World Vision
Por los niños



# DANDO ALAS A LA TERNURA

## Modelo de sensibilización para el desarrollo de una crianza positiva

DANDO ALAS.indd 1 22/04/19 13:47

© Worldvisión Internacional 2017

Todos los derechos reservados. Ninguna porción de esta publicación podrá ser reproducida de ninguna manera, excepto por breves fragmentos en revisiones, sin el previo permiso del editor.

World Vision México

# Índice

Introducción ..... 5

## El derecho a la ternura

El derecho a la ternura ..... 8

## Talleres para madres y padres de familia

Sesión 1. Educación con ternura, ¿qué es eso? ..... 24

Sesión 2. Maltrato infantil ..... 37

Sesión 3. Pistas para la educación con ternura ..... 40

Sesión 4. Eduquemos con ternura ..... 46

Sesión 5. Hasta en las mejores familias ..... 61

Sesión 6. Hablando se entiende la gente ..... 65

Sesión 7. Cambiando la manera de pensar y de mirar ..... 71

Sesión 8. Identificar y satisfacer las necesidades propias ..... 75

Sesión 9. Paternidad afectiva ..... 80

Sesión 10. Actividades y género ..... 83

Sesión 11. Educación y género ..... 86



DANDO ALAS.indd 3 22/04/19 13:47

# Talleres para niñas, niños y adolescentes

Sesión 1. Vamos a participar ..... 92

Sesión 2. ¿Buen trato o maltrato? ..... 94

Sesión 3. Derecho a ser protegidos, a expresarse y a la información ..... 97

Sesión 4. Dale forma y color a tus emociones ..... 100

Sesión 4.1. Autoestima ..... 101

Sesión 4.2. Familia ..... 103

Sesión 4.3. Violencia Familiar ..... 105

Sesión 5. Educación emocional ..... 109



DANDO ALAS.indd 4 22/04/19 13:47



# Introducción

En el marco de la Campaña contra el maltrato a niñas, niños y adolescentes: "Ni golpes que duelan, ni palabras que hieran, eduquemos con ternura", edición 2004, el comité de la campaña se propuso compartir una serie de talleres fruto de la experiencia de trabajo en el tema por parte de las organizaciones y organismos autónomos que forman este comité.

El resultado es esta guía metodológica dirigida a promotoras y promotores comunitarios, servidoras y servidores públicos y a toda organización, dependencia o persona comprometida con la erradicación del maltrato a niñas, niños y adolescentes y con la promoción de la educación con ternura.

La guía está formada por un breve marco de referencia sobre la educación con ternura y por dos secciones de talleres según el público al que están dirigidos:

1. Madres y padres de familia
2. Niñas, niños y adolescentes

Los talleres para madres y padres de familia también pueden realizarse con otros públicos adultos con algunas adaptaciones leves.

Después de la descripción de cada taller, se anexan los materiales de apoyo que se necesitan para su realización. Las actividades y contenidos pueden adaptarse a los requerimientos o necesidades de las y los participantes y a los horarios disponibles. La guía es sólo un punto de partida, la creatividad de quien la usa y la contribución de las y los participantes la convierten en el instrumento adecuado y útil para el fomento de la educación con ternura. Podemos pensar en esta guía también como un menú del que elegiremos aquellos platillos que consideremos útiles para nuestra dieta. Es decir, se puede cambiar el orden de los talleres o sólo elegir algunos.



DANDO ALAS.indd 5 22/04/19 13:47

## Ideas para la realización de los talleres

**Papel de la promotora o promotor.** Es una guía en el proceso de aprendizaje. Su labor es crear el espacio y facilitar el proceso de aprendizaje, de tal modo que cada participante aporte sus experiencias y conocimientos previos y, como resultado del intercambio con los demás, salga con nuevo conocimiento útil para el ejercicio de la educación con ternura. Este nuevo conocimiento se traducirá en una transformación de perspectivas, actitudes y comportamientos orientados al desarrollo integral de las niñas, niños y adolescentes, y a percibirles como sujetos de derechos.

**Tiempos.** Es importante pensar en horarios realistas, es decir, viables y adecuados para las personas que son el público meta. Por ejemplo, si son madres y padres trabajadores será importante elegir horas fuera del horario laboral. La mayoría de los talleres están estructurados para realizarse en dos horas. Sin embargo, es posible que algunas veces las personas solo dispongan de una hora. En tal caso, se podrán elegir uno o dos de los ejercicios planteados para trabajar. Es muy importante iniciar y terminar a tiempo.

**Espacio.** El espacio escolar y/o laboral del centro comunitario puede ser el recinto para los talleres presentados en esta guía. Este centro puede estar operado por dependencias gubernamentales o por organizaciones de la sociedad civil. En cuanto a las dimensiones del lugar, es importante que sea de fácil acceso, amplio, cómodo, con ventilación adecuada, bien iluminado, especialmente si las actividades se realizan por la noche. Debe contar con sillas movibles que puedan colocarse en círculo para facilitar el intercambio entre las y los participantes tanto en actividades grupales como en equipos pequeños.

**Cupo.** Se recomienda trabajar con un mínimo de ocho y un máximo de 20 personas. Sin embargo, es posible trabajar con grupos más grandes si se dividen en subgrupos para facilitar el intercambio de información y experiencias y manejar adecuadamente los tiempos acordados. Es recomendable que en caso de un grupo mayor haya más facilitadoras y facilitadores.



DANDO ALAS.indd 6 22/04/19 13:47

# El derecho a la ternura

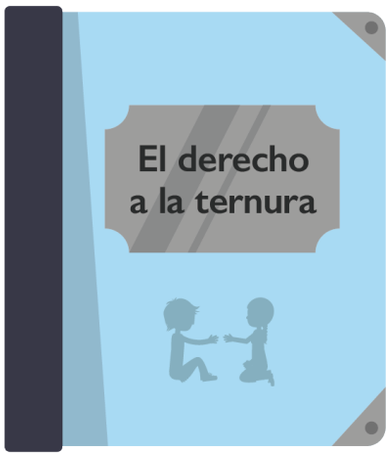


World Vision México

DANDO ALAS.indd 7 22/04/19 13:47

# El derecho a la ternura[1]

El reconocimiento jurídico internacional de que niñas, niños, y adolescentes son sujetos sociales y de derechos, nos obliga a hacer efectivo ese principio en todos los ámbitos de las relaciones sociales. Y al ser la familia el primer espacio de socialización, le corresponde jugar un papel decisivo en la transformación de las prácticas y modelos de crianza abusivos y autoritarios.




En el contexto de los derechos humanos, cualquier forma de maltrato hacia niñas y niños y adolescentes es una violación a sus derechos fundamentales y pone en riesgo el desarrollo integral y armonioso de su personalidad. Eliminar de nuestra práctica social los modelos de crianza basados en la violencia, se convierte entonces en una tarea de gran importancia.

Este capítulo ha sido elaborado por el equipo editorial de la revista "Conociéndonos" que en 1997 contribuyó a la Campaña contra el maltrato de niñas, niños y adolescentes con la elaboración de una edición especial dedicada al tema, en la que se abordaron algunas propuestas de cómo ir cambiando la forma de relacionarnos con hijas e hijos, especialmente en lo que se refiere a las pautas de crianza y la formación de hábitos en las niñas y niños más pequeños.

En este material se aborda el tema de las relaciones de madres y padres con sus hijas e hijos, y se espera que contribuya a cambios en los métodos, los modelos educativos y de comunicación, para dar paso a una nueva cultura de relaciones en el hogar, la escuela y la sociedad: la cultura de la ternura.

