

# Guía Metodológica

S e m i l l a s   d e   E q u i d a d

# Herramientas para convivir en Paz y Equidad

Componente  
Primera Infancia

# Créditos

## **Fundación PANIAMOR y Proyecto BA1**

San José, Costa Rica.

Primera Edición, Febrero 2016.

## **Guía Metodológica**

“Semillas de Equidad: Herramientas para convivir en paz y equidad”.

### **Desarrollo conceptual y Metodológico**

Fundación PANIAMOR

### **Coordinación y Edición Técnica**

Irene Hernández Carazo

### **Elaboración Pedagógica**

María José Bejarano Salazar

### **Revisión de Edición**

Marcela González Coto

### **Diagramación, Diseño Gráfico e Ilustración**

Minor Loaiza Vargas



La Guía **“Semillas de Equidad: Herramientas para convivir en paz y equidad”**, constituye una adecuación del manual “Haciendo cultura de paz en y desde el Primera Infancia” desarrollado por la Fundación Paniamor, Ministerio de Salud y Mutual Cartago de Ahorro Y Prestamos©.


Se destacan los invaluable aportes de un grupo consultivo de docentes y psicólogas de las diez regiones del país, las cuales desarrollaron el trabajo de campo que permitió la validación de la presente guía. La adaptación de la Guía **“Semillas de Equidad: Herramientas para convivir en paz y equidad”** no podría haber sido posible sin su compromiso.

Esta Guía fue posible gracias al Proyecto BA1<sup>1</sup> y a la cooperación de la Dirección Nacional CEN-CINAI del Ministerio de Salud y Ministerio de Educación Pública, cuyo compromiso permitió la validación de la presente Guía.

Los contenidos de esta publicación son de libre acceso. Se solicita que la utilización sea fidedigna y citar, en forma completa la fuente. La referencia bibliográfica sugerida es la siguiente: Fundación PANIAMOR. (2015). Guía Metodológica **“Semillas de Equidad: Herramientas para convivir en paz y equidad”**. Para acceder al material [paniamordigital.org](http://paniamordigital.org)

---

<sup>1</sup> Proyecto B.A.1 de la Estrategia de Seguridad de Centroamérica (ESCA): Prevención de la Violencia contra las Mujeres en Centroamérica. Componente Niñez y Adolescencia.



El Modelo Creando Cultura de Paz en y desde la primera Infancia es el 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 La Dirección Nacional de Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral (CEN-CINAI)

La presente Guía Metodológica constituye una reelaboración del trabajo previamente mencionado, con el objetivo de integrar el enfoque de género a los procesos de construcción de cultura de paz. Dicha reestructuración se desarrolló en el marco del *Proyecto BA1: Prevención de la violencia contra las mujeres, trata y femicidio*, impulsado por el Sistema de Integración Centroamericano (SICA), desde el que se apoya el fortalecimiento de la capacidad de respuesta institucional en la prevención y atención de la violencia contra las mujeres en los ámbitos regional, nacional y local desde un enfoque de género y de derechos humanos. En Costa Rica el proyecto se ejecutó en 10 territorios: Upala, Turrialba, Coto Brus, Santa Cruz, La Cruz, Heredia, Alajuelita, Desamparados, Limón y Puntarenas.

Como parte de este Proyecto se desarrolló un proceso de creación de capacidades con funcionarias y funcionarios que trabajan con primera infancia, con el objetivo de que en una fase inicial ejecutaran las metodologías y realizaran el correspondiente proceso de validación de las estrategias. Las personas participantes representaban distintas instituciones, entre ellas: Ministerio de Educación Pública (MEP), CEN-CINAI, Red de Cuido, Centros de Cuido y Desarrollo Infantil (CECUDI), Hogares Comunitarios, Casas de la Alegría (Coto Brus), entre otros centros infantiles.



La presente Guía le permite a docentes y personal que trabaja con primera infancia, contar con una serie de herramientas para acompañar a la niña y al niño entre tres y seis años de edad en el desarrollo de competencias que promuevan la convivencia pacífica y la equidad de género.

La persona facilitadora de los procesos puede considerar esta Guía como una ruta para potenciar la capacidad que tienen niños y niñas de desarrollar, fortalecer e implementar estrategias de convivencia pacífica basada en la equidad de género, en función de su momento de desarrollo y condiciones particulares.


El centro infantil, al igual que la familia y la comunidad constituyen espacios sociales de aprendizaje, consecuentemente, la presente Guía parte de estrategias a las que puedan recurrir las docentes, sin embargo, estas pueden ser abordadas con las familias con el objetivo de que las reproduzcan en sus hogares.

A partir de una serie de actividades la niña y el niño iniciarán la construcción de herramientas en torno a cuatro ejes temáticos vinculados con la construcción de cultura de paz:


1. Reconocimiento y expresión de emociones
2. Manejo del enojo
3. Comunicación asertiva
4. Resolución alternativa de conflictos

La cultura de paz desde el enfoque de equidad de género, es un insumo para acompañar a docentes y personal que trabaja en primera infancia y que les permite enfrentarse a una serie de situaciones cotidianas en sus distintos espacios sociales, motivándolos en su rol de agentes de transformación social, generando rupturas de las estructuras patriarcales que se han fomentado durante años.

El alcance paulatino de las competencias por parte de las niñas y los niños requiere que el abordaje se desarrolle desde el cumplimiento previo de un conjunto de condiciones, sin las cuales el desarrollo de la presente Guía disminuye el alcance. Se detallan a continuación las condiciones de partida:



Para que las niñas y los niños desarrollen su capacidad de agencia implica la incorporación de distintos valores que deben ser promovidos y respetados: La niña y el niño tienen derecho a ser concebidos como sujetos y no como objetos (infancia concebida como una entidad con derecho propio, que implica poder de decisión). - La niña y el niño tienen derecho a desarrollar sensibilidad ecológica. - La niña y el niño tienen derecho a aprender el valor de la solidaridad. - La niña y el niño tienen derecho a ser valorados en su unicidad y diversidad (étnica, de género y cultural, social y otras). - La niña y el niño tienen derecho a ser tratada/o sin violencia y a aprender a recrear valores de paz. - La niña y el niño tienen derecho a acceder al conocimiento. - La niña y el niño tienen derecho a ensayar, reconocer y desarrollar habilidades socioeconómicas.

