la memoricen, ayudando así al niño/a a recordarla.
  - ▶ Si desean hacer una escala de **puntajes/ calificación:** pueden usar piedras de diferentes tamaños (Ejm. colocar piedras pequeñas, medianas y grandes y elegir cuál representa cuán relajados o tensos se sienten en ese momento). O usar sus dedos para representar una escala de calificación de 0 a 5 (Ejm. pedirle al niño que cuente sus dedos hasta cinco, explicando que cada uno agrega un nivel de fuerza o intensidad al sentimiento que está explicando).

# 3. Retos y recomendaciones:

## C. Juegos y otros consejos

- ▶ Si deja tareas de una sesión a otra: puede ser más difícil verificar por teléfono si la tarea se está completando. Puede hacer preguntas específicas, por ejemplo:
  - ▶ "¿Cuándo hiciste tu tarea?"
  - ▶ "¿Quién te ayudó a hacer tu tarea?"
  - ▶ "¿Puedes decirme exactamente lo que hiciste en tu tarea?"
  - ▶ "¿Cómo lo encontraste? ¿Fue difícil? ¿Fue fácil?" "¿Encontraste algún desafío al hacer la tarea?"
  - ▶ "¿Tienes alguna pregunta al respecto?"
- ▶ Resalte la importancia de la tarea de sesión en sesión, su propósito y cómo ayudará a comprender mejor las actividades y habilidades en la sesión. Puede compararlo con otras actividades que le gustan al niño/a y que requieren práctica (Ejm. montar bicicleta, jugar al voley/fútbol, preparar alimentos, matemáticas, o alguna materia escolar).
- ▶ Discuta la tarea y el plan semanal con el cuidador/a y solicite su apoyo con la tarea, de ser pertinente. Puede hacer algunos deberes de práctica para la habilidad o actividad con el cuidador/a durante la llamada para que entiendan de qué se trata.

# 3. Retos y recomendaciones:

## C. Juegos y otros consejos

- ▶ Si el niño/a necesita usar el altavoz del teléfono para realizar alguna actividad que requiera el uso de ambas manos (como hacer ejercicios de relajación), siga los siguientes pasos:
  - a. Verifique la privacidad; asegúrese de que esté solo/a en una habitación tranquila y privada (a menos que se acuerde que el cuidador/a estará presente para la sesión).
  - b. Pídale al niño/a que active el altavoz y que coloque el teléfono junto a él/ella. El niño/a debe permanecer cerca del teléfono para poder escuchar al consejero/a y hablar sin necesidad de alzar la voz.
  - c. Identifique los ruidos de los alrededores y consulte con el niño/a si piensa que alguien entra; verifique que el niño aún pueda escucharle; verifique que el niño/a esté completando los pasos de la actividad.
  - d. Si se usa el altavoz durante un ejercicio, describa el ejercicio claramente para que el niño pueda visualizarlo. Pídales que expliquen el ejercicio antes de comenzar, pídales que expliquen lo que están haciendo mientras lo hacen.

▶ <http://departamento.pucp.edu.pe/psicologia/grupo-investigacion/psicologia-comunitaria/>

▶ Contacto: [grupo.psicomunitaria@pucp.pe](mailto:grupo.psicomunitaria@pucp.pe)