Aún cuando reconocemos que los derechos humanos no pueden jerarquizarse, es decir, no hay uno que sea más importante que otro, podríamos afirmar que el derecho a la ternura, al cariño, puede ser la puerta grande para entrar a un nuevo modelo de relación con hijas e hijos.

1. Coordinación Nicaragüense de ONGs que trabajan con la niñez y la adolescencia. El derecho a la ternura, Ed. Revista Conociéndonos, Nicaragua, 1999.



DANDO ALAS.indd 8 22/04/19 13:47

## ¿Cómo educar con ternura?

Proponemos empezar por la revisión crítica de las propias conductas, así como los sentimientos que generan y los sentimientos que madres y padres generan en hijas e hijos.

Debe analizarse de qué forma madres y padres se relacionan en el hogar, ¿qué expectativas tienen con respecto a hijas e hijos?; ¿cuáles son las situaciones que les provocan enojo y les empujan a utilizar métodos inadecuados en la solución de los conflictos?; ¿qué tanta autonomía y confianza le están dando a niñas, niños y adolescentes?; ¿toman en cuenta lo que piensan y sienten?

A medida que las hijas e hijos crecen, la relación se va tornando más formal y las expresiones de cariño y afecto se van haciendo menos frecuentes. Esto ocurre porque sin preguntarles, madres y padres asumen que a las y los adolescentes ya no les gusta que se les abrace o bese y madres y padres se justifican diciendo que es porque "les da vergüenza" o porque "ya están grandes para andarlos apapachando".

Por otra parte, la práctica de demostrar cariño a hijas e hijos también está marcada por el machismo imperante en un medio, de forma tal que se abraza y apapacha más a las niñas que a los niños, por el prejuicio de que "ellas son más dulces y afectuosas" y creemos que la ternura "no es cosa de hombres". Cuando la madre es cariñosa y besucona con el hijo varón, se le critica diciéndole, "lo vas a hacer maricón".

Según la psicóloga estadounidense Virginia Satir, las personas necesitamos cada día cuatro abrazos para sobrevivir, y al menos doce abrazos para el crecimiento. Debe preguntarse entonces, ¿cuánto están madre y padres ayudando a hijas e hijos a crecer?

Sin embargo, hay que aceptar que la capacidad de demostrar cariño es algo que se aprende, las madres y padres que son "besucones" y acostumbran abrazar a sus hijas e hijos, sin duda lo aprendieron de su madre y/o padre o quizá de su pareja.





DANDO ALAS.indd 9 22/04/19 13:47

Para ir cambiando las formas de relación, el primer paso es reconocer que niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la ternura, que cada vez que una madre o un padre da un abrazo, un beso, una palabra de reconocimiento o una muestra de cariño les está dando alimento para el espíritu, así como las herramientas necesarias para enfrentar la vida con optimismo y seguridad.

Es tiempo de modificar los esquemas cargados de prejuicios y reconocer que los seres humanos tienen derecho a la ternura sin importar el sexo o la edad y que, mientras más frecuentemente se les demuestre cariño, hijas e hijos crecerán más felices y con una autoestima fortalecida.

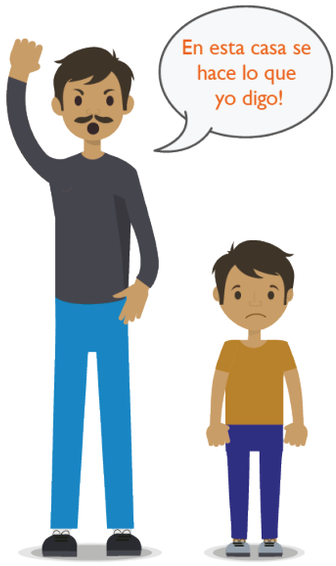
## Niñas, niños y adolescentes, sujetos sociales y de derechos

La forma en la que los adultos se relacionan con niñas, niños, y adolescentes tiene que ver con las ideas, valores, opiniones y concepciones que tienen acerca de la infancia y sobre todo, con su experiencia propia.

La visión de la infancia ha pasado por diferentes momentos en el desarrollo de la humanidad y de las ciencias sociales. Las prácticas de crianza en el hogar y la escuela han ido cambiando; sin embargo, aún están muy influenciadas por la idea de que niñas, niños y adolescentes son seres de una categoría inferior.

Hace apenas tres siglos, las niñas y niños eran vistos como adultos pequeños. Diversas concepciones contribuyeron a construir la visión de niñas y niños como objetos de la propiedad y/o bajo protección, determinando así la forma en la que generaciones de seres humanos han educado a sus hijas e hijos.

## El "adultismo" o abuso de poder, un obstáculo para la ternura




A partir de la premisa de la niña o niño como objetos, en el seno familiar se establecen relaciones autoritarias, basadas en el "adultismo", que no es más que la creencia de que los adultos, por su edad, conocimientos y experiencias son superiores a niñas, niños, y adolescentes. El "adultismo" se manifiesta en las relaciones familiares, la escuela y la sociedad de distintas formas, y las más comunes son:



DANDO ALAS.indd 10 22/04/19 13:47



- No permitir a niñas, niños, y adolescentes expresar libremente sus opiniones.
- Dar siempre más credibilidad a la palabra de un adulto que a la de una niña o niño.
- Obligar a niñas y niños a aceptar órdenes de los adultos, sin oportunidad de cuestionar o expresar su desacuerdo.
- La incapacidad de los adultos de admitir sus errores ante una niña o niño, así como la incapacidad de pedir disculpas.
- Recurrir al uso de la violencia física, verbal o psicológica para imponer la autoridad.

El "adultismo" no es más que la expresión de relaciones de poder en donde una parte (la persona adulta) ejerce dominación sobre la otra parte (niña, niño o adolescente).

## Una nueva forma de ver a la infancia y a la adolescencia

La Convención sobre los Derechos del Niño, promulgada por la Organización de las Naciones Unidas en noviembre de 1989, propone una visión totalmente nueva y avanzada de la infancia al definir a niñas, niños y adolescentes como sujetos sociales y de derechos, cuyos intereses deben ser prioridad para la familia, la escuela y la sociedad.

Ser sujetos sociales y de derechos significa que niñas, niños y adolescentes no sólo son sujetos de derechos individuales y sociales como la salud y la educación, sino que además tienen derecho a la libre expresión de sus ideas, sentimientos y opiniones.

El ser sujetos de derechos les da a niñas, niños y adolescentes la libertad para participar y organizarse. Además, implica el derecho a la privacidad, a elegir a sus amistades y a expresarse por medio del arte y la recreación, entre otras cosas.

Asimismo, la Convención establece que por encontrarse en proceso de desarrollo físico, psíquico y social, niñas, niños y adolescentes tienen derecho a protección especial ante cualquier situación que ponga en riesgo su desarrollo.

Esta nueva visión de niñas, niños, y adolescentes como seres con derechos ha sido ampliamente aceptada en el mundo, y ha pasado a formar parte de las normas y leyes que rigen a las sociedades modernas.

En México, la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes reconoce a las niñas, niños y adolescentes como sujetos de derechos, con capacidad de defender y exigir sus derechos. Reconoce a la familia, a la comunidad y al Estado como los responsables de garantizar sus derechos de manera progresiva e integral. Crea mecanismos institucionales que facilitarán la comunicación, coordinación y la toma de decisiones entre autoridades, sociedad civil y sector privado a fin de garantizar los derechos de la infancia y la adolescencia, siempre tomando en consideración el interés superior de la niñez.

Se crea una nueva institución llamada Procuraduría de Protección de niños, niñas y adolescentes que se encargará de coordinar y dar seguimientos a estas medidas de protección, además de representar y proteger legalmente a las niñas, niños y adolescentes[2].