- La niña y el niño desean la posibilidad de elegir y expresar si desean integrarse a las acciones propuestas, ya que la participación es voluntaria, quienes no deseen participar pueden realizar una actividad en las áreas donde no se interfiera con el desarrollo de la acción que realiza el grupo.
  - Las acciones pueden realizarse en los diferentes espacios con los que cuenta el centro, tanto a lo interno como a lo externo, por ejemplo: la elaboración de un proyecto en el salón multiusos, una receta en el comedor, la lectura del cuento en el jardín, entre otras opciones.
  - Es necesario promover, en las niñas y los niños, la libre expresión de sentimientos, ideas y emociones como condición básica para desarrollar diálogos reflexivos de manera colaborativa que lleven a las niñas y a los niños a ofrecer opiniones razonadas, plantear hipótesis, llegar a acuerdos, entre otros.
  - Las propuestas de las niñas y los niños, acerca de cómo desean realizar una actividad o solucionar una situación en particular surgen de manera espontánea; no obstante, la persona facilitadora puede realizar comentarios o preguntas generadoras para promoverlas.
  - Las niñas y los niños eligen el recurso que desean utilizar para elaborar dibujos, maquetas y demás proyectos plásticos (lápices para colorear, crayolas, marcadores, entre otros) por medio de elección individual o grupal. Así mismo, la selección del área y los materiales que deseen utilizar debe ser libre. Las actividades que se plantean son propuestas pero dependen de la voluntad, gusto y elección de la niña y niño.
- 

El marco conceptual en el cual se fundamenta la presente Guía, responde a un posicionamiento teórico e ideológico desde un enfoque de género y derechos humanos que considera la perspectiva generacional y el respeto de la diversidad.

Propone la construcción de una cultura de paz desde un enfoque de género, en una sociedad que tiene incorporado un modelo patriarcal, en el cual ser niña, niño, persona adulta, hombre o mujer, significa un rol determinado, basado en distintos estereotipos.

En la presente Guía se considera a las personas menores de edad como seres multidimensionales, influenciado por sus distintos espacios de desarrollo (los centros educativos, la familia, la comunidad), por lo cual se debe considerar sus condiciones particulares como su sexo, género, edad, clase social, etnia y lugar de residencia.

Uno de los objetivos fundamentales de esta Guía es promover el respeto a los derechos de las niñas y los niños, a través de la construcción de herramientas para la convivencia pacífica desde un enfoque de equidad.

La propuesta parte de tres enfoques transversales:

- Enfoque de Derechos Humanos (Derechos y Participación)
- Enfoque género sensitivo
- Enfoque generacional Contextual
- Enfoque de curso de vida

Cada uno de estos conceptos se presenta de manera individual, sin embargo, son transversales y se encuentran entrelazados entre sí.

## Enfoque de Derechos Humanos

Se reconoce a las personas menores de edad como sujetos de derechos humanos generales por su condición de personas y de derechos especiales como seres en proceso de desarrollo. Este enfoque tiene como eje central la doctrina de la Protección Integral y del interés superior de los niños, las niñas y adolescentes y se contrapone al tradicional “adultocentrismo” que coloca a las personas menores de edad en posición de incapacidad, como objetos y receptores pasivos.


El tránsito de la doctrina de la Situación Irregular a la de Protección Integral significa un compromiso con un profundo cambio social. Se trata de un principio fundamental que sustenta acciones tendientes al establecimiento de una nueva dinámica de relación entre las personas adultas y las personas menores de edad. Este enfoque viene a facilitar y legitimar un doble proceso: en primera instancia se busca la transformación en la mente de las personas de las necesidades en derechos; y en segunda instancia la incorporación de la demanda social, necesaria para el cumplimiento de los derechos. Por lo tanto se prioriza el reconocimiento de la capacidad de los y las adolescentes para asumir responsabilidades y para participar protagónicamente en los asuntos que afectan su desarrollo y bienestar personal.

## Enfoque de Género Sensitivo

Se revisan los condicionamientos socialmente contruidos que definen formas claramente definidas de ser para hombres y mujeres y que históricamente han posibilitado y perpetuado relaciones de discriminación y desigualdad. En las raíces de la violencia intrafamiliar se ha detectado una serie de postulados ideológicos de género. El género -con origen social y no biológico- se define como una serie de creencias, rasgos de personalidad, actitudes, valores, sentimientos, comportamientos y actividades que diferencian a los hombres y las mujeres. Es un fenómeno que se expresa en el Estado, el mercado de trabajo, la educación formal, los medios de comunicación y la familia. Se evidencia en las relaciones interpersonales y otorga más valor a lo masculino. Las consecuencias de esta construcción social del género son el acceso desigual a los recursos que generan privilegios, la dominación masculina y la subordinación femenina. Esas diferencias aprendidas socioculturalmente, facilitan la perpetuación de patrones estereotipados e influyen en el nivel de bienestar de las personas, por lo que debe tener presente, principalmente en procesos educativos.

## El Enfoque Generacional Contextual

Desde lo generacional se considera fundamental el momento de desarrollo de la persona en su ciclo vital para orientar las estrategias de trabajo en función de sus posibilidades, expectativas y prioridades. Se reconocen las diferencias entre personas en relación a su edad, particularmente entre adultos y adolescentes, estas diferencias ameritan considerar la singularidad de los intereses y necesidades sin que signifique anulación, imposición o exclusión. Los cambios físicos, intelectuales, sociales y emocionales ocurren simultáneamente durante el período adolescente, la manera en que cada adolescente reacciona se puede complicar dependiendo de la influencia de la familia, las amistades, la educación formal o por acontecimientos trascendentales en su




vida. Las múltiples fuentes de conflicto para los y las adolescentes pueden convertirse en un verdadero desafío para los adultos más cercanos. Debido a esto, los supuestos conceptuales y los principios metodológicos de toda iniciativa formativa con esta población, se deben ajustar a su identidad como grupo etario ya que sus necesidades van más allá de un proceso de enseñanza-aprendizaje. Es por esto que desde lo contextual, se deben reconocer y valorar las particularidades y condicionamientos que un determinado entorno familiar, comunal, institucional y nacional reúnen al momento de trabajar con una población en particular y cuya valoración se constituye en supuesto éxito del trabajo. Esto obliga además a tomar en cuenta que el significado de la niñez y adolescencia varía de acuerdo con las condiciones históricas, socioculturales y económicas de una sociedad en particular. Las personas adultas significativas se constituyen en facilitadoras de procesos en los y las adolescentes, cuando desde su posición de adultos(as) logran comprender las necesidades, preocupaciones, aspiraciones y áreas fuertes de ellos y ellas.

## Enfoque de curso de vida

Es un enfoque que recuerda atender las potencialidades y necesidades de vida de la población, tomando en consideración las especificidades propias de cada una de las etapas y a lo largo del curso de vida. Este enfoque encuentra sustento en un modelo que sugiere que la calidad de vida de individuos, familias y comunidades depende de la interacción de diversos factores protectores y de riesgo presentes a lo largo del curso de vida. El enfoque provee una visión más integral del desarrollo de las personas que exhorta a la prestación de servicios centrados en las necesidades propias de cada etapa de vida, y sensibles a los determinantes sociales que condicionan el entorno de convivencia.

El enfoque de curso continuo de vida se basa en la comprensión de cómo las influencias en la niñez temprana pueden actuar como factores de protección o riesgo de comportamientos relacionados con la salud o con trastornos de salud, en las etapas posteriores. Con el propósito de comprender y prevenir las violencias, es preciso entender que cada una de las etapas de la vida –primera infancia, niñez, adolescencia, juventud, adultez y adulto mayor, representa una fase especial y una oportunidad única para actuar sobre los factores relacionados. Según la OMS, la adopción de esta perspectiva contribuye a detectar los factores de riesgo tempranos y a definir los momentos más oportunos de una intervención de prevención primaria. Una prevención primaria exitosa exige una intervención temprana centrada en los grupos de edad más joven (Heckman 2009, Shonkoff 2011).



