



# Haciendo Cultura de Paz en y desde la Primera Infancia



## Manual de acompañamiento **Caja de Herramientas**





# Haciendo Cultura de Paz en y desde la Primera Infancia

## Parte 2

**Manual de acompañamiento**

**Caja de  
Herramientas**

FICHA TÉCNICA:

FUNDACION PANIAMOR/MINISTERIO DE SALUD/MUTUAL CARTAGO DE AHORRO Y PRESTAMOS: Manual de acompañamiento. Caja de herramientas.  
Costa Rica, 2012

**Manual elaborado por:** MSc. Mónica Berrocal Kriebel, PANIAMOR

**Revisión a cargo de:** Licda. Marcela González Coto y  
MSc. Milena Grillo Rivera, PANIAMOR

**Diagramación e impresión:** Fisión Digital JLM S.A.  
Primera Edición: 2012.

Un agradecimiento especial al personal de la Dirección Nacional de CEN CINAI, en particular al Lic. Albin Alvarado Madrigal y a la Licda. Shirley Chinchilla Brenes de la Unidad Técnica de la Dirección Regional Central Este por sus aportes, colaboración y retroalimentación en la elaboración de este proyecto.

# Agradecimientos

"Los pájaros vuelan, los peces nadan,  
y los niños juegan."  
*Garry Landreth*

La Fundación PANIAMOR reconoce los aportes recibidos de la Dirección Nacional CEN-CINAI: Dr. Guillermo Flores Galindo, Dra. María Eugenia Villalobos Hernández, Licda. Gabriela Castro Páez, Dra. Ileana Ramírez Carranza y Licda. Guiselle García Ureña; Dirección Regional Central Norte: MSc. Ivania Bonilla Garita, Licda. Georgiannella Araya Alegría, Licda. Alejandra Hernández Blanco, así como la Dirección Regional CEN-CINAI Central Este Dra. Ana Asenjo Quirós y su Área Técnica: Lic. Albin Alvarado Madrigal, Licda. Shirley Chinchilla Brenes, Lic. Enrique Mayorga Rodríguez, las Direcciones de Oficinas Locales de la Central Este: Dr. Rafael Angel Meza Madriz, MSc. Ana Cecilia Corrales Campos, Dra. Ana Isabel Umaña Calderón, Licda. Elieth Arias Mata y sus Equipos Itinerantes, que resultaron esenciales para asegurar la coherencia de sus contenidos con los enfoques que orientan el Modelo de Atención propio de la Dirección de CEN-CINAI, en cuyo marco adquiere propósito.

Especial reconocimiento por parte de PANIAMOR merecen las 400 personas del cuadro profesional y técnico de la Dirección Regional Central Este: Asistentes de Salud del Servicio Civil 2 (ASSC2), Asistentes de Salud del Servicio Civil 3 (ASSC3), Trabajadoras Auxiliares, y Asociaciones de Desarrollo de la Región de Cartago, que participaron en la fase de validación de contenidos y metodologías que hacen a la presente publicación, durante las Jornadas de capacitación de "Prevención del abuso contra niñas y niños" realizadas entre mayo y agosto 2012.

# Índice

<b>Presentación</b> .....	5
<b>Introducción</b> .....	7
<b>Conceptos teóricos</b> .....	9
<i>El desarrollo de la primera infancia</i> .....	9
<i>Cultura de paz</i> .....	11
<i>El juego y la primera infancia</i> .....	15
<b>¿Cómo funciona la caja de herramientas?</b> .....	20
<b>Reconocimiento y expresión de sentimientos</b> .....	25
<b>Manejo del enojo</b> .....	33
<b>Resolución alternativa de conflictos</b> .....	39
<b>Comunicación asertiva</b> .....	49
<b>Bibliografía</b> .....	55

# Presentación

El Modelo Creando Cultura de Paz en y desde la Primera Infancia es resultado de un proceso de identificación de valores compartidos, capacidades complementarias e intereses comunes, entre la Fundación PANIAMOR, la Mutual Cartago de Ahorro y Préstamo (MUCAP) y el Ministerio de Salud representado por la Dirección Nacional de CEN-CINAI.

Este proceso, cumplido entre el 2010 y el 2012, llevó al establecimiento de una alianza estratégica entre esas organizaciones, para trabajar unidos en el fortalecimiento del modelo de atención propio del Programa, en el ámbito de la prevención de la violencia y el abuso contra niñas y niños, y la promoción de cultura de paz desde la primera infancia. Esto teniendo a la Dirección Regional de CEN-CINAI Central Este como contraparte técnica y operativa para el logro del objetivo buscado.

La participación de MUCAP como aliado en esta iniciativa, se da en el marco de la celebración del 40 Aniversario de dicha entidad, en el 2010, ocasión que motivó a esta entidad a constituir un Fondo de apoyo al proyecto de construcción del Modelo, con inversión directa de la Mutual y participación de sus clientes y aliados. Gesto de compromiso social que PANIAMOR reconoce y agradece profundamente.

Por su parte, Paniamor, la Dirección Nacional de CEN-CINAI y la Dirección Regional de CEN-CINAI Central Este aportaron su experiencia y conocimiento para el desarrollo de una propuesta conceptual y metodológica diseñada para potenciar a sus funcionarias y funcionarios en su capacidad para actuar como agentes preventivos de la violencia y el abuso y promotores de cultura de paz desde la primera infancia. Esta propuesta es el Modelo Creando Cultura de Paz en y desde la Primera Infancia, compuesto de dos partes, como sigue:

Parte I: *Hoja de Ruta de la Dirección CEN-CINAI para la prevención, identificación, intervención y referencia de situaciones de violencia y abuso contra niñas y niños*, diseñada para fortalecer la capacidad de su personal técnico tanto para el trabajo directo con las niñas y los niños adscritos a sus servicios; como en su acción extramuros, con familias y comunidades, en el fortalecimiento de su capacidad para proteger a sus niñas y niños ante la violencia.

Parte II: *Haciendo Cultura de Paz en y desde la primera infancia, Manual de acompañamiento caja de herramientas*, de uso por el personal docente y diseñada para incorporar a niñas y niños desde los 3 a los 6 años, en espacios de formación orientados al desarrollo de cultura de paz y organizados en torno al fomento de capacidades esenciales a este estilo de vida como lo son: la expresión de sentimientos, la resolución de conflictos, el manejo de emociones y la comunicación directa con sus personas adultas responsables y con sus pares. Desde lo metodológico se incorpora el juego como recurso pedagógico preferente para las actividades propuestas.

Este es el contexto que da sustento a la presente publicación, que corresponde a la Parte II: *Guía Metodológica para Promoción de Cultura de Paz*, del Modelo Haciendo Cultura de Paz en y desde la Primera Infancia, según se desarrolla en el cuerpo del documento.

Desde PANIAMOR cerramos esta presentación celebrando una vez más la oportunidad de estrechar vínculos con el Ministerio de Salud y su Dirección de CEN-CINAI en la construcción de entornos cada día más seguros y más enriquecedores, para el desarrollo de las niñas y los niños a quienes sirve esta entidad con tanta calidad y dedicación, en comunidades estratégicas de toda nuestra nación.

Costa Rica, agosto de 2012



Milena Grillo R.  
Directora Ejecutiva  
Fundación PANIAMOR

# Introducción

La violencia y el abuso en la cotidianidad de las niñas y los niños en Costa Rica, tanto en sus hogares como en sus comunidades, son problemas cuyos índices han escalado de manera importante los últimos años. Esta problemática, considerada como obstáculo significativo para el pleno desarrollo de la primera infancia en el país, lleva a la Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral (CEN CINAI), el Ministerio de Salud de Costa Rica, la Mutual de Ahorro y Préstamo de Cartago (MUCAP) y la Fundación Paniamor a unir esfuerzos para la creación del proyecto "Haciendo cultura de paz en y desde la primera infancia". Esta iniciativa procura fortalecer las capacidades de los CEN CINAI, iniciando con la provincia de Cartago, para trabajar en dos líneas. La primera línea busca sensibilizar y empoderar a las personas adultas para lograr un manejo adecuado de la violencia y el abuso en y hacia las niñas y los niños. Para esto, se creó el "Mapa de ruta para la Prevención, Intervención y Referencia de Situaciones de Abuso contra Niñas y Niños del Programa CEN-CINAI". La segunda línea, sobre la cual se inscribe el presente manual y la Caja de Herramientas a la cual acompaña, busca fortalecer las capacidades de los centros de construir una cultura de paz en la cotidianidad.

Esta cultura de paz no se construye en momentos aislados o designados específicamente para esto, sino que se construye día a día, por medio de todas las interacciones que ocurren entre las personas y éstas con su ambiente. Como componente esencial de la cultura de paz, rescatamos el trato que existe entre niñas, niños y personas adultas, ya que es en los vínculos interpersonales en donde inicialmente se germina la paz y los valores inherentes a esta. Tanto las personas adultas como las niñas y los niños tienen un rol activo y perpetuo en la construcción de esta cultura de paz.

El juego, lenguaje por excelencia de las personas en primera infancia, constituye un vehículo valioso e único por medio del cual las niñas y los niños construyen una cultura de paz. Las personas adultas que acompañan a estas niñas y niños tienen un rol importante en la facilitación de juegos que conduzcan hacia esta cultura. Partiendo de la visión de niñas y niños como sujetos de derechos y agentes, consideramos indispensable que las personas adultas tomen un rol activo en la promoción de una cultura de paz, utilizando el juego como canal por excelencia para hacerlo.

La Caja de Herramientas, acompañada del presente manual, se ideó tomando el juego como estrategia de promoción de la cultura de paz en la primera infancia. Esta Caja tiene el propósito de dotar al personal de los CEN CINAI con insumos para que, junto con las niñas y los niños, hagan cultura de paz en su cotidianidad utilizando el juego como vehículo para hacerlo. La Caja se fundamenta en cuatro pilares fundamentales que constituyen esta cultura:

- 1- El reconocimiento y expresión de sentimientos
- 2- El manejo del enojo
- 3- La resolución alternativa de conflictos
- 4- La comunicación asertiva

La Caja facilitará el trabajo diario que hace el personal en los CEN CINAI, a su vez que pretende ser una caja de posibilidades, y no de limitaciones o rigidez metodológica. De esta manera, el personal podrá utilizar las herramientas de manera flexible, dependiendo de las necesidades particulares de sus grupos. Más allá de esto, esta Caja podrá servir como una inspiración para la creación de nuevas maneras de trabajar la cultura de paz.