2. Síntesis de La Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. Recuperado el 15.nov.18. (https://es.scribd.com/document/339003578/Sintesis-de-La-Ley-06-03-15)



DANDO ALAS.indd 11 22/04/19 13:47

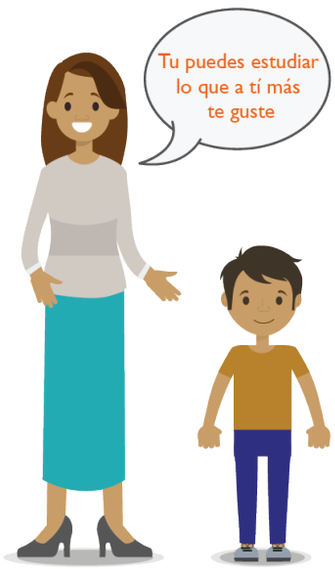
## Las hijas y los hijos no pertenecen a sus madres y padres

Es común ver que las madres y los padres se enorgullecen cuando confirman que su niña o niño se les parece, y esto no es malo, el error es esperar que se conviertan en "su copia".

> "A menudo los hijos se nos parecen, así nos dan la primera satisfacción..."
>
> Joan Manuel Serrat.

Muchas veces, se desea que hijas e hijos sean una especie de continuidad de las madres y padres, y se espera que a través de ellas y ellos se cumplan sus sueños y deseos no satisfechos. En cierta forma, madres y padres se empeñan en que "sea lo que yo no pude ser", así les trasladan por ejemplo, sus gustos en ropa o quieren elegir a amigas y amigos que consideran "adecuados", los impulsan a practicar su deporte preferido y, una vez que tienen que ir a la universidad, quieren elegir la carrera que van a estudiar.

Este afán que muchas madres y padres tienen para convertir a sus hijas e hijos en su imagen y semejanza es una de las primeras causas de la aparición de frustraciones y conflictos en la relación familiar.




## Buscando nuevas formas de crianza

Practicar la educación con ternura es un proceso que necesariamente requiere de un cambio de actitud de parte de madres y padres, y para hacerlo posible, deben empezar por lo siguiente:

Reconocer conscientemente que niñas, niños, y adolescentes son sujetos con derechos y no objetos de su propiedad. Es decir, que tienen sus propias opiniones, intereses, sentimientos, y que además tienen derecho a la seguridad y al cariño.

Reconocer que cada niña, niño o adolescente es un ser único e irrepetible que tiene su propia personalidad, intereses, motivaciones y necesidades, y que no se le debe imponer que siga un modelo preestablecido. Cada vez que se les dice, "yo a tu edad hacía las cosas de tal o cual



DANDO ALAS.indd 12 22/04/19 13:47

forma" o "aprende de tu hermano o hermana", se está lesionando su autoestima y negando el derecho al desarrollo pleno de su personalidad.

Reconocer las capacidades propias y habilidades para dar y recibir ternura, y darse el tiempo para compartir con hijas e hijos el juego, la risa, las caricias, palabras y otras actividades placenteras.

Tomar conciencia de que hijas e hijos van a convertirse en personas adultas, que tarde o temprano tendrán que salir al mundo a luchar por ellas mismas en el trabajo, y en las relaciones sociales. Que formarán sus propias familias, y que sus éxitos o fracasos van a depender en gran medida de las herramientas que se les proporcionen en el hogar.

## De la mala crianza a la buena crianza

Si se quisiera definir de alguna manera el paso de las prácticas de crianza resultantes de las viejas concepciones sobre la infancia a las basadas en la concepción de "sujetos de derechos", se puede decir que se trata del paso de "la mala crianza a la buena crianza".

¿Cuántas veces madres y padres se expresan de sus hijas o hijos con el adjetivo de malcriada o malcriado? Pero, ¿madres y padres se habrán hecho la reflexión del porqué de esa mala crianza?, ¿no son ellos mismos quienes los criaron?

La labor de ser padres y madres se aprende en el camino, se hace a partir de lo vivido en sus propias familias, muchas veces sin recordar o reflexionar cómo madres y padres se sentían en esos años.

La mayoría de las madres y padres que para educar o corregir a sus hijas e hijos utilizan los golpes y los gritos sin duda están reproduciendo los mismos métodos que sus padres utilizaron con ellos. Es así como los modelos de crianza se van trasmitiendo de una generación a otra. Sin embargo, es importante reconocer que no todo lo que se aprendió en el hogar fue negativo. Las abuelas, los abuelos, madres y padres han sido también portadores de valores positivos porque han transmitido la herencia histórico-social. Muchos de ellos dieron afecto y protección.






DANDO ALAS.indd 13 22/04/19 13:47

Entonces, el reto es identificar y rescatar las cosas positivas del modelo educativo aprendido y descartar lo negativo. Quizás una forma de lograr esto es volviendo un poco atrás en la memoria y "ponerse en los zapatos de niñas, niños y adolescentes". A partir de las propias experiencias vividas se recordará qué cosas de las que hacían los mayores lastimaron a madres y padres, para no repetirlas, y qué cosas les dieron placer y alegría, para ponerlas en práctica con sus hijas e hijos.

## ¿Cuál es el modelo adecuado?

La teoría acerca de los modelos de crianza ha intentado clasificarlos. Algunos autores identifican cuatro tipos básicos de modelos: rígido, flexible, permisivo e inconsistente[3]. En este documento se hablará un poco del modelo flexible, que sin duda es el que puede servir de base para poner en práctica la propuesta de una crianza con ternura.

## Flexibles no significa ser blandengues

El modelo flexible, llamado también asertivo, se caracteriza por relaciones familiares donde la comunicación entre las personas es fluida y respetuosa, existen normas de convivencia, y hay límites y responsabilidades que sin embargo, se aplican con cierta flexibilidad.

Básicamente, la aplicación de este modelo requiere de los adultos una actitud de apertura para la negociación y el cambio en beneficio del bienestar y la armonía de la familia. Además, adoptar este nuevo modelo de crianza implica respetar el derecho de hijas e hijos para expresar libremente sus opiniones y sentimientos, sin criticarlos o sancionarlos.




3. Manuel García y Nidia Suazo, "Manual de Patrones de Crianza" en Manual para padres. CONACMI



DANDO ALAS.indd 14 22/04/19 13:47



Sin duda alguna, la práctica de un nuevo modelo de crianza debe partir de la superación del "adultismo" en las relaciones. Aquí se proponen algunos consejos que pueden ayudar a madres y padres en esa tarea:

1. Escuchar a hijas e hijos con atención: Escuchar no sólo lo que dicen con palabras sino con sus sentimientos e ideas.

2. Interesarse por lo que piensan y sienten, preguntándoles directamente qué saben, piensan y sienten.

3. Tomar las cosas con calma. No tratar de hacerse cargo de las cosas y situaciones, apoyarlos y darles oportunidad para que tomen sus propias iniciativas.

4. Reconocer y darle valor a sus ideas y pensamientos, y felicitarlos.

5. Recordar que niñas, niños y adolescentes (igual que las personas adultas) pueden cometer errores al poner sus ideas en práctica. Pero también tendrán aciertos. Es importante tomar en cuenta que de esa dualidad error-acierto es de donde surge el aprendizaje.

6. Estar dispuestos a cambiar las relaciones de poder, y reconocer que no es necesario que los adultos tengan la última palabra o usen la autoridad para poner fin a una situación.

7. También es importante tomar en cuenta que asumir riesgos y tomar decisiones es parte de un proceso; por lo tanto, no se puede pretender que de un día para otro se lanzará a las/los adolescentes a asumir posiciones de liderazgo si aún no se les ha preparado para eso, porque se les estaría empujando al fracaso y les causaría frustración.