## ¿A QUIÉN SE DIRIGE ESTA GUÍA?

La presente Guía Metodológica se encuentra dirigida a docentes o personas encargadas del cuidado de niños y niñas de primera infancia. Las personas que se dedican a esta labor cumplen un rol fundamental en el desarrollo de las personas menores de edad, consecuentemente, se deben fomentar nuevas pedagogías en los centros infantiles, las cuales integren el enfoque de género, de cultura de paz y generacional contextual en sus prácticas cotidianas. A través de la instrumentalización a personal docente y administrativo de los centros de cuidado desde estos enfoques, se posibilitará la deconstrucción de diferentes estereotipos.

Es en la Primera Infancia que las personas producen la mayoría de los aprendizajes significativos en los que se sustentan los aprendizajes posteriores, los niños y las niñas empiezan a construir las primeras concepciones con respecto a la sociedad y las personas que la conforman. Consecuentemente, resulta un momento clave para construir herramientas para la convivencia pacífica y basada en la equidad en conjunto con las personas menores de edad.

Las personas encargadas en los centros educativos y centros de cuidado, cumplen un rol de observación, intervención y transformación, consecuentemente, se debe estar atenta a la forma en que se relacionan los niños y niñas, entre ellos y con las personas adultas.

A partir de estas observaciones, se pueden integrar las actividades que se plantean en la presente Guía, como instrumentos para desarrollar en la cotidianidad de las instituciones educativas y centros de cuidado, y fomentar procesos de transformación que permitan construir una cultura de paz basada en la equidad, de esta manera se fomentará que los niños y las niñas vivan y experimenten una forma democrática, equitativa y solidaria de relacionarse con otras personas.

# ESTRUCTURA DE LA GUÍA

La Guía está organizada en cuatro módulos, cada uno con un eje temático central que desarrolla distintos conceptos clave. Cada fase cuenta con una serie de actividades que le permiten a la persona facilitadora desarrollar, en conjunto con las niñas y los niños, herramientas para la convivencia pacífica desde un enfoque de género.

El aprendizaje de las estrategias es estimulado por las actividades que se proponen en la presente Guía. Las actividades integran recursos lúdicos centrándose principalmente en el juego guiado.

La persona facilitadora podrá elegir ejecutar las actividades que considere pertinentes de un eje y complementar posteriormente con los diferentes módulos, el que considere más adecuado para las niñas y niños según las necesidades del grupo. No se requiere que se realicen de forma secuencial.

## Módulo I

**Eje Temático:** Reconocimiento y expresión de emociones

Está orientado a que las niñas y los niños aprendan a reconocer las emociones que pueden sentir, de manera que aprenden a expresarlos de manera asertiva. También se introduce la temática de la equidad de género, en la cual tanto mujeres como hombres pueden experimentar las distintas emociones y canalizarlas de manera que se permita una convivencia pacífica y basada en la equidad.

## Módulo II

**Eje Temático:** Manejo del enojo

Este módulo familiariza a las niñas y los niños con una de las emociones que han sido reprimidas en los niños y niñas, y es el enojo. Esta emoción ha sido considerada como “negativa”, no obstante, si se enfoca de una manera adecuada, puede resultar constructiva y permitir la elaboración de estrategias de afrontamiento.

Las niñas y los niños descubren cómo identificar el enojo y cómo manejarlo apropiadamente en sus diferentes espacios cotidianos, el centro educativo, la familia y la comunidad.





## Módulo III

**Eje Temático:** Comunicación asertiva

Este tercer módulo, les permite a las niñas y los niños familiarizarse con estrategias de comunicación asertiva consistentes con su etapa del desarrollo. Se reconoce la comunicación verbal y no verbal como herramientas indispensables, las cuales son modeladas a través de estrategias lúdicas.

Las niñas y los niños aprenden a expresar cómo se sienten y a decir no cuando consideren que se sienten violentados de alguna manera.


## Módulo IV

**Eje Temático:** Resolución alternativa de conflictos

Está orientado a que las niñas y los niños construyan una serie de estrategias que les permita tener cierta autonomía en los procesos de resolución alternativa de conflictos, de manera tal que desarrollen las herramientas necesarias para la convivencia pacífica.

Es importante destacar que gran parte de las situaciones deben ser gestionadas por las personas adultas como responsables de velar por el bienestar de los niños y las niñas.

También se aborda la temática de la equidad de género, en la cual tanto mujeres como hombres cumplen un rol equitativo en los procesos de negociación que se requieren, tienen igual derecho a opinar, decidir y tomar parte activa de las situaciones.



# ESTRUCTURA DE LAS ACTIVIDADES

Cada uno de los Módulos, contiene una ficha de apoyo a la persona facilitadora que le permite familiarizarse con los conceptos que se desean desarrollar y a su vez los enfoques transversales. Igualmente, contiene una serie de actividades que posibilita fomentar el desarrollo de habilidades en los niños y niñas específicas según los Ejes Temáticos.

Cada actividad contiene los siguientes apartados:

- Título
- Punto de paz: Representa el objetivo de la actividad.
- Concepto clave de la actividad:: Constituye la herramienta principal que se desea fomentar desde la actividad
- Proceso: Describe punto a punto cómo desarrollar la dinámica.
- Enfoque de género en acción: Describe los puntos importantes de la diferencia con respecto a género en la temática planteada.
- Materiales: Especifica los materiales necesarios para desarrollar la actividad.

# Módulo

A decorative green wavy line that starts from the top right and curves downwards and to the left, ending near the center of the page.

# #1

Eje Temático:

**Reconocimiento y  
expresión de emociones**

A decorative white wavy line that starts from the bottom left and curves upwards and to the right, ending near the bottom right corner of the page.



## Ficha de Apoyo

### Las emociones y sentimientos en la primera infancia

El repertorio de emociones humanas es amplio y diverso. Las personas no nacemos con la capacidad de identificar las emociones que nos pueden suceder en diferentes momentos de la vida.

Es en los primeros años de la infancia donde debe existir un proceso de expresión, reconocimiento y canalización de emociones a través del acompañamiento asertivo y empático por parte de las personas adultas hacia niñas y niños. Las figuras adultas constituyen un factor clave para que puedan tener el espacio necesario para expresar las emociones, para que les guíen en el conocimiento de las características de las emociones, y como expresarlas de manera asertiva, de manera tal que tenga una canalización de forma pacífica.

A este proceso de aprendizaje emocional se le denomina autorregulación y es una habilidad que se ensaya una y otra vez, durante toda la vida. Se adquiere en la primera infancia, si se cuenta con personas con quienes se pueda tener un vínculo afectivo, desde el cual se permita la manifestación de las emociones, sin represión. Así, como la Guía para adoptar estrategias asertivas y pacíficas de expresión y canalización de emociones.

### Emociones en un contexto de desigualdad

Todas las personas pueden experimentar un amplio repertorio de emociones. Sin embargo, en un contexto cultural donde predomina el patriarcado, existe una promoción y aceptación diferenciada para las emociones según género, en el caso de las mujeres se valida demostrar emociones que denotan vulnerabilidad, como la tristeza y se reprime otras como el enojo, la frustración y la ira. En los hombres sucede a la inversa, se fomenta la expresión de emociones como el enojo y la ira, a través de comportamientos y conductas violentas y de riesgo, mientras se reprimen otras que denotan vulnerabilidad.