# Conceptos teóricos

La Caja de Herramientas del proyecto “Haciendo cultura de paz en y desde la primera infancia” parte de una serie de conceptos teóricos que fundamentan su metodología y sus contenidos. Estos conceptos constituyen la base de la cual surge este manual, y sobre los cuales se debe fundamentar cualquier otro producto, idea o juego que surja de la utilización de esta Caja. Cabe destacar que el documento “Mapa de ruta para la Prevención, Intervención y Referencia de Situaciones de Abuso contra Niños y Niñas del Programa CEN-CINAI”, que constituye parte del proyecto “Haciendo cultura de paz en y desde la primera infancia”, contiene una serie de supuestos teóricos sobre los cuales se fundamenta este manual y que van de la mano con los conceptos siguientes.

## El desarrollo en la primera infancia

La “primera infancia”, según definida por el reconocido grupo internacional The Consultative Group on Early Childhood Care and Development (2012), se refiere al momento en el ciclo vital abarcado desde la gestación hasta el momento en que el niño o la niña cumplen los 8 años de edad. Cuando se alcanza esta edad, se inicia la transición académica a la escuela primaria, momento en donde existen cambios significativos en el desarrollo, terminando con este primer período del ciclo vital. Previo a este momento de cambio, en la primera infancia, las niñas y los niños presentan características de desarrollo que requieren apoyo especial por parte de las personas adultas encargadas de su cuidado. Son estas personas adultas quienes deben ofrecerles una serie de experiencias de relación y aprendizaje esenciales para impulsar su desarrollo integral. Esta necesidad de cuidado y apoyo por parte de las personas adultas distingue a la primera infancia de cualquier otra etapa del ciclo vital.

La primera infancia es, además, el periodo de vida en donde se cimientan las bases neurológicas y sociales que sustentarán el desarrollo de la persona a lo largo del tiempo que le corresponda vivir (Shonkoff & Phillips, 2000). Este periodo es, dentro de las distintas etapas del ciclo vital, el momento en donde existen más cantidad de cambios, y de manera más veloz, en cualquier ser humano. Debido a esto, el tipo de cuidado que se les da a las personas en esta etapa debe estar en evolución para poder responder a estos constantes cambios. Por lo tanto, una atención adecuada de calidad en la primera infancia resulta indispensable para la formación sólida de estas bases en las niñas y los niños.

Resulta particularmente indispensable rescatar la importancia de proteger a las niñas y los niños de lo que expertos denominan "estrés tóxico" (National Scientific Council on the Developing Child, 2005), estrés excesivo y crónico que causa un estancamiento en el desarrollo neural general de las personas. Niñas y niños expuestos a situaciones extremas, tales como lo es la violencia, como testigo o víctima, sufren de manera visible y significativa en el desarrollo del sistema nervioso y el cerebro de manera permanente.

Este estrés tóxico es una de las condiciones que resultan de la convivencia en un ambiente sin una cultura de paz. Niñas y niños expuestos a situaciones de violencia, que son maltratados, que son objetos de burla, que son invisibilizados y que son víctimas de otras situaciones de negligencia y maltrato viven bajo niveles de estrés tóxico que dañan permanentemente su desarrollo neural. La creación y protección de ambientes de paz y convivencia, por lo tanto, se puede traducir a una acción directa de la protección del desarrollo neurológico integral de las niñas y los niños en su etapa más vulnerable del crecimiento. Un ambiente sin una cultura de paz, por otra parte, puede llegar a causar, gracias a la toxicidad del estrés, un daño significativo en el desarrollo a lo largo de la vida.

Los CEN CINAI muchas veces constituyen en el único lugar seguro para muchas niñas y niños, debido a que sus ambientes extra-muros, que son sus espacios cotidianos fuera del centro, pueden ser espacios donde el estrés tóxico se genera a diario. Los centros, además, son responsables de ofrecerles a las niñas y los niños un terreno fértil sobre el cual pueden desarrollar sus circuitos cerebrales, y por lo tanto, su desarrollo físico, cognitivo y socioemocional. Un centro puede ser un espacio que genere estrés tóxico y lastime a sus usuarios y usuarias, o puede optar por ser un espacio pacífico, en donde la cultura cotidiana está en servicio de la protección de las niñas y los niños de las situaciones que generan estrés tóxico y estancan el desarrollo.

Cabe destacar que las investigaciones científicas han definido las relaciones humanas no solo como un factor protector de este estrés tóxico, sino también como el ingrediente más importante del desarrollo de cualquier niña o niño. Según el National Scientific Council on the Developing Child (2004), el impacto del "ambiente de relaciones" sobre el desarrollo de la arquitectura del cerebro es crítico, ya sea de manera positiva o de manera negativa. Se ha sabido desde hace muchos años que las interacciones de las niñas y los niños con sus padres, madres, cuidadores y otras personas adultas son importantes. No obstante, es hasta recientes investigaciones que se ha planteado que la calidad de las interacciones con estas personas literalmente alteran los circuitos cerebrales, teniendo impactos duraderos en el desarrollo humano total

de las personas. Por lo tanto, es indispensable considerar la calidad de las relaciones que tienen las niñas y los niños durante su primera infancia ya que son bases para todo su desarrollo posterior, incluyendo su desempeño académico y desarrollo socioemocional.

Todas las niñas y los niños tienen el derecho a niveles óptimos de cuidado, nutrición, cariño y oportunidad, como también es estipulado en la Convención de los Derechos del Niño, avalada por Costa Rica en 1989. Cabe mencionar que las experiencias y los ritmos de cada niña o niño varían, por lo que el trato y el tipo de cuidado que se le da a cada uno es dinámico, flexible y se debe adaptar a las individualidades de cada persona. Factores tales como condiciones de vida, género, estatus socioeconómico, organización familiar y acceso a servicios varían el tipo de atención que merece cada niña o niño. Por ende, cualquier intervención que se haga para y con la primera infancia debe considerar las particularidades locales de la población, para así arraigarse en prácticas y valores culturales subyacentes del contexto en cuestión. Estas intervenciones, a su vez, se pueden ver fortalecidas por aportes de otras experiencias en ecosistemas distintos, tanto a nivel nacional como internacional.

## Cultura de paz

El concepto de cultura de paz se refiere a un grupo de valores, actitudes, maneras de comportarse y estilos de vida que rechazan la violencia y previenen los conflictos atacando sus causas desde la raíz, promoviendo la negociación y el diálogo entre los individuos, los países y las naciones (Resoluciones ONU A/RES/52/13: Culture of Peace and A/RES/53/243, Declaration and Programme of Action on a Culture of Peace). Según la fuente citada, para que prevalezcan la paz y la no violencia, es indispensable que se fomente, por medio de la educación, una cultura de paz que busque, entre otros:

Promover el desarrollo social

Promover el respeto por todos los derechos humanos

Fomentar la participación democrática

Avanzar el entendimiento, la tolerancia y la solidaridad entre las personas

Apoyar la comunicación participativa y el flujo libre de información, conocimiento y comunicación

Las Naciones Unidas (ONU) reconoce oficialmente la necesidad de definir y promover una cultura de paz a partir del año 1999, y en el año 2000 establece el Año Internacional de la Cultura de Paz, con el fin de instaurar este concepto a nivel internacional. La ONU y sus organizaciones asociadas consideran que la paz es más que la ausencia de conflicto, la ausencia de guerra o la satisfacción de necesidades. Según indican De Santi y Pagani (1998), la paz "es establecer a nivel individual, local, nacional e internacional un nuevo tipo de relaciones entre los seres humanos y entre los seres humanos y la naturaleza". (p. 5) Los autores identifican diez componentes claves del constructo de paz, esenciales para el desarrollo de esta cultura, que además permean la cotidianidad de los CEN CINAI:

**Amor:** Principio universal que estimula constantemente al ser humano a respetar a sus semejantes y toda otra forma de vida presente en el planeta y en el cosmos.

En un CEN CINAI en donde se presente este valor, se observa un respeto absoluto por cada persona que integra la comunidad, independientemente de sus particularidades o características. De igual manera, el amor implica que se respeta también lo material y lo natural como parte integral del ambiente total.

**Conciencia:** Componente del cerebro humano que permite orientar la inteligencia hacia finalidades de construcción y de vida, y no de destrucción ni de muerte.

En un CEN CINAI en donde existe la conciencia, se piensa antes de actuar, se crea empatía con las demás personas, se consideran las consecuencias de los actos y se actúa pensando en el bien de toda la comunidad.

**Solidaridad:** Instinto que orienta al ser humano a proteger y a desarrollar su propia especie.

En un CEN CINAI donde existe la solidaridad, las niñas, niños y personas adultas se apoyan y se ayudan entre sí en las circunstancias que así lo requieren. Se conceptualiza el centro como un espacio en donde todas las personas deben apoyarse, tanto a nivel individual como grupal.

**Libertad:** Instinto según el cual cada ser humano aspira a la máxima expresión de su creatividad, a fin de desarrollar una personalidad propia.

En un CEN CINAI en donde existe la libertad, se respeta la individualidad de cada persona y se le permite, dentro de límites seguros, desarrollar de manera amplia su forma de ser, sus gustos, ideas, capacidades, entre otros.

**Justicia:** Impulso según el cual el ser humano aspira a realizar un mundo que permita satisfacer las necesidades materiales y espirituales de todos, en armonía con el ecosistema.

En un CEN CINAI en donde existe la justicia, cada persona, independientemente de sus particularidades o características, tiene derecho a satisfacer sus necesidades y solicitar apoyo para hacerlo de manera igualitaria. De igual manera, se da el cumplimiento justo de los derechos de cada persona.

**Desarme:** Necesidad histórica de eliminar en el mundo todo tipo de arma, instrumento o técnica que pueda poner en peligro la evolución de la vida sobre el planeta.

En un CEN CINAI en donde existe el desarme, no existen los juguetes bélicos u objetos representativos de violencia para el uso de ninguna persona. No se permite, de ninguna manera, que ingresen a los centros personas armadas, excepto en casos en donde la ley lo permita y lo demande.

**Información:** Derecho de cada ciudadano del planeta de disponer datos y noticias sobre la dinámica de la realidad local e internacional.

En un CEN CINAI en donde existe la información, las niñas y los niños saben, de acuerdo con su nivel de desarrollo, qué pasa con su realidad. Sus preguntas son contestadas y no se les miente ni se les niega información que deben tener.

**Educación:** Proceso metodológico dirigido a estimular la creatividad y a proveer los instrumentos necesarios para la utilización consciente de las potencialidades que están presentes en cada ser humano.

En los CEN CINAI, la educación es un valor absolutamente central, debido a que el programa completo se centra en potenciar el desarrollo de las niñas y los niños por medio de los instrumentos necesarios para lograrlo. En particular, es importante destacar que esta educación debe ser en pro de una cultura de paz.