8. Respetar a las/los adolescentes sin importar su edad y promover que se respeten entre sí.

9. Darle a niñas, niños y adolescentes mucho amor, y reconocerlos como los seres humanos maravillosos que son.

Es importante señalar que en la vida cotidiana estos modelos no se presentan de forma única y separada en una familia, más bien se combinan o modifican dependiendo de varios factores, tales como la situación económico-social y emocional de la familia, la existencia de problemas en la relación de pareja, así como la edad de hijas e hijos.

Muchas veces ocurre que en una familia existe la influencia de diversos modelos cuando en el hogar hay adultos que emplean el modelo autoritario y están en lucha constante con otros adultos que son más flexibles e incluso permisivos.

Muchas veces las madres y los padres adoptan el modelo permisivo por comodidad, como una salida fácil a los problemas de la relación con las y los adolescentes. Sin embargo, no se dan cuenta de que esto es vivido por ellas/os como un signo de falta de afecto e indiferencia y, lejos de agradecerlo, tarde o temprano lo van a reprochar.

En estos casos, la hija o hijo está en el medio, sin parámetros ni normas claras, y es víctima de mensajes contradictorios por parte de las personas adultas que en un principio son las encargadas de educarle.

Dependiendo de la edad y etapa de desarrollo en la que se encuentran hijas e hijos, las situaciones generadoras de tensión en las relaciones familiares van cambiando.



DANDO ALAS.indd 15 22/04/19 13:47

En el caso de las niñas y los niños, son más frecuentes las situaciones relacionadas con los hábitos de higiene y orden, así como aquellas que tienen que ver con el incumplimiento de las tareas, el hábito de mentir o tomar objetos ajenos.

En estas situaciones, hay que destacar que lo esencial es "predicar con el ejemplo", así como ser constantes y establecer límites y reglas claras.

Es importante reconocer que la crianza empieza desde la cuna, la idea de que niñas y niños "no entienden" cuando están pequeñitos pasó a ser sólo un mito, la psicología infantil ha demostrado que la socialización empieza desde una etapa muy temprana en la vida de niñas y niños.

Además, hay que tomar en cuenta que mientras más temprano inicie la formación de hábitos, conductas y valores, más éxito se tendrá en la crianza de niñas y niños.

## Aprendiendo a educar con ternura desde la cuna

Para obtener resultados positivos en la nueva relación con niñas y niños es necesario aprender varias cosas.

Aprender a escuchar a niñas y niños, prestarles atención, darles la oportunidad de contar sus historias, problemas, sueños y ocurrencias. Cuando se les escucha con atención y respeto, las niñas y niños sienten que se les valora más, y se sienten motivados para buscar soluciones a sus problemas.

Escuchar también implica desarrollar la capacidad y paciencia para escuchar el llanto, el berrinche y la indignación. Las niñas y los niños son cariñosos, amables y cooperativos, pero esta naturaleza también se puede ver afectada por sentimientos negativos.




El llanto y los berrinches no son malos, muchas veces ayudan a niñas y niños a liberarse de frustraciones y miedos que les afectan. Cuando estas manifestaciones se reprimen o sancionan, no se ayuda a niñas y niños a liberarse de esos sentimientos negativos, lo único que se logra es que los escondan.



DANDO ALAS.indd 16 22/04/19 13:47



Además, es importante que se les haga sentir que sus asuntos también le interesan a madres y padres. No cuesta nada preguntar cómo les fue en la escuela, en el juego o en el trabajo, qué hicieron, y darles la oportunidad de que cuenten lo que quieran y escucharlos con atención.

Aprender a jugar: Es tiempo de dejar a un lado tanta rigidez y seriedad. Se dice que todas las personas llevan un niño o una niña adentro. ¡Hay que sacarlo a pasear con más frecuencia! Se trata de "darse permiso" para jugar con niñas y niños.

Es importante también que se permita a niñas y niños dirigir el juego, y que madres y padres se coloquen en una situación de igual a igual. No imponerse los juegos. Dejar que niñas y niños desarrollen su creatividad y que tomen la iniciativa. Por ejemplo, si se trata de jugar a las escondidas, la madre y/o padre puede asumir un rol débil o torpe cuando le toque buscar. Se puede fingir que no tiene idea dónde está él o ella. Esta simple actitud será para la niña o niño muy agradable. Se puede permitir que asuma un rol dominante, y dejarla/o que dé órdenes. ¿Quién dice que sólo los adultos pueden mandar?

Algunas madres y padres preguntarán y con mucha razón, "¿con qué tiempo vamos a jugar?", en realidad, lo más importante no es la cantidad de tiempo que se dedica a niñas y niños, sino la calidad. A veces se escucha: "yo les dedico tiempo, paso todo el día en la casa", pero eso no basta. Dedicar tiempo quiere decir dedicar un tiempo especial, un tiempo de calidad. Puede que sólo sea media hora, pero debe dedicarse por completo a niñas o niños; se trata de hacer a un lado los trastes en el lavadero, la telenovela o el programa de radio y disponerse a escucharles y a jugar con ellos y ellas.

Aprender a confiar: Si madres y padres les dan confianza y cierto grado de libertad, niñas y niños crecerán más fuertes y seguros. Debe darse libertad para tomar decisiones y para equivocarse, eso es parte de su aprendizaje para la vida.

Otro aspecto importante es aprender a respetar a las niñas y niños; si se quiere corregir, lo más importante es que la niña o niño aprenda a identificar lo incorrecto de su acción.

Por ejemplo, en vez de decir: "eres un mentiroso", debe decirse: "lo que has dicho no es cierto". Deben explicarse las consecuencias de decir mentiras destacando que, "cuando mentimos, las demás personas pierden la confianza en nosotros, y aunque después digamos la verdad no nos creerán".

Si ante una conducta inadecuada se usan calificativos destructivos, esto no ayuda a corregir esa conducta; al contrario, provoca que hijas e hijos se formen una imagen negativa de sí mismos y se lastime su autoestima.

Otro asunto es que las personas adultas a veces se muestran excesivamente arbitrarias e impositivas con hijas e hijos, y se pasan el día entero dando órdenes, "¡ven!", "¡come!", "¡báñate!", "¡límpiate!", "¡estudia!", "¡siéntate bien!", etc.

También se ponen miles de prohibiciones y barreras, "¡hoy no vas a salir a jugar!", "¡mañana no te llevo al parque!", "¡ponte esta ropa!", "¡no te ensucies!", etc.

Otro error es recurrir a las amenazas y los chantajes, "¡si no obedeces, no te compro tal cosa!", "¡si te tardas en la tienda, te pego!", "¡Si no comes, te castigo!".

Es necesario ensayar otra forma. Como se decía antes, empezar este proceso también implica involucrar a hijas e hijos. Es necesario hablar con ellas y ellos, contarles que se quiere cambiar la forma de la relación. Reconocer ante ellas y ellos que el maltrato es un camino equivocado.



DANDO ALAS.indd 17 22/04/19 13:47

Hay que saber qué esperan de sus madres y padres y de la relación con ellas y ellos, y plantear las expectativas propias. El cambio implica que ambas partes hagan compromisos. Hay que dar la oportunidad a hijas e hijas de que también se sientan partícipes del proceso y que hagan sus propias propuestas.

Finalmente, debe señalarse la necesidad de promover cambios en las demás personas adultas que ejercen alguna influencia en la educación de niñas y niños, o al menos evitar que interfieran negativamente en el proceso.

## Adolescencia: crisis y oportunidad

La mayoría de las personas pasan una buena parte de sus vidas conviviendo en el seno familiar, y en estos tiempos en los que las muchachas y los muchachos se van más tarde del hogar, esta relación de convivencia puede llegar a representar un tercio de la vida.