Es en la primera infancia que podemos impulsar nuevas formas de interacción y de expresión de emociones, esto implica destacar que tanto niños como niñas pueden mostrarse vulnerables, sensibles, enojados o alegres, que las emociones no dependen del género de las personas. Consecuentemente, se requiere cuestionar con las personas menores de edad, los distintos mitos, creencias, roles y estereotipos con respecto a las emociones, desestructurar visiones en las cuales “los niños no lloran” y “las niñas son lindas, dóciles y aceptan todo sin cuestionar”.

Las personas adultas, encargadas del cuidado y la crianza de niñas y niños, deben promover la construcción de herramientas que les faciliten una convivencia pacífica y en un entorno en el cual exista equidad entre los géneros, en el cual tengan la capacidad a decir que NO, sin sentirse culpables y a mostrar cómo desean que se les acerquen otras personas.



# Actividad 1: IDENTIFICO LOS SENTIMIENTOS



## Punto de Paz

- Reconocer los diferentes sentimientos por medio de expresiones faciales.

Cuando las niñas y los niños aprenden a identificar los sentimientos, desarrollan mayor control interno para identificar sus propias emociones. De esta manera, también logran una mejor empatía hacia las otras personas a su alrededor.



## Concepto Clave

### Identificación y reconocimiento de emociones

La capacidad de reconocer con precisión las emociones es esencial para el desarrollo emocional de niñas y niños. Identificar las emociones les permite contar con una mayor cantidad de herramientas para la toma de decisiones en la cotidianidad. Igualmente permite reconocer cuales son las mejores estrategias para lidiar con la manera en que nos sentimos y así aportar a su bienestar y a las relaciones interpersonales en su entorno inmediato.

Para la identificación emocional es necesario que los niños y las niñas puedan expresarlas, vivirlas y sentirlas, recibiendo un adecuado acompañamiento por parte de las personas adultas.



## Proceso

1. Se les explica a las niñas y los niños que el cuerpo constituye una herramienta fundamental para expresar sentimientos, y que muchas veces nos comunicamos por medio de él, sin necesidad de hablar.
2. Invitar al grupo a discutir esta idea y observar cómo en ese momento sus cuerpos pueden expresar su sentir.
3. Tome las Fichas de Emociones y muestre una al grupo; quien levante la mano indicará qué está sintiendo la persona en la ficha.
4. Solicítele al grupo que le indique qué sentimiento está siendo expresado por la ficha que usted les muestra.
5. Pregunte si la persona que expresa ese sentimiento es hombre o mujer e indague sobre las concepciones que tienen con respecto a ¿cuáles emociones pueden ser expresadas según el género?
6. Converse si existe alguna diferencia de opiniones, guiándose a través de las preguntas generadoras presentadas a continuación.
7. Continúe con todas las fichas, una por una. Igualmente, se puede realizar la actividad con rostros que los niños y niñas dibujen previamente.
8. 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.
9. Para cerrar, es importante reflexionar.



## Preguntas Generadoras

- ¿Alguna vez te has sentido así?
- ¿En qué momento te sientes así?
- ¿Hombres y mujeres pueden sentirse así?
- ¿Cómo te expresás cuando te sentís así?
- ¿Has visto a alguien de tu familia con esa cara?
- ¿Qué podemos hacer cuando una amistad o familiar se siente así?



## Enfoque de género en acción

Con el fin de abordar el tema de género, es importante realizar las siguientes preguntas generadoras:

- ¿Has escuchado a la gente decir que “los niños no lloran”?
- ¿O que las niñas enojadas son feas? ¿Son ciertas estas ideas?
- ¿Si tenemos ganas de llorar, ¿podemos llorar?
- ¿Tenemos derecho a estar enojadas?
- ¿Alguna vez te han dicho que no puedes sentirte así?
- ¿Creen que tanto los hombres como las mujeres se sienten así a veces?
- ¿Cómo lo expresan los hombres?
- ¿Cómo lo expresan las mujeres?
- ¿Son positivas estas acciones?



## Posibles variantes

- La actividad también se puede realizar de forma 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.
- Esta actividad se puede ejecutar al inicio de las lecciones, con el fin de identificar los sentimientos que experimentan los niños y las niñas, los mismos pueden ser registrados cotidianamente en los expedientes académicos para mantener un registro.



## Materiales

- Fichas con expresiones de sentimientos (**Anexo 1**)



## Actividad 4: EL SEMÁFORO



### Punto de Paz

- Construir estrategias asertivas para el manejo de emociones.

Cuando tengo un sentimiento negativo que expresar, aprendo a parar, pensar, y luego actuar. Las niñas y los niños necesitan desarrollar controles internos para poder regular su enojo y otras emociones negativas para actuar de una manera premeditada.



### Concepto clave

#### **Autorregulación**

Las niñas y los niños que aprenden sobre las emociones propias y las de las otras personas, aprenderán a autorregularse de una mejor manera, desarrollando respuestas constructivas frente a dificultades emocionales como el enojo, la frustración y la tristeza.

Autorregularse significa afrontar sus emociones de una manera que no se dañe a sí mismo o a otras personas. Por ejemplo, afrontar el enojo respirando profundo y meditando en lugar de golpear a otra persona o gritar.

Es una habilidad que se aprende una y otra vez durante la vida, pero durante la primera infancia es necesaria para aprender a convivir de forma pacífica y resolver los conflictos mediante el diálogo y la negociación.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Programa Somos familia (s.f). Familias Empáticas



## Proceso

1. Haga una introducción del semáforo (¿han visto uno?, ¿Para qué sirve?, ¿Qué significan los colores?).
2. Les explicamos que de igual manera se aplica cuando estamos enojados, tristes o frustrados.
3. En estos casos se puede *jugar al semáforo*, el **Rojo** sirve para que se detengan, respiren y tomen conciencia de su conducta, el **amarillo** para que piensen y valoren las alternativas, y el **verde** para que puedan actuar de la manera más pertinente.
4. Se le solicita al grupo que mencione situaciones en las que se han sentido enojados y se les pregunta de qué manera reaccionaron. Posteriormente, se retoman las respuestas y se hace el ejercicio *detenerse, pensar y actuar*.
5. Igualmente, por medio de escenas cotidianas (**ver Anexo 3**) solicíteles a las niñas y los niños que se sitúen en los personajes y pasen por el proceso de “paro, pienso y actúo”.
6. Se destacan los momentos en donde las personas están muy enojadas pero logran controlarse y actuar de maneras en donde no se lastima a nadie.
7. Finalmente, se integra el juego de la locomotora, 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.
8. Para realizar el cierre se conversa con los niños y las niñas sobre la importancia de aplicar estas estrategias en la cotidianidad, con los compañeros, compañeras y familiares.



## Preguntas generadoras

- ¿Qué pasa cuando las personas actúan enojadas, tristes o frustradas sin pensar?
- ¿Qué pasa cuando para controlar su enojo, tristeza o frustración, piensan y actúan?