**Democracia:** Sistema de relaciones entre los estados y entre los seres humanos, basado en el respeto recíproco y capaz de garantizar un desarrollo armónico a nivel económico, social, cultural y religioso de todas las sociedades.

Un CEN CINAI que se rige bajo los principios de democracia considera a cada integrante de la comunidad igualmente válido que cualquier otro, entendiendo que solamente así se construye un espacio armónico.

**Integración:** Proceso de intercambio humano dirigido a superar toda barrera ideológica, política, económica, cultural y religiosa, con el fin de alcanzar una relación estable de cooperación, solidaridad y coexistencia pacífica entre los pueblos del planeta.

Un CEN CINAI en donde la integración es un valor fundamental será un lugar sin barreras entre las personas que conviven en él. Se entiende que todas y todos deben aportar, desde sus capacidades, a la convivencia total del grupo. La integración también implica la no discriminación por género, grupo étnico, clase socioeconómica o cualquier otra característica que tenga una persona.

A nivel nacional, el sistema educativo tiene un mandato concreto en la legislación vigente en el país, en la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño, el Código de la Niñez y la Adolescencia y la Ley sobre Resolución Alternativa de conflictos y Promoción de la Paz Social, la cual establece lo siguiente en el Artículo 1:

"Educación para la Paz: Toda persona tiene derecho a una adecuada educación sobre la paz, en las escuelas y colegios, los cuales tienen el deber de hacerles comprender a sus alumnos la naturaleza y exigencias de la construcción permanente de la paz."

Considerando que la primera infancia es el periodo más fértil en términos de capacidad de aprendizaje, se puede afirmar que la cultura de paz se instaura desde los primeros momentos de vida. Así como las niñas y los niños necesitan de un ambiente permeado de una cultura de paz, esta misma requiere para forjarse, de la disposición de niñas y niños que incorporen actitudes, destrezas y valores. Es decir, espacios seguros y acogedores en donde existe una cultura de paz le permiten a las niñas y los niños desarrollar sus potencialidades para aprender con los demás, tanto dentro y afuera de la casa, como en el centro educativo o de cuidado. Y es a partir de este elemento, que los espacios de juego y exploración son particularmente valiosos para crear aprendizajes significativos. The Consultative Group on Early Childhood Care and Development (2012) señala la importancia del aprendizaje a través del juego y la exploración en estos años de vida, particularmente en grupos de pares. El juego, por lo tanto, es una actividad indispensable en la primera infancia, y en la construcción de una cultura de paz en esta etapa del ciclo vital.

## La paz se construye desde las relaciones humanas

Para poder construir una cultura de paz en y desde la primera infancia, es indispensable partir del trato que debemos ofrecerle las personas adultas a las niñas y los niños. Como personas adultas, somos los primeros responsables de establecer las reglas de convivencia con las niñas y los niños. He aquí algunas pautas sobre la visión de niña y niño que debemos tener y el trato que se les debe ofrecer:

-Las niñas y los niños son sujetos de derechos que debemos respetar, y no objetos de protección que debemos controlar.

-Las acciones, sentimientos, conductas y pensamientos de las niñas y los niños deben ser valorizadas, y no minimizadas por ser provenientes de personas que aún no son adultas.

-La primera infancia se caracteriza por cambios acelerados en el desarrollo, por lo que debemos conocer el proceso de desarrollo en cada niña y niño y ajustar nuestras expectativas de acuerdo a sus capacidades en evolución.

-Las niñas y los niños se sienten valorizados y respetados como personas dignas de atención e interacción. Es indispensable dedicarle a las niñas y los niños tiempo de calidad para lograr es

-Se deben respetar las necesidades, intereses y estados anímicos de las niñas y los niños con los cuales interactuamos. Anularlos es una forma de violencia.

-Debemos crear ambientes protegidos y estimulantes que favorezcan el desarrollo sano e integral de las niñas y los niños.

-El ingrediente más importante de una cultura de paz es vínculos afectivos sanos entre las personas, especialmente con las niñas y los niños.

-Las niñas y los niños tienen intereses y conocimientos variados, al igual que aportan asuntos significativos a la vida diaria. Las personas adultas deben actuar y direccionar su trato para y con las niñas y los niños con el objetivo de construir de manera conjunta.

-Es importante escuchar a las niñas y los niños como manera de comprender sus necesidades e intereses, al igual que darles la importancia y el respeto que merecen como sujetos de derechos.

-Las niñas y los niños tienen la capacidad de expresar adecuadamente sus sentimientos cuando las personas adultas los motivan y se las modelan.

-Debemos valorar más los procesos que los productos que elaboran nuestras niñas y niños.

-Es importante ver el mundo desde el punto de vista de las niñas y los niños. Esto nos va a permitir desarrollar la empatía con ellos y construirá relaciones sanas.

-El trato que nos demos las personas adultas va a ser el trato que las niñas y los niños se van a dar entre sí.

-Debemos fomentar el desarrollo de un sentido de pertenencia en las niñas y los niños. De esta manera cuidarán más sus objetos y su espacio al sentirse apropiados y responsables.

-Debemos llevar a las niñas y los niños a razonar sobre el impacto que tienen sus acciones sobre las demás personas.

-Muchas veces, a nivel personal e íntimo, tenemos ciertas barreras que nos dificultan vincularnos con las niñas y los niños. Es importante que estemos en constante revisión de nuestro mundo interno para no permitir que afecte negativamente las relaciones que tenemos con las demás personas.

"Tenga cuidado de cómo le habla a sus niñas y niños.

Algún día, lo que se les dice se va a convertir en su voz interior."

~Peggy O'Mara

## El juego y la primera infancia

El juego es, posiblemente, la actividad más significativa que llevan a cabo las niñas y los niños entre 3 y 6 años, edades en las cuales se centran los juegos de la Caja de Herramientas. Esta actividad es tan importante que ha sido reconocida por la Alta Comisión de los Derechos Humanos de las Naciones Unidas como un derecho fundamental de las niñas y los niños. Este derecho muchas veces es amenazado por factores como trabajo infantil, guerras, violencia comunitaria y doméstica y la pobreza. Sin embargo, muchas niñas y niños, cuyas condiciones sociales les permiten aprovechar del juego en su plenitud, no necesariamente disfrutan de los beneficios del juego, ya que esta actividad muchas veces no es vista como indispensable para el desarrollo integral de los seres humanos, particularmente en su primera infancia (Ginsburg, 2007). Entre los factores que amenazan el juego en niñas y niños que viven en condiciones sociales favorables están el estrés académico y la necesidad de presionar a las niñas y los niños en roles que aún no les corresponden

para la edad. Debido a que todo ser humano en sus primeros años de vida debe disfrutar plenamente del juego, es responsabilidad de las personas adultas encargadas de su cuidado de considerar y promover esta actividad esencial para el desarrollo.

El juego ofrece un espacio para la construcción de las relaciones tempranas tan esenciales para el desarrollo integral de las niñas y los niños (Cohn, 1990). Por medio de juegos apropiados con personas mayores, se crean vínculos afectivos fundamentados en la seguridad, particularmente al darle a entender a las niñas y los niños que se les está brindando atención, necesaria para el desarrollo de una auto-imagen fuerte. Por medio del juego, las personas mayores logran crear empatía con las niñas y los niños al comprender su visión de mundo. De igual manera, el juego abre ventanas de comunicación entre adultos(as) y niños(as), dándoles un canal y un medio para expresar frustraciones, alegrías, preferencias, temores, experiencias y opiniones, permitiéndole a las personas adultas tener visiones más integrales del mundo interno de las niñas y los niños a su alrededor.

## **Hacia una definición del juego**

La palabra "juego" puede ser vista desde dos ópticas diferentes: el juego como sustantivo ("game", en inglés) o el juego como verbo ("to play", en inglés). Susan Millar, en su reconocido libro "La psicología del juego" (1968), señala que el juego es mejor definido como un verbo, ya que abarca una serie de acciones, posibilidades y estilos más amplia que el juego definido como sustantivo.

El juego como sustantivo se refiere a un sistema cerrado y formal que involucra a los jugadores en un conflicto estructurado y se resuelve en un resultado desigual, en donde alguien pierde y alguien gana. En los juegos cooperativos, también existen estos sistemas formales y cerrados, pero el resultado es igual, en donde todos terminan el juego en igualdad de posición. En otras palabras, un juego es una serie de escogencias significativas que llevan a un resultado final, donde hay un sistema formal que crea un conjunto de opciones que tienen significado y llevan a distintos caminos, cerca o lejos del gane. El juego por lo tanto, se trata de tomar las medidas adecuadas para producir los resultados deseados.

Por otra parte, el juego como verbo, o "jugar", se refiere a un acto "hacer lo que uno quiera dentro de alguna estructura", según indica Anne Stewart, psicóloga, especialista en terapia de juego y presidenta de la Asociación de Terapia de Juego de Virginia, EEUU. Dentro de este mundo uno puede ser uno mismo y probar cualquier cosa. Al jugar, se experimentan posibilidades dentro de ambientes seguros, como lo puede

ser cuando se hace juego dramático o de roles o juego imaginativo o fantasioso. Al jugar, se utilizan símbolos para resignificar lo que no se puede expresar de manera convencional. Jugar implica crear, imaginar, innovar y ser libre. La Caja de Herramientas se posiciona desde el juego como un verbo, y no tanto como un sustantivo, debido a que, aunque algunos de sus contenidos sí constituyen juegos, todos sus contenidos se basan en la acción de jugar.

## **Los beneficios del juego en el desarrollo**

Según las investigaciones recientes (Ginsburg, 2007; Tamis-LeMonda et. al, 2004; Shonkoff & Phillips, 2000; Frost, 1998), el juego le permite a las niñas y los niños utilizar la creatividad mientras desarrollan la imaginación y la fortaleza física, cognitiva y emocional. El juego es indispensable para el sano desarrollo del cerebro y del sistema nervioso. Es por medio del juego que las niñas y los niños interactúan con el mundo alrededor suyo. A su vez, les permite crear y explorar un mundo que pueden llegar a dominar al poder practicar situaciones hipotéticas y ficticias, al igual que ejercer roles imaginarios de otras personas. Por otra parte, se desarrollan nuevas competencias, tales como la resiliencia, amparados en un ambiente seguro, que luego van a trasladar a situaciones de vida real posterior (Hurwitz, 2003).