No hay quien pueda decir que en su familia no hubo alguna vez un conflicto, esto es un fenómeno intrínseco a la convivencia humana, el conflicto se produce cuando hay diferencia de intereses de unas personas con otras o del choque entre el interés personal con el interés común del grupo familiar.

Cuando surge el conflicto se siente rabia, enojo, frustración e impotencia, y esto es algo normal, lo importante es aprender a manejarlo de forma adecuada y hacer que el conflicto se convierta en una oportunidad para el cambio.

Cuando en una familia "no hay conflictos", esto puede ser señal de que algo anda mal, y lo que ocurre es que se niega la realidad porque se tiene miedo de enfrentarla, lo que no es sano, ya que negar u ocultar el conflicto puede hacer que se convierta en un problema crónico que luego va debilitando la comunicación.

## El paso de la niñez a la adolescencia

Se dice que la adolescencia es una etapa crítica en la vida de las personas, y de hecho, al llegar este momento las muchachas y muchachos viven una crisis, producto de los múltiples cambios que experimentan, tanto en lo biológico como en lo psicológico y lo social.





DANDO ALAS.indd 18 22/04/19 13:47



El enamoramiento es uno de los cambios naturales que ocurren en la adolescencia. Las muchachas y muchachos empiezan a sentirse atraídos física y afectivamente por otras personas, lo que es una necesidad natural de comunicación afectiva que ya no sólo se satisface con la familia y las amistades. En esa etapa, las y los adolescentes experimentan una mayor necesidad de contacto físico y emocional, de amar y de que les correspondan.

Se agudiza la preocupación por la apariencia, y por gustar a los demás, y muchas veces madres y padres no comprenden este proceso y vuelven a las y los adolescentes blanco de críticas y burlas.

## ¿Ya son grandes?, siempre necesitan cariño

Durante la adolescencia es común que muchachas y muchachos se vuelvan más rebeldes, en parte debido al excesivo control de los adultos. Esta etapa también es difícil porque, además de las presiones familiares, están sujetos a las presiones de su medio social.

Otra característica de esta etapa es que las personas son muy soñadoras, todo lo ven "color de rosa" incluyendo a la persona amada. Es importante que se eduque a hijas e hijos con mucho respeto, que se les ayude a fortalecer su autoestima, porque esto les permitirá establecer relaciones más igualitarias con sus pares.

Es importante reconocer que en esta etapa muchachas y muchachos se enfrentan a muchos temores vinculados con los cambios físicos, así como con la necesidad de agradar y ser aceptados en el grupo de amigas y amigos.

Además, son receptores de diversas demandas del medio social, la influencia de la televisión, las revistas y demás medios de comunicación que a cada momento les bombardean e inducen a consumir esto o lo otro, a vestir de determinada forma para estar en la onda, etcétera.

Asimismo, les toca enfrentar las múltiples demandas por parte de la familia y de la escuela que les piden ser "maduros" y "responsables". Tratar de cumplir con las expectativas de la mamá o el papá, a la vez que se lucha por encajar y ser aceptado en el grupo de amigos, puede convertirse en una verdadera crisis.

Como producto de estas diversas presiones, muchachas y muchachos se vuelven inseguros, indecisos y sus estados de ánimo cambian con mucha frecuencia.

Esta crisis interna que viven las y los adolescente es producto del choque entre sus propios deseos y el "deber ser" impuesto por las influencias externas; sin embargo, madres y padres pueden ayudar a que esta crisis se aproveche en beneficio del crecimiento personal de hijas e hijos.

También hay que tener en cuenta que, dependiendo del abordaje que madres y padres hagan de esta etapa, la crisis puede convertirse en una valiosa oportunidad para el crecimiento de muchachas y muchachos, y les prepare mejor para enfrentar los retos de la vida adulta.

La definición de límites es otro aspecto que adquiere gran importancia durante la adolescencia.

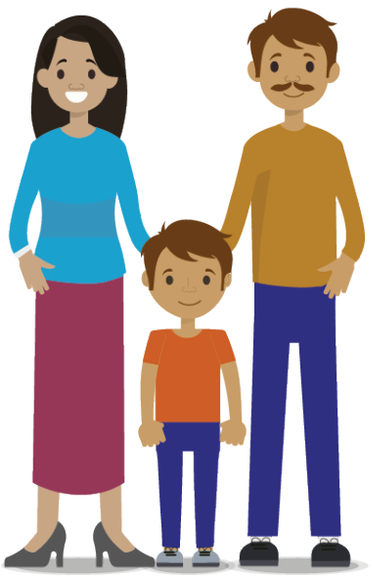
Los límites se convierten en retos importantes para las y los adolescentes en esta etapa en la que están en búsqueda de seguridad y autoafirmación cuando necesitan algo ante lo que revelarse.



DANDO ALAS.indd 19 22/04/19 13:47

Tener claros los límites ayuda a las y los adolescentes a adquirir seguridad en sí mismos, en una etapa cambiante y de mucha inseguridad.

Las muchachas y muchachos necesitan sentirse autónomos e independientes, y además tienen la necesidad de que sus padres les den confianza.



Hay algunas maneras de ayudarles a administrar esta autonomía e independencia, por ejemplo:

- Fomentar y permitir que participen en actividades de recreación, estudio o trabajo fuera del hogar, mientras que madres y padres saben dónde y con quién están.
- Darles la posibilidad de contar en la casa con un espacio propio (como su habitación), donde puedan sentirse libres sin más normas que las elementales de aseo y orden, pero donde puedan ejercer su derecho a la privacidad.
- Tener límites es una necesidad de todos los seres humanos y es una forma de asumir el ejercicio de los deberes esenciales.

Al definir límites a hijas e hijos, es necesario que se haga partiendo de su condición de sujetos de derechos, y establecer reglas claras, respetuosas y amorosas. No hay que tener miedo a establecer límites. Si se hace con respeto y cariño, se ayudará a las hijas e hijos a crecer con confianza y amor hacia sí mismos.

Muchachas y muchachos necesitan autonomía e independencia que les ayudarán a hacerse cargo de su crisis y les permitirán adquirir mayor confianza en sí mismos, pero para ello, es necesario que madres y padres les den confianza y apoyo.

La mayoría de las veces, las madres y los padres se vuelven supercontroladores, especialmente con las muchachas. Esto se debe en parte a que cuesta acostumbrarse a la idea de que están creciendo y quieren seguir tratándolos como chiquitos, aunque en otros momentos sí se espera que "actúen como grandes".



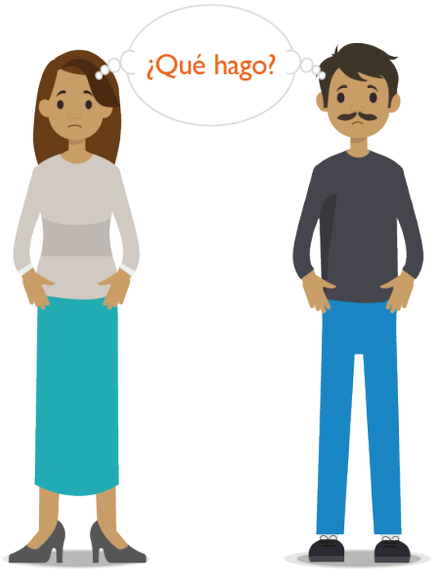
DANDO ALAS.indd 20 22/04/19 13:47

Esta es una conducta normal si se toma en cuenta que está ligada a muchos temores naturales y lógicos que frecuentemente asaltan a madres y padres cuando las hijas e hijos crecen, el miedo a las drogas, a un embarazo no deseado, a las enfermedades de transmisión sexual, al VIH/SIDA y, en fin, a muchas cosas que son riesgos que no puede negarse que existen en nuestra sociedad.