Es importante que identifique las emociones en el cuerpo, realizando preguntas como:

- ¿Cómo me siento cuando me enoja?
- ¿Qué siento en el cuerpo?
- ¿Cómo se diferencia de las emociones como la felicidad?



## Enfoque de género en acción

Visibilice las diferencias que se valoran socialmente en cuanto al género y la expresión de sentimientos. Por lo general se valida que un hombre levante la voz, se pelee con otros o golpee a otras personas si está enojado. Esto desencadena muchas conductas de riesgo en los hombres y mucha violencia hacia las mujeres, por considerárseles en una posición de desventaja con respecto a ellos.



## Materiales

Lámina del semáforo



# Módulo

A decorative green wavy line that starts from the top right and curves downwards and to the left, ending near the center of the page.

# #2

Eje Temático:

## Manejo del Enojo

A decorative white wavy line that starts from the bottom left and curves upwards and to the right, ending near the bottom right corner of the page.



## Ficha de Apoyo

### El enojo en las niñas y los niños

El enojo de los niños constituye un desafío para las personas adultas, responsables de brindar una Guía adecuada, ética y eficaz.

Para comprender el enojo primeramente debemos identificar el origen que ocasiona esa emoción, ya que se puede generar por conflictos debido a las pertenencias, tanto materiales como la invasión de su espacio personal, la agresión física (entre niños/niñas o por parte de una persona adulta), los conflictos verbales (molestar, ofender, gritar), el rechazo, el cual incluye ignorar o no permitir jugar a un niño o niña.

Posteriormente, es importante analizar las respuestas ante las distintas situaciones que generan el enojo, ya que el niño o la niña lo puede manifestar de maneras muy distintas, algunos pueden tener manifestaciones de violencia (golpes, gritos, insultos, empujones) o bien pueden expresarlo de maneras más pasivas (expresiones faciales, llanto, dejar de hablar).

El gran reto al que se enfrentan las personas adultas, es promover que los niños y las niñas aprendan a reconocer los sentimientos de enojo y brindar espacios en los cuales puedan aprender a expresarlo de manera asertiva.

Partiendo de un enfoque de derechos, no existen emociones *negativas* o *positivas*, ya que todos los sentimientos constituyen respuestas válidas, sin embargo, se deben construir las herramientas para poder canalizarlas de la mejor manera.

El enojo ¿diferencias para niñas y niños?

Con respecto al género hay diferencias en la manera en la que se permite y promueve que niñas y niños regulen sus emociones. El enojo, cuando es permitido, es para los niños; mientras que a las niñas se les reprende o rechaza cuando muestran enojo con frases como “qué feo una chiquita así”. El manejo para los niños no siempre es el más asertivo. Se promueve que ellos realicen conductas de riesgo como pelear, y se incentiva que exista una jerarquía donde el más fuerte es quien pega a los demás.

Desde estas herramientas, se debe facilitar que tanto niñas como niños puedan reconocer el enojo, recibirlo dentro de la gran gama de sentimientos y lo canalicen a través del juego, siempre con un acompañamiento adulto que les inste a realizar este proceso. Por último, después de estas herramientas de autorregulación, promueva el diálogo y la comunicación asertiva.



## Actividad 2: SE DERRITE EL HIELO



### Punto de Paz

- Desarrollar estrategias para reconocer las consecuencias del enojo en el cuerpo.

Muchas personas, al sentirse enojadas, tensionan su cuerpo y se encogen. Desde aquí se le puede enseñar a reconocer esa tensión y a lograr relajarse.



### Concepto clave

#### Conciencia corporal

Es indispensable conocer su cuerpo para identificar a tiempo las señales de enojo o tensión y regularlas.

Es importante el acompañamiento de las personas adultas para que la niña y el niño aprendan a reconocer su propio cuerpo y las señales emocionales que este les brinda.



### Proceso

1. Pídale a la niña o niño que imagine que es un cubito de hielo sobre la acera, que sienta como sus músculos están congelados.
2. Cuénteles cómo el sol brilla sobre él o ella y se empieza a derretir el hielo.
3. Solicítele que estire los dedos, que levante la cabeza, que libere los hombros y ponga sus manos al lado del cuerpo.
4. Dígale que sienta como el hielo se derrite y poco a poco.
5. Esto les permite entender la diferencia entre la tensión y la relajación, le enseña a relajarse y le libera el enojo que sentía.
6. Puede utilizar un tambor, iniciando la actividad haciendo golpes duros y disminuyéndolos mientras la niña o niño se va “derritiendo”, igualmente se pueden hacer sonidos a través de pisadas fuertes.
7. Repita la actividad indicándoles “imaginen que se congelan y se descongelan nuevamente”.
8. Pregunte cómo sienten su hombros, espalda, brazos, etc., y si lo sienten más relajado. Es importante que los niños y niñas aprendan a conocer sus cuerpos.



### Materiales

Tambor (opcional)

# Módulo



# #3

Eje Temático:

## Comunicación Asertiva



# Ficha de Apoyo

## La comunicación en primera infancia

Antes de dominar el lenguaje, los niños y las niñas poseen un gran número de recursos para comunicarse en su contexto social, especialmente las personas que se encargan de su cuidado y crianza, incluso antes de desarrollar la capacidad del lenguaje verbal.

Las personas adultas son las primeras responsables de leer la comunicación no verbal cuando no existe la verbal. Además, son las personas responsables de modelar una buena comunicación con ellas y ellos, la cual se caracteriza por la escucha, la validación de sentimientos, la paciencia, la tolerancia y el respeto.

Poco a poco las niñas y niños aprenden a expresar de maneras asertivas lo que sienten, siempre y cuando cuenten con una escucha adecuada, una apertura para su enojo y su frustración como emociones sanas al crecer.

Promover la comunicación en niñas y niños implica respetarles y que puedan estar en desacuerdo con las personas adultas, es importante promover la negociación, la capacidad de decir no cuando se sienten inseguras/os con una situación, es respetar su posición incluso antes de que puedan decirlo verbalmente.

### La comunicación para niñas, la comunicación para niños

Es muy importante trabajar la conciencia corporal cuando se desarrollan estrategias de comunicación, consecuentemente, se debe promover el respeto al cuerpo de los niños/niñas y de su espacio personal (y el de los demás), los cuales constituyen elementos esenciales para una comunicación asertiva.

Luego de tener una conciencia corporal, nuestro lenguaje verbal es secundario, aunque no deja de ser importante.

Existen diferencias significativas, que socialmente delimitan la forma de comunicarse de niñas y de niños. A las niñas por lo general se les invita a comunicar lo que sienten, mientras que a los niños se les impulsa a guardarse sus sentimientos y desconocer sus emociones. Socialmente hay ciertas emociones y posiciones que están vetadas de algún modo según género.

La comunicación asertiva con enfoque de género implica hacer énfasis en que las niñas reconozcan sus emociones, sean conscientes de su cuerpo, conozcan las situaciones que les incomodan y puedan negarse a participar, a aceptar ofertas y a decir lo que piensan sin que sean juzgadas como desobedientes o malcriadas. Poder decir que no les hace más conscientes de sí mismas, las refuerza y las protege.