El juego no dirigido permite a las niñas y los niños aprender a compartir, negociar, resolver conflictos y desarrollar la capacidad de ser asertivos(as). A su vez, practican procesos de toma de decisiones y descubren nuevos estilos de comunicación y de interacción social (McElwain & Volling, 2005). Por otra parte, el juego dirigido, que por lo general incluye la participación de personas adultas, puede limitar el desarrollo de destrezas de liderazgo, creatividad y desarrollo autónomo de las niñas y los niños (MacDonald, 1993). Es por esto que es importante, que las personas adultas, en el juego con niñas y niños cumplan un rol de "facilitadores del juego", y no imponga una serie de reglas rígidas e inflexibles que interfieren con el proceso natural del juego que nace de la niña o niño. Más adelante se detallará en específico qué rol deben jugar las personas adultas en el proceso de juego para poder potenciarlo de la mejor manera posible.

## **Tipos de juego y sus objetivos**

El juego, al ser considerada una actividad universal e inherente a las personas, puede ser muy amplio y variado. Existen muchas taxonomías distintas para clasificar los tipos de juego, cada una intentando capturar

la variedad tan amplia que existe. Bob Hughes (2002), experto en propone la “Taxonomía de Tipos de Juego” en donde establece dieciséis tipos de juego definidos por el propósito que tienen para las niñas y los niños. A continuación se hace una adaptación de su taxonomía para los fines y propósitos de la Caja de Herramientas:

Tipo de juego	Objetivos
<b>Juego comunicativo</b>	Se utiliza el juego como una manera de transmitir un mensaje utilizando distintos códigos como lo son las canciones, los chistes, los códigos secretos, las rimas, las poesías o simplemente las palabras de una manera creativa para expresar algo.
<b>Juego creativo</b>	El juego cumple el propósito de transformar información, establecer nuevas conexiones y conocimientos y generar sorpresa al intentar cosas nuevas. Este tipo de juego se fundamenta en la exploración y manipulación libre del mundo y de los objetos, siempre bajo la libertad de poner en práctica ideas y ocurrencias.
<b>Juego dramático o de roles</b>	Por medio de este tipo de juego, se busca la exploración de roles, sentimientos y situaciones alternativas y muchas veces ajenas a las vidas de quienes juegan. Por este medio se desarrolla la capacidad de generar empatía y desarrollar teoría de la mente al cambiar de identidad por otro personaje con perspectivas y sentimientos distintos al propio.
<b>Juego imaginativo o fantasioso</b>	En el juego imaginativo o fantasioso, el objetivo es vivir experiencias imposibles o poco probables de vivir en el mundo real. Quien juega acomoda el mundo y sus reglas de una manera libre, como le gustaría que fuera. De igual manera utiliza objetos más allá de su función obvia con el fin de imaginar o fantasear.
<b>Juego locomotor</b>	Este juego se hace con el objetivo de utilizar el cuerpo para lograr la expresión, la competencia, la creatividad y la cooperación por medio del movimiento.
<b>Juego social</b>	Este juego tiene como objetivo hacer manifiestas las reglas que rigen las interacciones sociales entre las personas. Quien juega aprende normas sociales de competencia, convivencia, cooperación, entre otros.
<b>Juego simbólico</b>	Este juego permite el control, la exploración gradual y la comprensión del mundo, de los demás y de sí mismo, por medio de la utilización de símbolos que representan cualidades, personas o ideas. Los símbolos son menos amenazantes y por lo tanto facilitan la exploración de temáticas difíciles, abstractas o complejas.

El juego como manera de aprender, y no de enseñar

Con la propuesta de la ludopedagogía, se propuso que el juego podía ser un mecanismo por el cual se “enseña” (pedagogía) por medio de los juegos (ludo). Los juegos pueden ser maneras para enseñar y transmitir información a las personas de una manera no tradicional utilizando métodos distintos. No obstante, Robert Farné, en su artículo “Pedagogy of Play” (2005) aclara que ha existido una evolución conceptual del juego en la enseñanza, partiendo desde ludendo docere, o “jugar para enseñar” a ludendo discere, o “jugar para aprender”. Desde lo primero, se conceptualiza el juego como una manera de transmitir conocimientos desde una persona de autoridad, mientras que desde lo segundo se conceptualiza el juego como una actividad de la cual se aprende. Lo primero se fundamenta en que el juego tiene un objetivo fijo de aprendizaje, mientras que lo segundo se centra en la idea de que el juego abre la posibilidad para un sinfín de aprendizajes variados.

La Caja de Herramientas se centra bajo el principio de ludendo discere, en donde el juego es una actividad que se lleva a cabo para lograr aprendizajes, muchas veces no esperados, en vez de transmitir unas cuantas enseñanzas fijas. De esta manera, se respeta a las niñas y los niños como agentes activos que pueden construir su aprendizaje, y cuyas posibilidades de crear nuevos conocimientos, destrezas, actitudes y valores a partir de cualquier actividad son infinitas.

## ¿Cómo funciona la Caja de Herramientas?

La Caja de Herramientas consiste en una serie de actividades lúdicas que las niñas y los niños pueden llevar a cabo en los CEN CINAI con el propósito de fortalecer la cultura de paz que se construye en el día a día.

El objetivo de la Caja de Herramientas es que las niñas y los niños que participen de sus juegos logren:

- 1- Reconocer y expresar sus sentimientos
- 2- Manejar adecuadamente su enojo
- 3- Resolver los conflictos de manera alternativa
- 4- Comunicarse de manera asertiva

La Caja de Herramientas pretende que las niñas y los niños, por medio de actitudes y valores que promuevan los ambientes armónicos y la paz, logren reconocer y expresar sus sentimientos, al igual que manejar su enojo, para lograr una adecuada resolución de conflictos y

una comunicación asertiva, construyendo así un entorno de relaciones positivas en sus ambientes cotidianos. Estos objetivos se alcanzarán por medio de actividades lúdicas clasificadas dentro de los tipos de juego expuestos anteriormente.

## **Diseño y encuadre de los juegos**

La Caja de Herramientas está diseñada para que niñas y niños de diferentes edades participen en conjunto. Idealmente, se llevan a cabo con una persona encargada de la facilitación en un espacio pacífico. Algunos de los juegos pueden ser utilizados de manera individual, de así ameritarlo. Los juegos están diseñados para requerir de múltiples habilidades en las niñas y los niños al componerse de técnicas distintas.

Las personas a cargo de la facilitación deben contar con un marco claro de qué es la cultura de paz, cómo se construye y qué la amenaza, porque así logrará tener el criterio necesario para usar la Caja de Herramientas de acuerdo a las necesidades percibidas en el CEN CINAI. Esto se debe a que las actividades lúdicas no están diseñadas para ser utilizadas de manera consecutiva; al contrario, pueden ser utilizadas dependiendo de las necesidades específicas del grupo o de las características individuales de las niñas y los niños.

Cada juego está enmarcado dentro de uno de los cuatro objetivos de la Caja de Herramientas. Se incluye también un objetivo por juego, al igual que un “punto de paz” que indica el sustento teórico de cada objetivo. Se incluye una lista de los materiales necesarios, al igual que una descripción detallada de cada actividad lúdica, y su clasificación según la taxonomía expuesta previamente.

## **La facilitación de los juegos**

El rol de las personas adultas en los juegos de la Caja de Herramientas es de facilitación. Esto significa que la posición que deben tomar es de crear un ambiente propicio en donde transcurren momentos de aprendizaje que, por su riqueza, deben ser aprovechados. La persona que facilita el juego no dirige, obliga ni dicta los aprendizajes. Todo lo contrario; esta persona respeta que los aprendizajes deben surgir de las experiencias de las niñas y los niños, en vez de ser transmitidos desde una posición de poder. La persona que facilita tiene un rol importante en capturar los aprendizajes que surgen del grupo y hacerlos evidentes a las niñas y los niños. Por medio de la facilitación, estamos reconociendo a las niñas y los niños como sujetos de derechos y seres capaces de aprender y crear desde edades tempranas, respetando sus capacidades y su ritmo.

Algunas características de la persona que facilita en el marco de una cultura de paz:

**Es consistente.** Es importante que promueva la cultura de paz de manera consistente en todos los momentos de la vida cotidiana. Los aprendizajes logrados en un juego deben ser trasladados a las situaciones diarias, al igual que las situaciones diarias permean los juegos. De igual manera, debe ser consistente a nivel teórico.

**Es inclusivo(a).** La persona que facilita el juego debe incluir a todas las personas de manera participativa e igualitaria en los procesos. No discrimina y hace ajustes para poder incluir a aquellos que presenten alguna dificultad para ser parte del proceso. Respeta la diversidad y hace lo posible porque esto enriquezca los procesos, en vez de dificultarlos limitando la participación.

**Aplica el modelaje.** Las niñas y los niños muchas veces adquieren sus conductas por medio de la observación de otros. Es por esto que es indispensable que modele conductas positivas, entusiastas y cooperadoras, para así modelar lo que se espera de las niñas y los niños.

**Es respetuoso(a).** Quien facilita escucha lo que las otras personas tienen que compartir sin juzgarlos ni anularlos. Respeta los diferentes puntos de vista y las preferencias de las niñas y los niños por hablar o quedarse en silencio. Le permite a la niña o el niño expresar sus sentimientos y opiniones a su ritmo y de las maneras que desee, siempre y cuando sean apropiadas y no atenten contra los derechos o la paz de los demás.

**Es cuidadoso(a) a la hora de intervenir.** Sus intervenciones deben ser pensadas y medidas, ya que pueden interrumpir o redirigir un proceso importante. El ritmo de un proceso lo marcan las niñas y los niños, por lo que requiere identificarlo y respetarlo, para intervenir solamente cuando lo amerite.

**Disfruta.** Para que un juego o un proceso sea exitoso, tanto la persona que facilita como la niña o el niño deben disfrutar plenamente. Lo que es placentero y se disfruta tiene efectos mayores que lo que es aburrido, tedioso u obligado.

## **¿De qué manera se puede participar en el juego?**

Según Hadley, citado por Ashiabi (2002), existen dos estilos de involucrarse desde la posición de persona adulta en el juego de niñas y niños: fuera de la corriente y dentro de la corriente. El siguiente cuadro explica el rol de la persona adulta desde cada estilo:

Fuera de la corriente	Dentro de la corriente
La persona adulta no se involucra jugando, pero sí se involucra para ofrecer pautas de reflexión que cambian o mantienen el juego presente.	La persona adulta es participante en el juego y se comunica con las niñas y los niños desde una posición directa y no mediada.

La Caja de Herramientas permite que las personas adultas se involucren tanto fuera como dentro de la corriente. Esto dependerá de dos factores: 1- La naturaleza de la actividad y 2- Lo que la persona adulta considere apto para sacar más provecho a la situación. No obstante, la Caja de Herramientas se centra en la persona adulta como una persona que facilita más allá de alguien que juega, por lo que el estilo “fuera de la corriente” predomina. Esto no excluye la posibilidad de involucrarse “dentro de la corriente en caso de así requerirlo el grupo. En casos en donde haya alguna situación problema, la actividad esté saliéndose de control o no se esté logrando un aprendizaje adecuado, la persona adulta debe meterse dentro de la corriente del momento de juego.