La actitud sobreprotectora o sobrecontroladora de parte de los adultos, ligada a la necesidad de independencia de las/los adolescentes, hace que las relaciones entre madres y padres con sus hijas e hijos se tornen conflictivas.

## ¿Qué hacer entonces cuando surge el conflicto?

- Lo primero es no negar el conflicto.
- Es necesario trata de comprender y entender los propios sentimientos frente a la situación, conocer las causas, es decir, qué fue lo que pasó, qué es lo que realmente está detrás del enojo. Y una vez que se identifican las causas, se estará en mejores condiciones de controlar las emociones.
- Hablar del conflicto con hijas e hijos, expresar lo que se siente sin insultos ni chantajes, sin culparlos o descalificarlos. Dependiendo de cómo se comunican los sentimientos, se obtendrán mejores resultados en la solución del conflicto.
- La comunicación comprende tanto a las palabras como al lenguaje no verbal (gestos, miradas) por medio de los que se transmiten a las demás personas pensamientos y sentimientos.




- Saber escuchar lo que hijas e hijos dicen, comprender también sus razones y sentimientos.
- Observar la respuesta que madres y padres dan a los conflictos, ver cuáles son aquellas que han dado resultados y cuáles no, y ensayar nuevas formas de abordarlos.



DANDO ALAS.indd 21 22/04/19 13:47

- Aprender a aceptar la parte de responsabilidad que corresponde a madres y padres en dicho conflicto.

- Establecer la negociación como la forma para resolver el conflicto, proponer soluciones, establecer acuerdos, y procurar que ambas partes logren sentirse bien con el acuerdo alcanzado.

Al resolver los conflictos de forma negociada y basada en acuerdos y compromisos, se proporcionará a hijas e hijos las herramientas para crecer con seguridad y confianza en sí mismos.

No debe olvidarse, que no importa la edad que se tenga, ¡las personas tienen derecho a la ternura!



DANDO ALAS.indd 22 22/04/19 13:47

# Talleres para madres y padres de familia




World Vision México

DANDO ALAS.indd 23 22/04/19 13:47

# Sesión 1. Educación con ternura, ¿qué es eso?

OBJETIVOS

Proveer un marco conceptual básico para la educación con ternura. Reconocer la capacidad personal para la transformación.

MATERIALES

Ficha de orientación "El derecho a la ternura"

Hojas para rotafolios, marcadores de agua y cinta adhesiva



Letreros de bimestres
Marca textos, uno por participante

Bote de basura

Rectángulos de papel de un cuarto de hoja, dos por persona, (pueden usarse dos colores diferentes)

TIEMPO

Dos horas diez minutos




## Desarrollo

### Lo que me gusta y lo que me disgusta

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Se solicitará a las y los participantes agruparse en parejas. Se pedirá que se presenten entre ellos con su nombre, cómo les gusta que les llamen, qué hacen en su lugar de trabajo, y una cualidad que creen tener. Luego, cada persona presentará a su pareja ante todo el grupo, comenzando por "les presento a mi nuevo amigo/a".

### Las chicas y los chicos superpoderosos

**Tiempo sugerido:** 40 minutos

Se le pedirá a todo el grupo que piensen en cómo responderían a la siguiente pregunta (escribirla en una hoja de rotafolio): ¿Si yo pudiera tener un superpoder, cuál escogería y por qué? Se invitará a que cada persona comparta con el grupo. Dibujar en una hoja grande dos columnas, una con el título "Superpoder" y otra con el título "¿Por qué?", donde se irá anotará brevemente lo que cada participante comparte (20 minutos).

Luego se iniciará un periodo de puesta en común, y se retomará lo que las personas han compartido. Los puntos a destacar en este periodo son:

- Todas y todos tenemos aspiraciones hacia un mundo y una sociedad mejores, y también capacidades para influir o incidir en el estado de las cosas. Ilustrarlo con lo que han dicho.
- Si bien no contamos con superpoderes, todas y todos tenemos la capacidad de ejercer poder. Podemos usar el poder personal para la construcción propia, para cooperar en la construcción de otras y otros, y para la transformación adecuada de nuestro medio ambiente. O bien, lo podemos usar para destruir.
- El ejercicio del poder en forma desigual genera violencia. Por lo tanto, el maltrato infantil también está basado en un ejercicio desigual del poder. Cuando el poder se distribuye de manera equitativa, disminuyen los riesgos de maltrato.
- El uso adecuado del poder implica que se comparte entre todas y todos, se ejerce para el desarrollo propio y de los demás, y para la transformación de nuestro entorno a fin de construir un mundo justo donde todas y todos tengan cabida.

Dar oportunidad para comentarios y luego cerrar esta actividad (20 minutos).



DANDO ALAS.indd 24 22/04/19 13:47



## Ficha de orientación

### El derecho a la ternura[4]

El reconocimiento jurídico internacional de que las niñas, los niños, las y los adolescentes son sujetos sociales y de derechos, nos obliga a hacer efectivo ese principio en todos los ámbitos de las relaciones sociales.Y siendo la familia el primer espacio de socialización, le corresponde jugar un papel decisivo en la transformación de las prácticas y modelos de crianza abusivos y autoritarios.

En el contexto de los derechos humanos cualquier forma de maltrato hacia las niñas, los niños, las y los adolescentes es una violación a sus derechos fundamentales y pone en riesgo el desarrollo integral y armonioso de su personalidad. Eliminar de nuestra práctica social los modelos de crianza basados en la violencia, se convierte entonces en una tarea de gran importancia.

Este capítulo ha sido elaborado por el equipo editor de la Revista Conociéndonos que en 1997 dio su aporte a la Campaña contra el Maltrato de Niñas, Niños y Adolescentes con la elaboración de una edición especial dedicada al tema, en la que se abordaron algunas propuestas de cómo ir cambiando la forma de relacionarnos con las hijas y los hijos, especialmente en lo que se refiere a las pautas de crianza y la formación de hábitos en las niñas y los niños más pequeños.

En este material se aborda el tema de las relaciones de padres y madres con sus hijas e hijos, esperando con ello contribuir a los cambios en los métodos, los modelos educativos y de comunicación, dando paso a una nueva cultura de relación en el hogar, la escuela y la sociedad: la cultura de la ternura.

Aun cuando reconocemos que los derechos humanos no son jerarquizables, es decir, no hay uno que sea más importante que otro, podríamos afirmar que el derecho a la ternura, al afecto, puede ser la puerta grande para entrar a un nuevo modelo de relación con nuestras hijas e hijos.

### ¿Cómo educar con ternura?

Les proponemos empezar por la revisión crítica de las propias conductas, así como los sentimientos que nos generan y los sentimientos que generamos en nuestras hijas e hijos.

Analicemos de qué forma nos estamos relacionando en nuestro hogar, ¿qué expectativas tenemos respecto a las hijas y los hijos?; ¿cuáles son las situaciones que nos provocan enojo y nos empujan a utilizar métodos inadecuados en la solución de los conflictos?; ¿qué tanta autonomía y confianza le estamos dando a las niñas, los niños y adolescentes? ¿Estamos tomando en cuenta lo que ellas y ellos piensan y sienten?

A medida que nuestras hijas e hijos crecen, la relación se va tornando más formal y las expresiones de afecto se van haciendo menos frecuentes. Esto ocurre porque sin preguntárselos, asumimos que a los y las adolescentes ya no les gusta que les abracemos o besemos y nos justificamos diciendo que "les da vergüenza" o que "ya están grandes para andarlos apapachando".