Por otra parte, en el caso de los niños se desea fomentar la expresión de una amplia gama de emociones que muchas veces se les impide sentir.



# Actividad 1: LA NIÑA Y EL NIÑO QUE DICEN NO



## Punto de Paz

- Construir con el grupo estrategias para responder ante situaciones que les afectan o les hacen sentir incómodos.

Cuando estoy en una situación que me hace sentir incómodo(a) yo puedo decir NO con tranquilidad. La comunicación asertiva nos invita a expresar nuestros sentimientos y proteger nuestros derechos de manera adecuada, especialmente cuando queremos 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.



## Concepto clave

### Niñas y niños fortalecidos: Aprendiendo a Decir NO

Las niñas y los niños que crecen con afecto, escucha y respeto de sus particularidades aprenden que son importantes, que su opinión es relevante y por ende, es un niño fortalecido y protegido contra influencias externas, como la violencia y el abuso.

Desde la primera infancia es importante respetar las decisiones de las niñas y los niños, partiendo de que son personas que merecen un buen trato y respeto.



## Proceso

1. Construya con los niños y las niñas dos imágenes, una de un niño y una de una niña. Cada una de las imágenes representará a niños y niñas diciendo NO.

2. Preséntele al grupo la lámina de la Niña y el Niño que dicen 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 decir que NO. Para acordarnos de esto, tenemos a la Niña y el Niño NO".

3. Pídale al grupo que cuente historias en donde necesitan la ayuda de la Niña y el Niño que dicen NO. Si esto les es difícil, utilice situaciones hipotéticas de la vida cotidiana del grupo y compártalas con el grupo. Por ejemplo, puede usar las siguientes:

- Una niña no desea ir a un lugar pero su tío la quiere llevar...
- Un niño no quiere jugar un juego pero todos sus compañeros quieren jugar.
- Una niña quiere cambiarse de ropa en privado, no frente a toda la familia...
- Un niño no quiere comer...
- Una persona quiere que se cambien su ropa en público...
- Una persona desconocida les regala un caramelo.
- Alguien les ofrece hacer algo con lo que se sienten incómodas e incómodos.

4. Coloque la lámina en algún lugar visible para todo el grupo. Enfátice conforme pasan los días de que “la Niña y el Niño NO” está ahí para ayudarles a decir que no en situaciones que no les gustan.

5. Pueden complementar realizando juegos de roles y dramatizaciones para enseñar a las niñas y niños a decir no sin sentirse culpables.



## Enfoque de género en acción

Los modelos patriarcales y adultocéntricos han privado a niños y niñas de desarrollar ciertas habilidades como la autonomía de decidir en determinadas situaciones, incluyendo incluso decisiones sobre su propio cuerpo, por ejemplo, se les obliga a saludar “de beso” a personas que desconocen o a quienes no desean saludar, se les toma en brazos aunque no lo deseen, etc.

Incluso se asume que una niña que dice siempre que sí, es servicial, dócil, y por ende se le refuerza este tipo de conductas.

Es importante enfatizar el tema con las niñas, quienes muchas veces están en desventaja con respecto a los hombres para resistirse a hacer algo o para rehusarse a participar en actividades.

Aborde con las niñas y los niños el tema de respetar a la persona que dice que no quiere estar, participar, comer, beber, esto sentará las bases para que todas y todos respeten la voluntad de otras y otros al decir NO.



## Materiales

Lámina de la Niña y el Niño que dicen NO (Dibujada o impresa).





## Actividad 2: ORACIONES “YO ME SIENTO”



### Punto de Paz

- Elaborar estrategias de comunicación asertiva con los niños y niñas.

Usar oraciones de ‘yo me siento’ ayuda a que las niñas y los niños tomen conciencia por lo que sienten mientras respetan las emociones, la dignidad y los derechos de las otras personas. Estas frases atacan los problemas no a las personas.



### Concepto Clave

#### Asertividad

Es una habilidad que poseen las personas, que permite expresar los sentimientos, emociones, deseos, opiniones o pensamientos en un momento que se considere oportuno, una manera optima y tomando en cuenta a las demás personas, sus derechos y sentimientos; es la posibilidad de decir lo que se siente sin herir o atropellar a otra persona.

En la medida en que los niños y niñas logren reconocer sus emociones, y canalizarlas de la mejor manera, van a poder desarrollar conductas más asertivas.



### Proceso

1. 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.

2. Realice las pregunta generadoras.

3. Explíqueles 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.

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

5. Presénteles otras situaciones y que ellos formulen su propia oración de ‘yo me siento’. Puede utilizar las situaciones adjuntas (**ver anexo 7**).



## Preguntas generadoras

Realice una pausa frente a las situaciones y pregunte a las niñas y los niños:

- ¿Está bien que Felipe se sienta triste?
- ¿Está bien que lllore?
- ¿Los hombres pueden llorar?
- ¿Está bien que Laura esté enojada?
- ¿Puede sentirse enojada?
- ¿Qué otras cosas les hacen enojar a las niñas?
- ¿Está bien que lo digan?



## Enfoque de género en acción

Es importante desarrollar estrategias de comunicación tanto en los niños como en las niñas, explicarles que no existen emociones “de niñas” o “de niños”, y que todas las personas pueden expresarse, decir lo que sienten, manifestar si se encuentran en acuerdo o desacuerdo con determinada situación.



## Materiales

Títeres (uso opcional)

# Módulo

## #4

Eje Temático:

**Resolución alternativa de  
conflictos**



## Punto de partida

### Los conflictos en primera infancia

La convivencia acarrea conflictos. Todas las personas son diferentes: Piensan diferente, sienten diferente, actúan diferente. Tradicionalmente esto se ha visto en un sentido ..... negativo, tendiendo a pensar que la mejor convivencia es aquella en que nadie experimenta conflicto. Este objetivo acarrea mucha frustración, ya que mientras haya al menos dos personas, van a diferir en mucho más de una vez.


La nueva visión del conflicto les define como: “una situación de discordia entre dos partes que generan un desequilibrio y buscan un cambio”. A partir de esas diferencias se procura realizar los ajustes para lograr la posibilidad de crecimiento y de desarrollo de las partes involucradas en el conflicto.<sup>3</sup>

Las niñas y los niños –como todas las personas- tienen roces, desacuerdos y conflictos en los entornos que comparten. Probablemente en un principio los resuelven sin contemplar el diálogo, utilizando estrategias negativas como los golpes o los insultos. Más aún si esto es lo que viven en sus hogares.

A través del acompañamiento de las personas adultas, las niñas y niños aprenden a lidiar con sus conflictos sin perder sus vínculos. La escucha, la expresión y la comunicación son habilidades que se aprenden con el tiempo, siempre con una base y un modelaje afectivo. Las personas adultas son las responsables de anticipar, analizar empáticamente y resolver positivamente los conflictos, de esta manera modelas las distintas formas de afrontar los conflictos.

---

<sup>3</sup> Programa Somos Familia (s.f). Familias abrazando diferencias.