## Ajustes en los juegos

La Caja de Herramientas, tal y como lo indica su nombre, está compuesta por una serie de herramientas para poder trabajar la cultura de paz con las niñas y los niños. No obstante, las herramientas pueden ser adaptadas o modificadas para ajustarse a las necesidades del grupo. Idealmente, esta caja es un punto de partida, pero la creatividad, iniciativa y conocimiento del grupo que tenga el facilitador, permitirá que de esta caja surjan muchos otros juegos más.

## Materiales de la Caja de Herramientas

La Caja incluye una serie de materiales diseñados para ser utilizados según se indica en las actividades lúdicas de este manual. En caso de ser necesario, o de considerarlo apropiado, se pueden utilizar otros materiales adicionales. No obstante, la Caja contiene lo necesario para llevar a cabo cualquier actividad o juego contenido en el presente documento. Se señalan algunas actividades que no requieren de ningún material.

En su construcción, se buscó que el material fuera de bajo costo, duradero y fácil de reponer, para así asegurarse su sostenibilidad. En caso de dañarse, perderse o gastarse, cualquier material puede ser repuesto por parte del personal a cargo de la Caja, con el fin de asegurarse su durabilidad a través del tiempo.

## ***Materiales incluidos:***

- borrador
- tajador
- lápices de color
- crayones
- saquitos
- tambor
- papel periódico
- antifaces
- capa
- bola
- hojas blancas
- fíteres
- pala
- guantes blancos
- láminas de sentimientos
- láminas de un gusano y una mariposa
- láminas de la Niña y el Niño NO
- láminas de una candela y una flor
- plastilina
- disco de música



# Reconocimiento y expresión de sentimientos

# Identifico los sentimientos

*Aprendo a reconocer los diferentes sentimientos por medio de expresiones faciales.*

Punto de Paz: Cuando las niñas y los niños aprenden a identificar los sentimientos, desarrollan controles internos para identificar sus propias emociones. De esta manera, también logran desarrollar empatía hacia las otras personas a su alrededor.

Tipo(s) de juego: Juego social

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que solamente se facilita el proceso.

## **Materiales:**

Fichas con expresiones de sentimientos (enojo, asombro, tristeza, alegría, etc.)

Se les explica a las niñas y los niños que el cuerpo nos sirve para expresar sentimientos, y que muchas veces nos comunicamos por medio de él, sin necesidad de hablar. En este momento puede invitar al grupo a discutir esta idea.

Pídale al grupo que le indique qué sentimiento está siendo expresado por la ficha que usted le muestra al grupo. Muestre una ficha y espere a que quien levante la mano le indique qué cree que está expresando la cara en la ficha. Continúe con todas las fichas, una por una.

Para cada sentimiento, haga las siguientes preguntas, incitando una discusión:

¿Alguna vez te has sentido así?

¿En qué momento te sientes así?

¿Cómo te expresás cuando te sentís así?

¿Has visto a alguien de tu familia con esa cara?

Invite a las niñas y los niños a actuar, frente al grupo, una expresión que usted le enseña en privado. Los demás pueden intentar adivinar qué está expresando quien está actuando.

Para cerrar, solicítele al grupo que, en conjunto, actúen como un animal y un sentimiento ("gato sorprendido", "perro triste", "elefante enojado", etc.). Luego, las niñas y los niños pueden proponerle al grupo qué animales y qué sentimientos actuar.

Nota: Las fichas de sentimientos también se pueden usar a nivel individual, cuando una niña o niño tiene dificultad para expresar un sentimiento. Se le puede mostrar las fichas y pedir que señale el sentimiento con el que se identifica. Este es un buen primer paso para tener una conversación sobre lo que está sintiendo la persona.

## Esculturas de sentimientos

*Cuando represento de una forma creativa lo que siento, identifico y expreso mis sentimientos.*

Punto de Paz: Para las niñas y los niños pequeños muchas veces es más fácil expresar lo que sienten por medio de formas alternativas al uso de palabras. Aquí se pueden representar sentimientos que no podrían expresar verbalmente.

Tipo(s) de juego: Juego simbólico y locomotor.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que, una vez dadas las pautas, son las niñas y los niños que llevan a cabo sus creaciones.

### **Materiales:**

(ninguno)

Indíquele al grupo que van a jugar a las esculturas y escultores(as). Esto significa que, en parejas van a tomar estos roles, pareja por pareja frente al grupo. La persona que esculpe debe moldear el cuerpo de la otra persona, quien no se mueve de manera voluntaria, para demostrar cómo se siente.

Luego, la persona que esculpe puede explicarle al grupo cómo se siente él o ella y cómo lo muestra la escultura.

Nota: Es importante hacer una demostración de la actividad antes de iniciar, ya que puede ser que algunas personas no entiendan bien las indicaciones.

# ¿Qué siente el títere?

*Cuando juego con los títeres es una forma segura de expresar mis sentimientos.*

Punto de Paz: Jugar con los títeres le brinda a las niñas y los niños un escape creativo para todo tipo de sentimientos. Actuar por medio de los títeres puede ser una forma segura de hablar sobre cómo se sienten, ya sea feliz, triste, enojado, etc.

Tipo(s) de juego: Juego dramático o de roles.

Rol de la persona que facilita: Dentro de la corriente, al tener que contar historias, pero luego, mientras el grupo hace sus dramatizaciones, es importante estar fuera de la corriente y solamente capturar y redirigir aprendizajes.

## **Materiales:**

Títeres o muñecos (Pueden colocarse en un espacio en el aula destinado al juego con títeres, en forma de teatro, para que puedan ser utilizados por las niñas y los niños de manera libre. Se puede incluir utilería como telas, cuerdas, objetos y material reciclado como botellas y pedazos de cartón y papel).

Déle títeres o muñecos a las niñas y los niños. Cuénteles algo que le sucedió a los diferentes personajes. Puede ser alguna situación hipotética o algo específico que se sabe que le ha pasado a la niña o niño que le ha costado manejar.

Pídales que le cuenten a usted lo que ellos o ellas creen que está sintiendo el títere.

¿Cómo se siente el títere?

¿Qué quiere hacer el títere?

¿Cómo se puede sentir mejor el títere?

Luego, las niñas y los niños pueden dramatizar sus propias situaciones, para luego hacer reflexiones grupales.

Nota: Esta actividad también la puede hacer solo con una niña o un niño también, dependiendo de sus necesidades emocionales.

# El semáforo

*Cuando tengo un sentimiento negativo que expresar, aprendo a parar, pensar, y luego actuar.*

Punto de Paz: Las niñas y los niños necesitan desarrollar controles internos para poder regular su enojo y otras emociones negativas para actuar de una manera premeditada.

Tipo(s) de juego: Juego social, dramático o de roles, simbólico y locomotor.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, al solamente tener que facilitar los diferentes momentos del juego.

## **Materiales:**

Lámina del semáforo

Converse con el grupo sobre los momentos en donde uno está tan enojado, triste o frustrado que termina haciendo cosas que lastiman a los otros o a uno mismo, como cuando uno grita, golpea, dice cosas irrespetuosas o tira objetos.

Converse con el grupo sobre los momentos en donde uno está muy enojado pero logra controlarse y actuar de maneras en donde no se lastima nadie. Haga las siguientes preguntas, haciendo énfasis en la diferencia entre actuar de manera impulsiva y de manera premeditada:

¿Qué pasa cuando uno actúa muy enojado, triste o frustrado sin pensar?

¿Qué pasa cuando uno para a controlar su enojo, tristeza o frustración, piensa y actúa?

Haga una introducción del semáforo. Cuando estamos enojados, tristes o frustrados, podemos jugar al semáforo, que nos ayuda a actuar de una manera tranquila. Los colores del semáforo, en el orden en que están, nos ayudan a manejar estos sentimientos y actuar de manera apropiada.

Por medio de un cuento o una historia inventada, solicítele a las niñas y los niños que se sitúen en uno de los personajes y pasen por el proceso de "paro, pienso y actúo".

**Rojo** = Paro: Tomo conciencia de mi conducta.

**Amarillo** = Pienso: Valoro alternativas a mi conducta.

**Verde** = Actúo: Escojo una conducta alternativa apropiada a la situación.

Nota: Se puede combinar esta actividad con un juego locomotor en donde se le indica al grupo que haga diferentes acciones cuando se le dicen en desorden los colores del semáforo. Al decirles "rojo" se congelan, al decirles "amarillo" se quedan pensando y al decirles "verde" se mueven.

## El espejo

**Puedo aprender a identificar los sentimientos de los demás imitándolos.**

Punto de Paz: Las niñas y los niños deben aprender a identificar los sentimientos de los demás para poder responder adecuadamente a ellos.

Tipo(s) de juego: Juego social y dramático o de roles.

Rol de la persona que facilita: Dentro de la corriente, mientras se hacen demostraciones, pero luego fuera de la corriente para permitirle a las niñas y los niños su expresión libre durante la actividad.

### **Materiales:**

Música, para poner de fondo (opcional)

Recuerde en grupo lo que es un espejo. Si es posible, muéstreles uno. Cuando nos miramos, vemos una imagen que hace lo mismo que nosotras. Es nuestro reflejo.

Indíquele al grupo que usted va a realizar unos movimientos y ellos y ellas intentarán hacer los mismos sin equivocarse. Lo hacen en grupo, todo en silencio. Levante una mano, levante otra, gire la muñeca, haga muecas con la cara, mueva un pie, gire la cabeza en torno al cuello, frótese las manos, haga como que se peina, haga como que se lava la cara, etc.

Luego pase a dramatizar diferentes expresiones faciales y sentimientos. Haga que llora, haga que se ríe, que está triste, que se sorprende, que está gritando (en silencio), etc.

Después hace los movimientos otra persona y el grupo los va repitiendo. Solicítele que dramatice los sentimientos que quiera.

Nota: Se puede hacer el ejercicio por parejas. Hacemos primero un ejemplo delante del grupo.

# El abrazo gigante

*Cuando tengo contacto apropiado con mis compañeras y compañeros, nos sentimos mejor.*

Punto de Paz: Las niñas y los niños deben aprender a compartir el contacto físico sano entre sus pares para expresar sentimientos de cariño.

Tipo(s) de juego: Juego locomotor, social e imaginativo o fantasioso.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que debe dar algunas pautas pero sin pasar a ser parte del abrazo gigante. Puede participar dentro del abrazo, siempre y cuando esto no estorbe al grupo al ser la persona adulta más alta que ellas y ellos.