Por otra parte, la práctica de demostrar afecto a nuestras hijas e hijos, también está marcada por el machismo imperante en nuestro medio, de forma tal que abrazamos y apapachamos más a las niñas que a los niños, por el prejuicio de que "ellas son más dulces y afectuosas" y creemos que la ternura "no es cosa de hombres". Cuando la madre es cariñosa, besucona con el hijo varón se le critica diciéndole "lo vas a hacer maricón".

4. Coordinación Nicaragüense de ONG's que trabajan con la Niñez y la Adolescencia. El derecho a la ternura, Ed. Revista Conociéndonos, Nicaragua, 1999.



DANDO ALAS.indd 25 22/04/19 13:47

Según la psicóloga norteamericana Virginia Satir, las personas necesitamos cada día cuatro abrazos para sobrevivir y al menos doce abrazos para el crecimiento. Preguntémonos entonces ¿cuánto estamos ayudando a nuestras hijas e hijos a crecer?

Sin embargo, hay que aceptar que la capacidad de demostrar afecto, es algo que se aprende, las madres y padres que somos "besucones" y acostumbramos abrazar a nuestras hijas e hijos, sin duda lo aprendimos de nuestra madre y/o padre o quizás de nuestra pareja.

Para ir cambiando las formas de relación, el primer paso es reconocer que las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la ternura, que cada vez que damos un abrazo, un beso, una palabra de reconocimiento o afecto les estamos dando alimento para el espíritu y proporcionándoles las herramientas necesarias para enfrentar la vida con optimismo y seguridad.

Es tiempo de modificar esos esquemas cargados de prejuicios y reconocer que los seres humanos tenemos derecho a la ternura sin importar el sexo o la edad y que mientras más frecuentemente les demostremos afecto, nuestras hijas e hijos crecerán más felices y estaremos fortaleciendo su autoestima.

## Niñas, niños y adolescentes..."Sujetos sociales y de derechos"

La forma en que las personas adultas nos relacionamos con las niñas, los niños y con las y los adolescentes tiene que ver con las ideas, valores, opiniones y concepciones que tenemos acerca de la infancia y sobre todo con nuestra experiencia propia.

La visión de la infancia ha pasado por diferentes momentos en el desarrollo de la humanidad y de las ciencias sociales. Las prácticas de crianza en el hogar y la escuela han ido cambiando, sin embargo, éstas aún están muy influenciadas por la idea de que las niñas, los niños, las y los adolescentes son seres de inferior categoría.

Hace apenas tres siglos las niñas y los niños eran vistos como adultos pequeños, diversas concepciones contribuyeron a construir la visión de las niñas y los niños como objetos de propiedad y/o de protección, determinando así, la forma en que generaciones de seres humanos han educado a sus hijas e hijos.

## El "adultismo", un obstáculo para la ternura

A partir de la premisa del niño o la niña como objetos, se establecen en el seno familiar, relaciones autoritarias, basadas en el "adultismo", que no es más que la creencia de que las y los adultos, por su edad, conocimientos y experiencias son superiores a las niñas, los niños, las y los adolescentes. El "adultismo" se manifiesta en las relaciones familiares, la escuela y la sociedad de distintas formas, siendo las más comunes:

- No permitir a las niñas, los niños, las y los adolescentes expresar libremente sus opiniones.
- Dar siempre más credibilidad a la palabra de un adulto que a la de una niña o un niño.
- Obligar a niñas y niños a aceptar órdenes de los adultos, sin oportunidad de cuestionar o expresar su desacuerdo.
- La incapacidad de las personas adultas de admitir sus errores ante un niño o una niña, así como la incapacidad de pedir disculpas.
- Recurrir al uso de la violencia física, verbal o psicológica para imponer autoridad.

El "adultismo", no es más que la expresión de relaciones de poder en donde una parte (la persona adulta) ejerce dominación sobre la otra parte (niña, niño o adolescente).



DANDO ALAS.indd 26 22/04/19 13:47

## Una nueva forma de ver a la infancia y la adolescencia

La Convención sobre los Derechos del Niño promulgada por la Organización de las Naciones Unidas en noviembre de 1989, viene a proponer una visión totalmente nueva y avanzada de la infancia, al definir a niñas, niños y adolescentes como sujetos sociales y de derechos, cuyos intereses deben ser prioridad para la familia, la escuela y la sociedad.

Ser sujetos sociales y de derecho significa que las niñas, los niños, las y los adolescentes no sólo tienen derechos individuales y sociales como salud, educación, sino que además tienen derecho a la libre expresión de sus ideas, sentimientos, opiniones.

El ser sujetos de derecho les da a las niñas, niños y adolescentes la libertad de participar, organizarse. Además implica el derecho a la privacidad, a elegir sus amistades, a expresarse por medio del arte y la recreación, entre otras cosas.

Asimismo, la Convención establece que por encontrarse en proceso de desarrollo físico, psíquico y social, las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a la protección especial ante cualquier situación que ponga en riesgo su desarrollo.

Esta nueva visión de las niñas, los niños, las y los adolescentes como seres con derechos, ha sido ampliamente aceptada en el mundo, pasando a formar parte de las normas y leyes que rigen a las sociedades modernas.

En México, la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes reconoce a las niñas, niños y adolescentes como sujetos de derechos, con capacidad de defender y exigir sus derechos. Reconoce a la familia, a la comunidad y al Estado como los responsables de garantizar sus derechos de manera progresiva e integral. Crea mecanismos institucionales que facilitarán la comunicación, coordinación y la toma de decisiones entre autoridades, sociedad civil y sector privado a fin de garantizar los derechos de la infancia y la adolescencia, siempre tomando en consideración el interés superior de la niñez.

Se crea una nueva institución llamada Procuraduría de Protección de niños, niñas y adolescentes que se encargará de coordinar y dar seguimientos a estas medidas de protección, además de representar y proteger legalmente a las niñas, niños y adolescentes[5].

## Las hijas y los hijos no nos pertenecen

**“A menudo los hijos se nos parecen, así nos dan la primera satisfacción...”**
**Joan Manuel Serrat**

Es común ver, que los padres y las madres se enorgullecen al confirmar que su niña o niño se les parece, y esto no es malo, el error es esperar que se conviertan en “una réplica”.

Muchas veces queremos que nuestras hijas e hijos sean una especie de continuidad de nosotros mismos, esperando que a través de ellas y ellos se cumplan nuestros sueños y deseos no satisfechos, en cierta forma nos empeñamos en que “sea lo que yo no pude ser”, les trasladamos desde nuestros gustos por el vestuario, queremos elegir los amigos y las amigas que consideramos “adecuados”, los impulsamos a practicar nuestro deporte preferido y una vez que tienen que ir a la universidad queremos elegir la carrera que van a estudiar.

Este afán que muchas madres y padres tienen de hacer de sus hijas e hijos su imagen y semejanza es una de las primeras causas de aparición de frustraciones y conflictos en la relación familiar.

5. Síntesis de La Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. Disponible en https://es.scribd.com/document/339003578/Sintesis-de-La-Ley-06-03-15



DANDO ALAS.indd 27 22/04/19 13:47

## Buscando nuevas formas de crianza

Practicar la educación con ternura es un proceso que necesariamente requiere de un cambio de actitud de parte de padres y madres. Para hacer posible este cambio se debe empezar por lo siguiente:

Reconocimiento consciente de que las niñas, los niños, las y los adolescentes son sujetos con derechos y no objetos de nuestra propiedad. Es decir, que tienen sus propias opiniones, intereses, sentimientos y que además tiene derecho a seguridad, afecto y placer.