## Actividad 1: MANOS DE RESPETO



### Punto de Paz

- Promover en los niños y niñas herramientas que les permitan relacionarse con las demás personas de una manera respetuosa.

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, a partir de tomar conciencia de su cuerpo, su fuerza y su acercamiento con otras niñas y niños.

**Nota:** Cada vez que exista un conflicto puede recurrir a la imagen de las manos verdes y las manos rojas para tomar conciencia de la fuerza e intensidad con la que las niñas y niños se aproximan a sus compañeras y compañeros de clase.



### Concepto clave

#### **Abrazando las diferencias:**

Todas las personas difieren en la forma de pensar, de vivir, de comunicarse, etc, por lo cual se debe promover desde la primera infancia el respeto por las diferencias, incentivando un compromiso con las otras personas, creando ambientes seguros, y partiendo de que todas las personas tenemos que respetarnos sin importar género, cultura, o preferencia.



### Proceso

Pídales a las niñas y los niños que le enseñen sus manos. Pregúnteles para qué usan sus manos (para jugar, para lavarse los dientes, para pintar, para agarrar cosas); pregunte si las manos a veces también pueden dañar a otras personas (cuando las golpeamos, las pellizcamos, las sacudimos). Luego pregunte: ¿cómo nos sentimos cuando dibujamos algo para alguien? ¿Cómo nos sentimos cuando le damos un abrazo a otra persona? ¿Y cómo se siente una persona que empujamos? ¿Cómo se siente una persona que golpeamos?

Solicítele al grupo que trace sus manos en lados extremos de una hoja de papel. Indíquele que coloree una mano de color verde (mano que ayuda) y otra roja (que lastima). Coloque los dibujos en un lugar visible para todas y todos.

Apóyese utilizando una imagen de dos manos (una verde y otra roja), para aclararles que a veces sin querer, usando nuestras manos podemos lastimar a alguien. Que en esas situaciones hay que pedirles disculpas a los demás.

Enseñe al grupo la mano verde y la mano roja. Dígales que con las manos van a mostrar situaciones en las que las manos lastiman a otras personas, utilizando la mímica. Con las manos verdes, van a dramatizar acciones que ayudan o hacen sentir bien a las y los demás. Pida a dos voluntarias y voluntarios que muestren algunas acciones amarillas y blancas.

Se puede preguntar al grupo:

- ¿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?

Después de mostrar las acciones con las manos verdes y rojas, dígales a las niñas y los niños que imaginen que tienen manos verdes o manos amarillas y que cada uno pase al frente y haga una mímica, de manera que todas y todos puedan adivinar de qué color son sus manos.

Finalice haciendo una mímica con todo el grupo diciendo: “Ahora todas y todos nos vamos a pintar imaginariamente las manos de verde”.

**Nota:** Cada vez que exista un conflicto puede recurrir a la imagen de las manos verdes y las manos rojas para tomar conciencia de la fuerza e intensidad con la que las niñas y niños se aproximan a sus compañeras y compañeros de clase.



## Enfoque de género en acción

Apuntar hacia la conciencia corporal, hacia el reconocimiento de las maneras en las que es respetuoso acercarse a las niñas y los niños previene la violencia desde la primera infancia. Hacer a las niñas y niños conscientes de sus posibilidades corporales hace también consciente el respeto que tienen frente a otra persona a la hora del contacto físico.

Promueva que las niñas puedan decir exactamente cómo desean que otra persona se les acerque, que sepan decir si se sienten cómodas de una u otra manera y que no se sientan culpables por alejarse de donde no se sienten cómodas.



## Variable

Puede fusionar esta actividad con la anterior “Me acerco suavemente”, y colocar cintas de lija en la mano roja y cintas de algodón en la verde.



## Materiales

Hojas, Materiales para pintar (marcadores, crayones, lápices de color, etc.), Imágenes de manos verdes y rojas



## Actividad 3: LOS PODERES ASERTIVOS



### Punto de Paz

- Desarrollar habilidades de comunicación a través de análisis de casos.

Las niñas y los niños toman conciencia de la conversación, la escucha, el diálogo como poderes para hacerles sentir bien y hacer sentir bien a otras personas al tiempo que resuelven sus conflictos. Ejercitar esta capacidad es importante para que puedan ser negociadores efectivos.



### Concepto clave

#### Convivencia democrática

Criar en democracia es construir lazos afectivos, normas y responsabilidades entre niñas, niños y personas adultas, bajo los valores de igualdad, justicia y respeto.

Cuando una persona es cuidada y educada democráticamente las normas, compromisos y consecuencias se ponen en práctica con afecto y en ausencia total del castigo físico y trato humillante, negligencia o abuso.



### Proceso

1. Converse con el grupo sobre situaciones difíciles en donde hay un conflicto. Pídeles que le den ejemplos de situaciones en las que vivieron una pelea o conflicto con alguna compañera o compañero. Haga la siguiente pregunta:

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

2. Solicítele a cada niña o niño, de manera individual o grupal, que escojan uno de esos poderes y dibujen un personaje que recuerda de los poderes que ellos tienen.

3. Deben dibujar a este personaje e inventar cómo cada uno les recuerda de los poderes para resolver conflictos.

4. 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 el poder que dibujamos?