## **Materiales:**

(ninguno)

Indíquele a dos niños(as) que se abracen de pie suavemente.

Luego indíquele a otro(a) niño(a) que se agregue al abrazo. Siga así sucesivamente aumentando el número de niñas y niños que se abrazan simultáneamente.

Una vez que han formado el abrazo se pueden dar indicaciones como: el abrazo camina lentamente, el abrazo se ríe, el abrazo se detiene como una estatua, el abrazo le sopla al viento, el abrazo se convierte en un avión, entre otros.

Nota: Las niñas y los niños pequeños(as) no controlan muy bien sus fuerzas por lo que corren el riesgo de caer al suelo, golpearse y hacerse daño si el grupo es mayor de ocho. Una vez llegado a este número, indíqueles que se sienten y hacemos un nuevo grupo con otras niñas y niños.





# Manejo del enojo

# Sacar mi enojo

**Al hacer actividades simbólicas, libero mi enojo de forma controlada.**

Punto de Paz: Cuando las niñas y los niños sienten enojo pueden canalizarlo en una forma física y controlada. Es útil que ellos y ellas conozcan un rango de juegos al cual pueden acudir cuando necesiten un escape físico para sus emociones. Se pueden hacer de forma grupal o individual.

Tipo(s) de juego: Juego simbólico, creativo e imaginativo o fantasioso

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que se deben dar pautas pero la niña o el niño manipulan los objetos de manera libre según sus necesidades emocionales.

## **Materiales:**

una pala

papel periódico

plastilina

bolsita de frijoles

disco de música

tambor

## **Meter mi enojo en un hueco**

¿Hay algún lugar adonde las niñas y los niños puedan hacer un hueco? Las niñas y los niños pueden utilizar la pala o cucharas para hacer un hueco en la tierra. Se les puede decir que hacer un hueco es algo que pueden hacer cuando se sientan enojados, algo que no le hace daño a ellos ni a alguien más.

Acompañe la acción de hacer un hueco con la fantasía de que está enterrando el enojo profundo en la tierra.

## **Cortar mi enojo**

Dele a la niña o niño un pedazo grande de papel periódico y decirle que lo corte en pedacitos utilizando sus manos. Los pedazos de pueden guardar para utilizar en otras actividades o se reciclan.

Acompañe la acción de cortar el enojo con la fantasía de que el papel es el enojo y lo está destrozando con sus manos.

## **Amasar mi enojo**

Antes de comenzar se deben establecer ciertos límites con las niñas y los niños tal como:

La plastilina se debe quedar siempre sobre la mesa

Se puede golpear solamente la plastilina, no a las compañeras o los compañeros, así como a otros materiales.

Cuando las facilitadores(as) dan la señal de detenerse, todos y todas se deben detener.

Empiece con tiempos de amasar y golpear la plastilina cortos (15 - 30 segundos) para asegurarse que las niñas y los niños se pueden detener cuando se les indica.

Acompañe la acción de amasar con la fantasía de que la plastilina se forma de acuerdo a los sentimientos que le transmitimos.

### **Hacer sonar mi enojo**

Utilizando el tambor, pedirle a la niña o niño que experimente con diferentes ritmos y sonidos. Pedirle que haga sonidos altos, bajos, rápidos, lentos. ¿Cuáles sonidos los hace pensar en sentimiento de enojo? ¿Cómo tocarían el tambor si están felices? ¿Y si están enojados?

### **Tirar mi enojo**

Esto se puede jugar adentro en un lugar adonde no hayan cosas que se puedan quebrar o afuera en un patio. Coloque sobre el piso alguna de las dos marcas, una que indica desde adonde tirar la bolsita de frijoles y otra, que indica la meta, es decir, el espacio donde debe caer la bolsita. Coloque a las niñas y los niños detrás de la primera línea y enséñeles cómo tirar la bolsita para que cruce la meta. Pídales que la tiren lo más lejos que puedan, como si fuera su enojo.

### **Muevo mi enojo**

Haga algunos ejercicios con las niñas y los niños como:

Levantar las manos en el aire, pararse de puntillas y tratar de tocar el cielo

Brincar para arriba y para abajo en dos pies

Saltar con un pie

Haga cada ejercicio tres o cuatro veces. Si se puede hacer al aire libre se contará con más espacio y aire fresco. Si se hace adentro se puede utilizar música para acompañar los movimientos. Para terminar el juego, haga movimientos más lentos y relajantes.

Nota: Se pueden experimentar diferentes formas físicas de expresar el enojo. Pregúntele a las niñas y los niños que qué pueden hacer ellos cuando están enojados que no los maltrate a ellos ni a alguien más. De esta forma se pueden tomar ideas para implementar con ellos que sean sanas, controladas y familiares para ellos y ellas.

# Se derrite el hielo

*Cuando siento mi cuerpo en tensión y lo relajo, aprendo a manejar mi enojo de una forma positiva.*

Punto de Paz: Muchas niñas y niños, al sentirse enojados, tensionan su cuerpo y se encogen. Desde aquí se le puede enseñar a reconocer esa tensión y a lograr relajarse.

Tipo(s) de juego: Juego locomotor e imaginativo o fantasioso.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que solamente se dirigen los ejercicios sin llevarlos a cabo.

## **Materiales:**

Tambor (opcional)

Pídale a la niña o niño (en grupos o a manera individual) que imagine que es un cubito de hielo sobre la acera.

Cuéntele cómo el sol brilla sobre él o ella y se empieza a derretir el hielo.

Poco a poco pídale que estire los dedos, que levante la cabeza, que libere los hombros y ponga sus manos al lado del cuerpo.

Dígale que se sienta como el hielo (sus músculos) se derriten y poco a poco respira el calor. Esto le permite a la niña o niño entender la diferencia entre la tensión y la relajación, le enseña a relajarse y le libera el enojo que sentía.

Puede utilizar el tambor, iniciando la actividad haciendo golpes duros y disminuyéndolos mientras la niña o niño se va "derritiendo".

# Oler la flor y soplar la candela

*Respirar profundo me permite relajarme y liberar mi enojo de una manera positiva.*

Punto de Paz: Cuando las niñas y los niños se sienten enojados, ya sea en grupo o individualmente, parar y hacer un ejercicio de respiración profunda los ayuda a relajarse, incrementar el oxígeno en la sangre y calmar su enojo.

Tipo(s) de juego: Juego simbólico e imaginativo o fantasioso.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, al solamente dar pautas de lo que deben hacer las niñas y los niños.

## **Materiales:**

Láminas de una flor y una candela

Explíqueles a las niñas y los niños que van a respirar profundo por un rato.

Enseñe las láminas de la flor y la candela. Dígales que cada uno va a hacer como si tuviera en su mano derecha una flor y en la mano izquierda una candela encendida.

Simule usted oler la flor muy profundo y soplar la candela muy profundo.

Indíquele al grupo que ellos van a hacer lo mismo. Al mismo tiempo, todo el grupo va a inhalar profundo y exhalar profundo.

Repítalo unas 10 ó 15 veces.

Nota: Esta actividad se puede hacer pidiéndole a la mitad del grupo sean las flores y exhalan juntas (haciendo el sonido con fuerza) y la otra mitad del grupo son las candelas y soplan con fuerza. De esta manera, quedan claras las acciones de inhalar y exhalar.

# Convirtiendo piedras en polvo

*Por medio de automasajearme, logro calmar mi enojo y otros sentimientos incómodos.*

Punto de Paz: Las niñas y los niños deben desarrollar estrategias para calmar sus sentimientos incómodos. El automasaje ayuda a que identifiquen las tensiones en las diferentes partes de su cuerpo y las suelten.

Tipo(s) de juego: Juego simbólico e imaginativo o fantasioso

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, al solamente dar pautas al grupo.

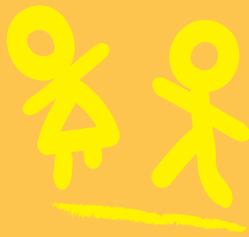
## **Materiales:**

(ninguno)

Indíquele al grupo que en algunas partes de nuestros cuerpos se ponen duras cuando estamos enojados, estresados, o tenemos sentimientos incómodos. Solicítele que descubra estas partes estirpándose las partes de su cuerpo cuando tiene un sentimiento incómodo. Estas partes las pueden visualizar como piedras que cargan en su cuerpo y son muy pesadas.

Enséñele al grupo a masajearse su propio cuerpo con una o dos manos especialmente los pies, las piernas, la cara, la cabeza y la otra mano.

Indique que esto se hace con frotamientos y con presiones sobre distintos puntos intentando averiguar tensiones musculares internas. Este proceso se puede visualizar como si estuvieran demoliendo la piedra pesada y convirtiéndola en un polvo que sale volando. Puede agregar al final del masaje un movimiento de sacudirse.



# Resolución alternativa de conflictos

## Acciones gusano, acciones mariposa

*Si identifico que hay acciones positivas y reacciones negativas ante situaciones de conflicto, puedo aprender a tomar acciones positivas*

Punto de Paz: Es normal en cualquier persona tener pensamientos o sentimientos positivos y negativos en una situación, lo importante es cuál acción tomamos. Si logramos que en situaciones hipotéticas las niñas y los niños logren identificar la acción positiva, lograrán resolver sus conflictos de forma no violenta.

Tipo(s) de juego: Juego simbólico e imaginativo o fantasioso.

Rol de la persona que facilita: Dentro de la corriente, ya que se presenta una situación hipotética presentada por la persona que facilita.

### **Materiales:**

Lámina de una mariposa y otra de un gusano

Explíquelo al grupo que en toda situación uno puede tomar acciones gusano (como empujar a una niña o niño, gritar, arrebatarse algo, etc.) y acciones mariposa (compartir, hablar, expresar los sentimientos, etc).

Preséntele al grupo una situación de conflicto hipotética.

Pídale que den ejemplos de acciones gusano (o negativas) y acciones mariposa (positivas).

Al niña o niño que presente alguna acción se le da la lámina correspondiente mientras presenta.

Puede utilizar esta estrategia como manera de trabajar un conflicto real con las niñas y los niños a nivel grupal o individual.

# Las manos son para ayudar, no para golpear

*Comprendo que las manos deben ser para ayudar a los demás, y no para lastimarlos.*

Punto de Paz: Por medio de resignificar para qué sirven las manos, las niñas y los niños logran entender formas alternativas de resolver los conflictos, evitando los golpes, pellizcos, empujones y demás acciones violentas con las manos.

Tipo(s) de juego: Juego simbólico e imaginativo o fantasioso.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que se le dan pautas al grupo pero no se participa junto a él.

## **Materiales:**

Hojas

Materiales para pintar (marcadores, crayones, lápices de color, etc.)

