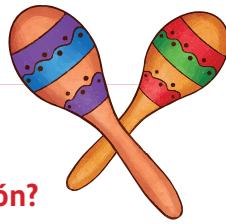


# ¡Resiliencia a través de la música y la lúdica!



## ¿Por qué y para qué creamos este manual?

“Resiliencia a través de la música y la lúdica” es una metodología de atención psicosocial desarrollada mediante el compromiso conjunto de la Secretaría de Integración Social Centroamericana (SISCA) y la Cooperación Alemana para el Desarrollo (GIZ), a través del Programa CaPAZ II, con el propósito de promover la resiliencia y empleabilidad entre las juventudes de la región centroamericana, especialmente, aquellas que enfrentan condiciones de vulnerabilidad.

Bajo esta premisa, se estableció una alianza con la Municipalidad de Ciudad de Guatemala, en particular con la Escuela de Música y el Instituto Santa María, para crear en conjunto una metodología que promoviera el desarrollo de áreas de resiliencia y empleabilidad a través de la música y la lúdica entre los jóvenes que participan en sus programas.

Su diseño retoma aprendizajes clave obtenidos en la implementación de la metodología “Resiliencia a través de la música” durante la primera fase del Programa, en la que se incorporaron enfoques de salud mental y apoyo psicosocial para el fortalecimiento de habilidades para la vida mediante habilidades sociales.

La metodología permite el fortalecimiento de gestión emocional en jóvenes, a través del reconocimiento de sus fortalezas personales y la elaboración de un plan de vida que se apoya de la expresión musical. Impulsa procesos de autoconocimiento, autoestima y toma de decisiones más conscientes. Por otro lado, “Resiliencia a través de la música y la lúdica” brinda a las instituciones una herramienta creativa, adaptable y replicable en diversos contextos.

## ¿A quién va dirigido?

El manual está pensado para personas facilitadoras, educadores, personal voluntario y profesionales de instituciones que trabajan con juventudes en actividades musicales, lúdicas o en acompañamiento psicosocial, que buscan promover la resiliencia y la empleabilidad.

Puede ser implementado por instituciones públicas, organizaciones comunitarias o escuelas de música que deseen fomentar entornos más inclusivos y resilientes.



## ¿Cómo se beneficiará tu organización?

El beneficio al integrar la metodología “Resiliencia a través de la música y la lúdica” fortalece las capacidades institucionales para acompañar a juventudes en situación de vulnerabilidad. También aporta beneficios concretos como:

- **Fortalecimiento de capacidades técnicas del personal**, con el acceso a sesiones estructuradas, ejercicios prácticos y orientaciones psicosociales para mejorar habilidades en el trabajo en temas sensibles como emociones, autoconocimiento y plan de vida.
- **Metodología replicable y de fácil implementación**, flexible para hacerlo en distintos entornos institucionales sin grandes requerimientos logísticos. Contiene aspectos básicos de música, por tanto, se adapta a diversos facilitadores y contextos.
- **Contribución a la mejora del clima institucional y la convivencia**, porque donde se implementa repercute positivamente en la dinámica interna de los equipos o espacios de trabajo, reduciendo tensiones y fortaleciendo ambientes protectores.
- **Refuerza su compromiso con los derechos de las juventudes**, con una propuesta humana y transformadora, que incorpora un enfoque preventivo frente a la exclusión social.

Para que tu organización pueda aplicarla adecuadamente, se sugiere leer todo el manual y estudiarlo a profundidad. En caso de ser necesario, o si surge alguna pregunta específica, puedes comunicarte con la Municipalidad de Ciudad de Guatemala. Encontrarás los datos en los puntos de contacto.



## Nuestra metodología: aprendizaje por experiencia

Las sesiones están estructuradas siguiendo una secuencia metodológica que incluye:

1. Bienvenida y experiencia, que estimula la expresión de emociones mediante la música y lúdica.
2. Desarrollo de la temática, donde el joven aprende habilidades y profundiza sobre sus habilidades y emociones.
3. Cierre, que orienta y ayuda a las juventudes a reflexionar sobre la sesión y facilitar la mejor compresión de la habilidad.