5. Posteriormente, 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.

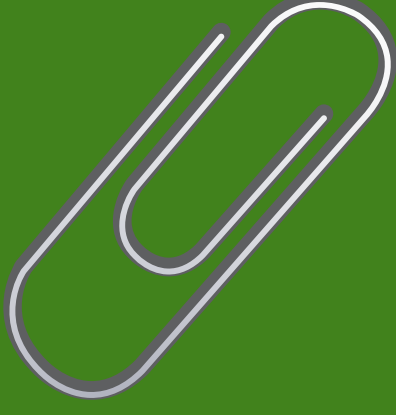


### Materiales

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

# ANEXOS

---

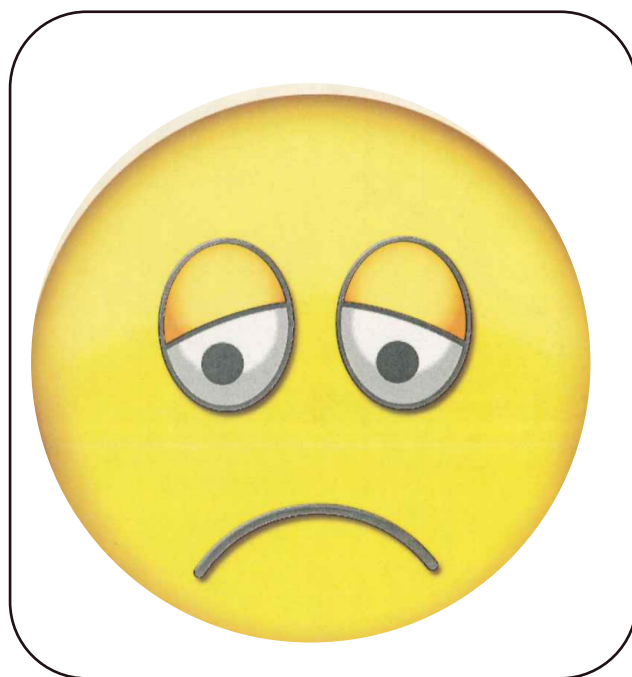
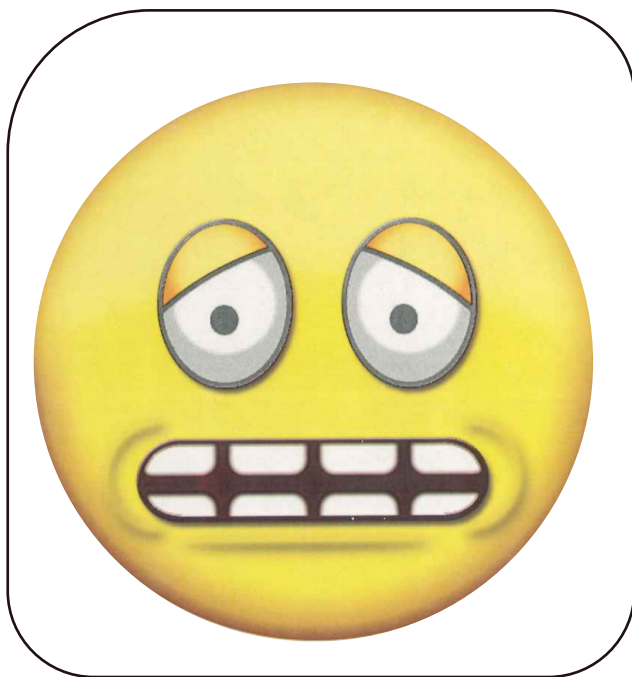




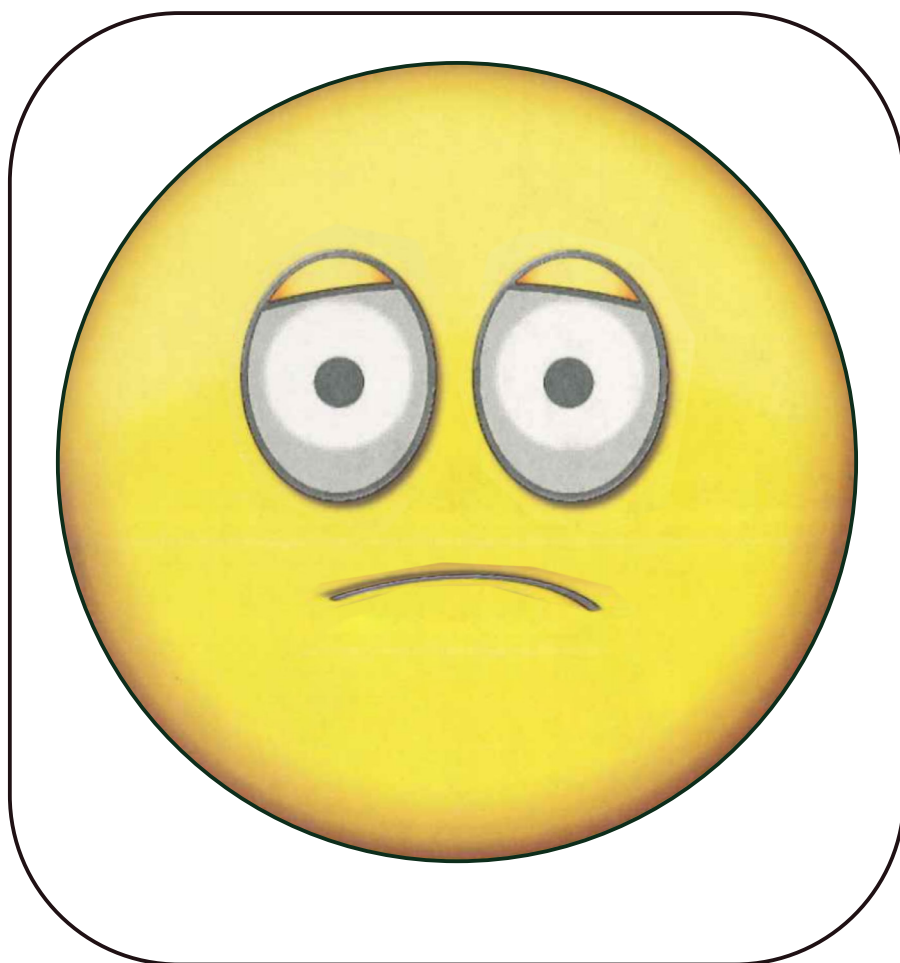
## Anexo #1



### Fichas expresión de emociones









## Anexo #3:



### Escenas para “El semáforo”

- Un hombre enojado que quiebra una botella en la calle.
- Una mujer enojada que grita insultos.
- Un hombre le pita a otro desde el carro, el otro se baja y se pelea con él a golpes.
- Una mujer que tira objetos al aire cuando no logra hacer algo.
- Un hombre se siente triste con su amigo y lo llama por teléfono para gritarle.





## Anexo #4



# Estrategias lúdicas de manejo del enojo

### Cortar mi enojo

Dele a la niña o niño un pedazo grande de papel periódico e invítele a 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 siempre que la niña o niño sienta que se relaja y se calma. Si siente que lo disfruta, hable con él o ella de lo que le molesta, pídale que le explique cómo eso podría ser diferente.

### Amasar mi enojo

Prepare un espacio seguro donde las niñas o niños puedan utilizar la plastilina. Acompañe la acción de amasar con la fantasía de que la plastilina se forma de acuerdo a los sentimientos que le transmitimos. Invite a las niñas y niños a utilizar este método cuando se sienten mal. No todas las niñas y los niños se sentirán relajados o se sentirán mejor usando esta técnica. Deje que sean ellas y ellos quienes marquen la pauta.

### Hacer sonar mi enojo

Utilizando el tambor, motive a la niña o niño que experimente con diferentes ritmos y sonidos. Acompañele 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 haya cosas que se puedan quebrar o afuera en un patio. Coloque en el piso alguna de las dos marcas, una que indica desde donde 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 la razón que les hace sentir enojadas y enojados.

## 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.

## 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 si siente que la niña o niño lo está disfrutando para relajarse y sin invalidar la razón por la cual la niña o niño se enojó.

**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, acompañadas y familiares para ellos y ellas.



## Anexo #5:



### Confección de una pala con materiales de desecho





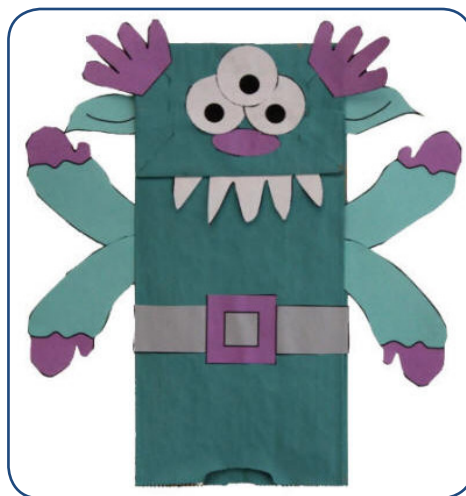


## Anexo #6



### Títeres

Se pueden realizar títeres a partir de bolsas de papel







## Anexo #7



### Casos

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.