Guantes blancos

Pídale a las niñas y los niños que le indiquen para qué sirven las manos, tanto positiva como negativamente. Luego, haga conexiones entre las acciones de las manos y los sentimientos que provocan en los demás (las acciones positivas provocan sentimientos positivos y vice versa).

Solicítele al grupo que trace sus manos en lados extremos de una hoja de papel. Indíquele que coloree una mano como una mano que ayuda y otra que lastima. Coloque los dibujos para que el grupo los vea.

Tome las hojas con las manos y corte las manos que lastiman. Bótelas en la basura haciendo un ritual de despedida. Las manos que ayudan colóquelas visiblemente en el aula.

Introduzca al grupo el par de guantes blancos. Explique que estos guantes blancos tienen el poder mágico de recordarnos de ayudar y no lastimar con nuestras manos. Cuando alguna niña o niño golpee, empuje, o haga cualquier otra acción que lastime con sus manos, póngale los guantes blancos e invítelo a reflexionar junto a usted a nivel individual.

Algunas preguntas que se pueden hacer durante el juego pueden ser:

¿Alguna vez hemos usado las manos para ayudar? ¿Y para lastimar?

¿Qué cosas pasan cuando usamos las manos para ayudar? ¿Y para lastimar?

¿Cómo nos sentimos cuando alguien usa sus manos para ayudarnos? ¿Y para lastimarnos?

# Dibujo dictado

*Aprendo el valor de expresarme y de escuchar a las demás personas.*

Punto de Paz: Para poder resolver conflictos de una manera adecuada, es importante expresarse para que las otras personas entiendan, al igual que escuchar lo que los y las demás tienen que decir.

Tipo(s) de juego: Juego dramático o de roles.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que solamente se le dan pautas al grupo.

## **Materiales:**

Hojas

Materiales para pintar (marcadores, crayones, lápices de color, etc.)

Coloque al grupo en parejas e indíqueles que se van a tomar turnos haciendo dibujos libres.

Primero, una persona va a darle instrucciones verbales a la otra persona de qué dibujar. El dibujo es libre. La otra persona debe escuchar atentamente y dibujar. Es posible que les tome un tiempo ajustarse.

Luego, se cambian los roles.

Al final de la actividad, puede hacerle al grupo las siguientes preguntas:

¿Es fácil escuchar a las otras personas? ¿Es fácil darle instrucciones a las otras personas?

¿Qué fue difícil en esta actividad? ¿Qué fue fácil?

¿Qué pasa si nos expresamos mal? ¿Qué pasa si no escuchamos a las otras personas?

# Así resolvemos los conflictos

**Logro identificar que existen distintas alternativas a la hora de resolver conflictos.**

Punto de Paz: Las niñas y los niños tienen la capacidad de pensar en soluciones creativas a los conflictos. Si se les permite idearlas de manera hipotética, podrán resolver conflictos de una manera alternativa en la vida real.

Tipo(s) de juego: Juego social y dramático o de roles

Rol de la persona que facilita: Dentro de la corriente, al participar haciendo una dramatización. Cuando alguien del grupo haga dramatizaciones, procure estar fuera de la corriente.

## **Materiales:**

Títeres o muñecos (Se pueden utilizar los materiales en el teatro de títeres, en caso de haber designado un espacio para esto.)

Organice el grupo en un medio círculo, de manera que todos puedan ver una presentación de títeres al frente de todos.

Comience haciendo una pequeña dramatización, en donde dos títeres, a quien usted le asigna nombre, tienen el siguiente conflicto:

“(Títere 1) está jugando con un carrito. (Títere 2) se le acerca y le arrebató el carrito. (Títere 1) comienza a llorar y le grita a (Títere 2).”

Pregúntele al grupo lo siguiente:

¿Cómo se siente cada personaje?

¿Cómo pueden resolver el conflicto?

¿Cómo se siente cada uno al resolver el conflicto?

Rescate y enfatice las alternativas no violentas que ofrecen las niñas y los niños. Haga énfasis en los sentimientos asociados a cada acción.

Ahora dramatice otras situaciones que usted considere relevantes para el grupo de niñas o niños y repita la discusión. Puede utilizar situaciones de la vida cotidiana de las niñas y los niños que se presenten con frecuencia.

Pregunte si alguna niña o niño quisiera dramatizar su propia situación, y permítale(s) pasar al frente del grupo a hacerlo.

Nota: Se puede trabajar sobre la búsqueda de soluciones utilizando esta técnica y las preguntas de discusión de manera individual, cuando una niña o niño tiene dificultades para resolver conflictos de manera apropiada. Pídale a él o ella que proponga la situación, o propóngala usted, dependiendo de lo que considere apropiado.

# Los poderes que todos y todas tenemos

*Cuando tengo un conflicto y me cuesta resolverlo, utilizo estrategias creativas al servicio de la resolución.*

Punto de Paz: Las niñas y los niños muchas veces requieren pensar de manera creativa para resolver sus conflictos. Ejercitar esta capacidad es importante para que puedan ser negociadores efectivos.

Tipo(s) de juego: Juego simbólico e imaginativo o fantasioso.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que solamente se le dan pautas al grupo.

## **Materiales:**

Hojas

Materiales para pintar (marcadores, crayones, lápices de color, etc.)

Converse con el grupo sobre situaciones difíciles en donde hay un conflicto. Haga las siguientes preguntas:

¿Cuáles poderes tenemos todas y todos para resolver estos problemas? (Introduzca aquí algunos de los "poderes", como conversar, compartir, buscar a una persona adulta, dividir las cosas, etc.)

Solicítele a cada niña o niño, de manera individual o grupal, que inventen un personaje que les ayuda a resolver los conflictos recordándole de los poderes que ellos tienen. Deben dibujar a este personaje e inventar cómo cada uno les recuerda de los poderes para resolver conflictos. Luego, comparta lo dibujado entre todo el grupo y genere la siguiente discusión, haciendo énfasis en respuestas positivas por parte de las niñas y los niños:

¿De qué manera nos ayuda la persona que dibujamos?

Como una segunda fase las niñas y los niños pueden llevar algún objeto que los identifique con su personaje y dejarlo en el aula para ponérselo cuando se requiere "activar los poderes". También se pueden usar para ayudar a otra compañera o compañero si es necesario.

Nota: Las niñas y los niños de 3 años requieren de mucha guía para hacer esta actividad, ya sea de facilitadores(as) o de otras personas mayores.

# Cómo ayudo a mis amigos y amigas

*Cuando ayudo a mis amigos y amigas, evitamos conflictos y nos sentimos mejor.*

Punto de Paz: Por medio de practicar sentarse y levantarse en parejas, las niñas y los niños experimentan el placer de ayudarse de manera mutua.

Tipo(s) de juego: Juego locomotor y social.

Rol de la persona que facilita: Dentro de la corriente, al tener que demostrar activamente lo que se le solicita al grupo.

## **Materiales:**

(ninguno)

Explíquelo al grupo que a veces alguien quiere sentarse en el suelo. Solicíteles, en parejas, que una persona agarre a la otra de las dos manos y la ayude a que se siente con cuidado sin soltar las manos. Haga un ejemplo antes y luego lo hacen otras parejas.

Luego, explíquelo al grupo que si nos agarramos de las manos dos personas, nos podemos sentar en el suelo a la vez sin soltar las manos. Y después nos podemos levantar las dos juntas. Haga un ejemplo con una pareja y luego lo hace todo el grupo por parejas.

Explíquelo al grupo que a veces vemos en el patio a alguien que se ha caído al suelo. Pídale a una voluntaria o voluntario que se siente en el suelo y se acueste. Solicítele a alguien que le ayude a levantarse agarrándola de frente de las dos manos e impulsando hacia arriba. Después de que lo haya hecho una pareja lo hacen otras parejas.

# El tren cooperador

*Cuando hago las cosas en equipo, me es más fácil.*

Punto de Paz: Por medio del trabajo en grupo, se ponen en práctica estrategias de resolución de conflictos con el fin de lograr algo en conjunto.

Tipo(s) de juego: Juego locomotor y social.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que solamente se le dan pautas al grupo.

## **Materiales:**

(ninguno)

Pídale a dos niños(as) que transporten una silla conjuntamente hasta la puerta de salida. Los y las demás miramos a ver cómo lo hacen.

Pídale a tres niños(as) que lleven una caja con libros o el basurero de un lado a otro.

Pídale a cuatro niños(as) que transporten una mesa de un lado a otro del espacio.

Pídale a cinco niños(as) que muevan una colchoneta hasta un lugar lejano.

Continúe haciendo este tipo de solicitudes, siempre y cuando sean seguras, hasta que todo el grupo haya participado.

Finalmente pídales que vuelvan a dejar las cosas donde estaban al principio trabajando siempre en grupo.

Luego pregunte:

¿Nos gusta hacer cosas en conjunto?

¿Les parece interesante?

¿Qué dificultades encontramos?

¿Cómo lo solucionamos?

# La torre

**Cuando hago las cosas en equipo, logro mucho más que cuando trabajo solo(a).**

Punto de Paz: Por medio del trabajo en grupo, se pueden lograr cosas mayores que por medio del trabajo individual. En el trabajo en grupo pongo en práctica mis estrategias para resolver conflictos.

Tipo(s) de juego: Juego creativo y social.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que solamente se le dan pautas al grupo.

## **Materiales:**

Materiales varios, incluyendo de deshecho, como: gomas, cajas, libros, bloques, botellas, papel, etc.

Dele a cada niña y niño 10 minutos para que construya una torre lo más alta que pueda.

Una vez terminados los 10 minutos, separe el grupo en subgrupos y solicítele a cada subgrupo que haga de nuevo una torre en conjunto. Tienen 10 minutos para hacerlo. (El tiempo puede variar, pero debe ser igual en ambos momentos de construcción.)

Compare las torres hechas a nivel grupal y a nivel individual. Haga las siguientes preguntas al grupo:

¿Disfrutaron más trabajar juntos(as) o solos(as)? ¿Por qué?

¿Se logra hacer una mejor torre en conjunto o separado?

¿Qué es bueno y qué es malo de trabajar solo? ¿Y en grupo?

¿Cómo podemos trabajar bien en grupo?

## La triste historia con un final feliz

*Aprendo a identificar cómo es que las situaciones negativas dañan a las demás personas, a la vez que aprendo cómo reparar estas situaciones.*

Punto de Paz: Para poder resolver conflictos de una manera adecuada, es importante que las niñas y los niños identifiquen el daño que hacen las situaciones negativas y cómo pueden ser reparadas.

Tipo(s) de juego: Juego simbólico y social.