### ¿Qué encontrarás en este manual?

El manual del facilitador es una herramienta práctica y reflexiva, que, a través de actividades lúdicas y musicales, desarrolla dos áreas importantes que fortalecen la resiliencia y las habilidades de empleo, las cuales son: gestión emocional y autoconocimiento (plan de vida). Está organizado en tres capítulos estructurados para fortalecer tus conocimientos en resiliencia, orientaciones de facilitación y sesiones para ser facilitadas con jóvenes.

Cada una de las dos áreas a fortalecer tiene un módulo compuesto por cinco sesiones de 60 minutos, las cuales pueden adaptarse y seleccionarse según las necesidades del grupo. Se recomienda impartir una sesión por semana, y desarrollar como mínimo, tres actividades por módulo, para un total de seis sesiones.

*"A través de la música propiciamos expresión emocional, podemos reducir el estrés y la ansiedad, mejorar el estado de ánimo, fomentar la creatividad, conectar personas, lugares, motivar la reflexión y como valor agregado, propiciar la resiliencia psicosocial y empleabilidad. Estas expresiones fueron vivenciadas por jóvenes de Guatemala, procedentes de áreas de alta vulnerabilidad"*

**Emma García**  
Coordinadora de Proyectos

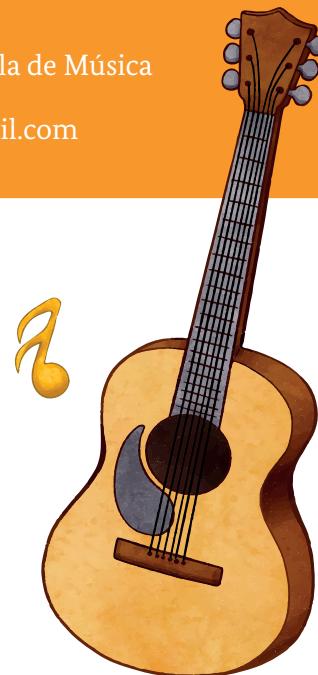


### Puntos de contacto

Si desea conocer más sobre esta metodología puede comunicarse con:

**Emma García**  
**Municipalidad Ciudad de Guatemala**  
Coordinadora de Proyectos, Dirección de Cooperación y Relaciones Internacionales  
+502 3332 3589  
egarcia.muniguate4@gmail.com

**Blanca López**  
Directora Escuela de Música  
+502 5804-6776  
birnlopez@gmail.com



Publicado por:  
Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH  
Domicilios de la sociedad, Bonn y Eschborn, Alemania  
Promoción del empleo juvenil y de la Resiliencia en Centroamérica (CaPAZ II)  
Boulevard Orden de Malta, Casa de la Cooperación Alemana,  
Urbanización Santa Elena, Antiguo Cuscatlán, La Libertad, El Salvador,  
C.A.

Dr. Volker Hamann  
volker.hamann@giz.de  
T +503 2121-5100  
F +503 2121-5101  
www.giz.de

Autor: GFA Consulting Group GmbH

Fecha: octubre 2025

GIZ es responsable del contenido de esta publicación.

En cooperación con:  
Secretaría de la Integración Social Centroamericana (SISCA)

Por encargo de:  
Ministerio Federal de Cooperación Económica y Desarrollo (BMZ)  
División 315 Centroamérica

Dirección del BMZ:  
BMZ Bonn BMZ Berlin  
Dahlmannstrasse 4  
Stresemannstrasse 94  
53113 Bonn, 10963 Berlin  
Deutschland  
T +49 (0)228 99 535-0 F +49 (0) 30 18 535-0  
T +49 (0)228 99 535-3500 F +49 (0) 30 18 5352501  
poststelle@bmz.bund.de  
www.bmz.de