Rol de la persona que facilita: Dentro de la corriente, al participar contando una historia al grupo y rompiendo la silueta que se elabora.

### **Materiales:**

Hojas

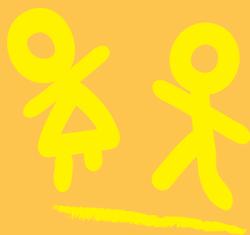
Materiales para pintar (marcadores, crayones, lápices de color, etc.)

Cuéntele al grupo una historia de una persona que está muy feliz y haga una silueta de esa persona. Se puede hacer una silueta tamaño real en un papelógrafo.

Conforme avanza la historia, el día de la persona va empeorando. Cada vez que algo negativo pasa, un pedazo de la silueta debe ser arrancado. Utilice experiencias malas que sean similares a las experiencias de su grupo.

Una vez terminada la historia, pregúnteles cómo creen que se sintió la persona. Pregúnteles que qué soluciones se les ocurren para que la persona se sienta mejor. Cada vez que alguien sugiera algo, pegue un pedazo con otro, hasta que toda la silueta vuelva a estar entera.

Nota: Se puede hacer esta actividad a nivel individual cuando haya una situación que lo amerite.



# Comunicación asertiva

# La Niña y el Niño NO

*Cuando estoy en una situación que me hace sentir incómodo(a) yo puedo decir NO con tranquilidad.*

Punto de Paz: La comunicación asertiva nos invita a expresar nuestros sentimientos y proteger nuestros derechos de manera adecuada, especialmente cuando queremos que decir que no, a una actividad, a una situación, a una invitación, etc. Las niñas y los niños deben aprender que está bien decir que no.

Tipo(s) de juego: Juego social, simbólico e imaginativo y fantasioso.

Rol de la persona que facilita: Dentro de la corriente, ya que se debe ilustrar con historias los poderes de la Niña y el Niño NO.

## **Materiales:**

Lámina de la Niña y el Niño NO

Preséntele al grupo la lámina de la Niña y el Niño NO. Explíqueles que decir no muchas veces es algo bueno. Si estamos en una situación que no nos gusta o nos hace sentir incómodos podemos y debemos de decir que no. Para acordarnos de esto, tenemos a la Niña y el Niño NO. Hasta los superhéroes dicen que no.

Pídale al grupo que cuente historias en donde necesitan la ayuda de la Niña y el Niño NO. Si esto les es difícil, utilice situaciones hipotéticas de la vida cotidiana del grupo y compártalas con el grupo.

Coloque la lámina en algún lugar visible para todo el grupo.

Enfatice conforme pasan los días de que la Niña y el Niño NO está ahí para ayudarnos a decir que no en situaciones que no nos gustan.

Nota: Puede hacer capas con materiales varios (papel, tela, cartón) para que las mismas niñas y niños se disfracen de la Niña y el Niño NO. Pueden hacer juegos de roles y dramatizaciones.

# Oraciones 'yo me siento'

*Yo soy responsable de decir qué siento y qué quiero.*

Punto de Paz: Usar oraciones de 'yo me siento' ayuda a que las niñas y los niños tomen responsabilidad por lo que sienten mientras respetan los sentimientos, la dignidad y los derechos de los otros. Estas frases atacan los problemas no a las personas.

Tipo(s) de juego: Juego social y dramático o de roles.

Rol de la persona que facilita: Dentro de la corriente, ya que se debe contar y dramatizar historias con el grupo.

## **Materiales:**

Títeres (uso opcional)

Cuéntele a las niñas y los niños una situación como las descritas abajo. Puede utilizar los títeres si así lo desea. Ejemplo: Roberto está jugando con unos tucos de madera. Los tiene todos acomodados en una torre altísima. Andrea le dice que qué fea torre y la pateo.

Hágale al grupo las siguientes preguntas:

¿Algo así les ha pasado?

¿Cómo se sintieron?

¿Qué hicieron?

¿Qué le podría decir uno al otro?

Explíquelo a las niñas y los niños que hoy van a aprender cómo decirle a alguien algo que no les gusta.

Uso el nombre de la persona ..... Andrea,

Le digo cómo me siento ..... me siento enojado

Le digo por qué..... cuando me bota los tucos de madera.

Le digo qué quiero ..... Por favor no lo vuelva a hacer.

Haga que las niñas y los niños repitan la oración, que practiquen.

Déle otras situaciones y que ellos formulen su propia oración de 'yo me siento'.

### **Situaciones:**

A María le gusta divertirse. A ella le gusta jugar con la bola roja. Ella la tira en el aire y la vuelve a atrapar. Llega Rebeca y le quita la bola.

A Felipe y Antonio les gusta ir de primeros en la fila. Felipe llega de primero pero Antonio lo empuja y le quita el campo.

Laura le hizo un dibujo muy lindo a su mamá. Cuando va a guardar los crayones, llega David y le raya el dibujo. Cuando Laura vuelve a su mesa ve su dibujo arruinado.

Mariano y Mariela están jugando en el jardín. Mariela le tira tierra a Mariano y le ensucia la camisa.

Hay un grupo de niñas y niños jugando bola. Santiago dice que él quiere jugar. Alejandro le dice que no puede jugar, que él es muy malo.

# Sembrando semillas

*Yo puedo comunicarle a las otras personas cómo me gusta que me traten.*

Punto de Paz: Cuando las niñas y los niños aprenden a decir qué les gusta y qué no en un ambiente sano, se les va a hacer más fácil hacerlo en una situación difícil.

Tipo(s) de juego: Juego social, comunicativo e imaginativo o fantasioso.

Rol de la persona que facilita: Fuera de la corriente, ya que solamente se le dan pautas al grupo.

## **Materiales:**

(ninguno)

Coloque al grupo en parejas e indíqueles que se van a tomar turnos "sembrándose semillas en la espalda". Primero explíqueles cómo se siembran las semillas:

Con caricias con la palma entera se aplana la tierra

Con pequeñas presiones hechas con los dedos se siembran las semillas

Con golpecitos pequeños con los dedos, cae el agua para que las semillas crezcan

Indíquele a cada niña o niño a quien se le va a sembrar las semillas que le comunique a su compañero(a) cómo le gusta que siembre las semillas y cómo no (fuerte, rápido, suave, lento, etc.), para que esa persona ajuste sus movimientos a las necesidades de la otra persona.

Se hace un cambio y ahora la persona que sembró pasa a ser la que le siembran las semillas.



# Bibliografía

Ashiabi, G. (2005). Play in the preschool classroom: Its socioemotional significance and the teacher's role in play. *Early Childhood Education Journal*, 35: 199-207. DOI 10.1007/s10643-007-0165-8

Cohn DA. (1990). Child-mother attachment of six-year-olds and social competence at school. *Child Development*, 61:152-162.

Ferné, R. (2005). Pedagogy of play. *Topoi* 24: 169-18. DOI 10.1007/s11245-005-5053-5

Frost JL. (1998). Neuroscience, play and brain development. *IPA/USA Triennial National Conference*; Longmont, CO, EEUU, 18-21 de junio.

Ginsburg, KR. (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 119:182-191.

Hughes, B. (2002) *A Playworker's Taxonomy of Play Types*, 2nd edition, London: PlayLink.

Hurwitz SC. (2003). To be successful: let them play! *Child Education*, 79:101-102.

MacDonald KB. (1993). *Parent-child play: Descriptions and implications*. Albany, NY: State University of New York Press.

McElwain EL, Volling BL. (2005). Preschool children's interactions with friends and older siblings: relationship specificity and joint contributions to problem behaviors. *Journal of Family Psychology*, 19: 486 - 496.

Millar, S. (1969). *The Psychology of Play*. EEUU: Penguin Books.

National Scientific Council on the Developing Child (2004). Young children develop in an environment of relationships: Working paper No. 1.

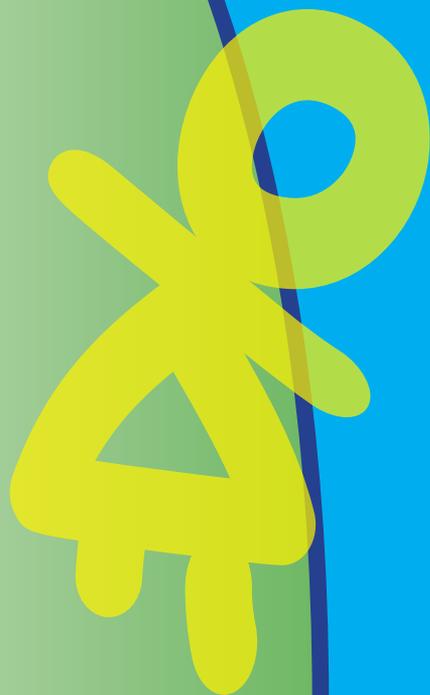
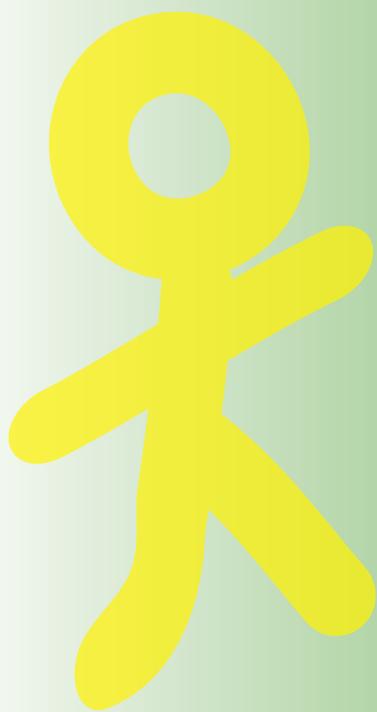
National Scientific Council on the Developing Child (2005). Excessive stress disrupts the architecture of the developing brain: Working paper No. 3.

Office of the United Nations High Commissioner for Human Rights. Convention on the Rights of the Child. (1989). *General Assembly Resolution 44/25 of 20 November 1989*.

Shonkoff, J. & Phillips, D. (Eds.). (2000). *From Neurons to Neighborhoods: The Science of Early Childhood Development*. Washington, D.C.: National Academy Press.

Tamis-LeMonda CS, Shannon JD, Cabrera NJ, Lamb ME. (2004). Fathers and mothers at play with their 2- and 3-year-olds: contributions to language and cognitive development. *Child Development*, 75:1806-1820.

The Consultative Group on Early Childhood Care and Education. (2012). *Early Childhood Care and Development*. Tomado de: [http://www.ecdgroup.com/pdfs/ECCD\\_Definition\\_2010\\_final.pdf](http://www.ecdgroup.com/pdfs/ECCD_Definition_2010_final.pdf)



**Haciendo  
Cultura de Paz  
en y desde  
la Primera  
Infancia**