Reconocer que cada niña, niño o adolescente es un ser único e irrepetible que tiene su propia personalidad, intereses, motivaciones y necesidades y que no podemos imponerle que siga un modelo preestablecido. Cada vez que les decimos "yo a tu edad hacia las cosas de tal o cual forma" o "aprende de tu hermano o hermana", estamos lesionando su autoestima y negando el derecho al desarrollo pleno de su personalidad.

Reconocer nuestras propias capacidades y habilidades de dar y recibir ternura, dándonos el tiempo para compartir con nuestras hijas e hijos, el juego, la risa, las caricias, palabras y otras actividades placenteras.

Tomar conciencia de que nuestras hijas e hijos van a convertirse en personas adultas, que tarde o temprano tendrán que salir al mundo, a luchar por ellas y ellos mismos, en el ámbito del trabajo, de las relaciones sociales. Que formarán sus propias familias, y que sus éxitos o fracasos van a depender en gran medida de las herramientas que les proporcionemos en el hogar.

## De la mala crianza... a la buena crianza

Si quisiéramos definir de alguna manera el paso de las prácticas de crianza resultantes de las viejas concepciones sobre la infancia a las basadas en la concepción de "sujetos de derechos" podríamos decir que se trata del paso de "la mala crianza a la buena crianza".

¿Cuántas veces nos expresamos de nuestros hijos o hijas con el adjetivo de "malcriada" o "malcriado"? Pero, ¿nos habremos hecho acaso la reflexión del porqué de esa mala crianza? ¿No somos acaso nosotras y nosotros quienes los criamos?

Es que la labor de ser padres y madres se aprende en el camino, lo hacemos a partir de lo vivido en nuestras propias familias, muchas veces sin recordar o reflexionar cómo nos sentíamos en esos años.

La mayoría de los padres y las madres que para educar o corregir a sus hijas e hijos utilizan los golpes y gritos, sin duda están reproduciendo los mismos métodos que utilizaron con ellos sus mayores. Es así como los modelos de crianza se van trasmitiendo de una generación a otra. Sin embargo, es importante, reconocer que no todo lo que aprendimos en nuestros hogares fue negativo. Las abuelas, los abuelos, las madres y padres han sido también portadores de valores positivos, nos han transmitido la herencia histórico-social. Muchas y muchos de ellos nos dieron afecto y protección.

Entonces, el reto es identificar y rescatar las cosas positivas del modelo educativo que aprendimos y descartar lo negativo. Quizás una forma de lograr esto es volviendo un poco atrás en la memoria y "ponernos en los zapatos de las niñas, los niños, las y los adolescentes". A partir de las propias experiencias vividas recordemos qué cosas de las que hacían nuestras mamás y nuestros papás nos lastimaron para no repetirlas, y qué cosas nos dieron placer y alegría, para ponerlas en práctica con nuestras hijas e hijos.

## ¿Cuál es el modelo adecuado?

La teoría acerca de los modelos de crianza ha intentado clasificar dichos modelos, algunos autores identifican cuatro tipos básicos de modelos: rígido, flexible, permisivo e inconsistente[6]. Pero nos detendremos fundamentalmente a hablar un poco del modelo flexible que es sin duda el que puede servirnos de base para poner en práctica la propuesta de una crianza con ternura.

6. Manuel García y Nidia Suazo, "Manual de Patrones de Crianza". Manual para Padres. CONACMI



DANDO ALAS.indd 28 22/04/19 13:47

## Flexibles no significa ser blandengues

El modelo flexible, llamado también asertivo se caracteriza por relaciones familiares donde la comunicación entre las personas es fluida y respetuosa, existen normas de convivencia, hay límites y responsabilidades, sin embargo estos son aplicados con cierta flexibilidad.

La aplicación de este modelo básicamente requiere de parte especialmente de las y los adultos de una actitud de apertura para la negociación y el cambio en beneficio del bienestar y la armonía de la familia. Adoptar este nuevo modelo de crianza además implica respetar el derecho de las hijas e hijos de expresar libremente sus opiniones y sentimientos, sin criticar o sancionar.

La práctica de un nuevo modelo de crianza debe partir sin duda alguna de la superación del "adultismo" en nuestras relaciones, proponemos aquí algunos tips que nos pueden ayudar en esa tarea:

1. Escucharles con atención: Escuchar no sólo lo que nos dicen con palabras sino por medio de sus sentimientos e ideas.
2. Interesarnos por lo que piensan y sienten, preguntándoles directamente qué saben, piensan y sienten.
3. Tomar las cosas con calma. No tratar de hacerse cargo de las cosas y situaciones, darles chance de que tomen sus propias iniciativas apoyándoles.
4. Reconocer y darle valor a sus ideas y pensamientos felicitándoles.
5. Recordar que las niñas, los niños y adolescentes (igual que las personas adultas) pueden cometer errores al poner sus ideas en práctica. Pero también tendrán aciertos. Es importante tomar en cuenta que es de esa dualidad error-acierto que surge el aprendizaje.
6. Disponernos a cambiar las relaciones de poder, reconociendo que no es necesario que seamos las y los adultos quienes demos la última palabra y usemos nuestra autoridad para poner fin a una situación.
7. También es importante tomar en cuenta que el asumir riesgos y tomar decisiones es parte de un proceso, por lo tanto no podemos pretender que de un día a otro vamos a lanzar a las adolescentes y los adolescentes a asumir posiciones de liderazgo, si aún no les hemos preparado para eso, porque les estaremos empujando al fracaso y causándoles frustración.
8. Respetar a las y los adolescentes sin importar la edad que tengan y promover que se respeten entre sí.
9. Darle a las niñas, los niños, las y los adolescentes mucho amor, reconociéndoles como los seres humanos maravillosos que son.

Es importante decir que en la vida cotidiana estos modelos no se presentan de forma única y separada en una familia, más bien se combinan o modifican dependiendo de varios factores, tales como la situación económico-social y emocional de la familia, la existencia de problemas de relación en la pareja, así como la edad de las hijas e hijos.

Muchas veces ocurre que en una familia existe la influencia de diversos modelos, cuando en el hogar hay adultos que emplean el modelo autoritario en lucha constante con otros que son más flexibles e incluso permisivos.

Muchas veces las madres y los padres adoptan el modelo permisivo por comodidad como una salida fácil a los problemas de la relación con las y los adolescentes. Sin embargo no se dan cuenta que esto es vivido por las y los adolescentes como un signo de falta de afecto e indiferencia y lejos de agradecerlo, tarde o temprano nos lo van a reprochar.



DANDO ALAS.indd 29 22/04/19 13:47

En estos casos, el niño o la niña está en el medio, sin parámetros ni normas claras, siendo víctima de mensajes contradictorios de parte de las personas adultas que en un principio son las encargadas de educarles.

Dependiendo de la edad y etapa de desarrollo en que se encuentran nuestras hijas e hijos, las situaciones generadoras de tensión en las relaciones familiares van cambiando.

En el caso de las niñas y los niños, son más frecuentes las situaciones relacionadas con los hábitos de higiene, orden, así como aquellas que tienen que ver con el incumplimiento de las tareas, el hábito de mentir o tomar objetos ajenos.

En estas situaciones hay que destacar que lo esencial es "predicar con el ejemplo", así como ser constantes y establecer límites y reglas claras.

Es importante reconocer que la crianza comienza desde la cuna, la idea de que las niñas y niños cuando están pequeñitos "no entienden" pasó a ser sólo un mito, la psicología infantil ha demostrado que la socialización empieza desde la etapa muy temprana en la vida de niñas y niños.

Además hay que tomar en cuenta que mientras más temprano comencemos la formación de hábitos, conductas y valores, más éxito tendremos en la crianza de nuestras niñas y nuestros niños.

## Aprendiendo a educar con ternura desde la cuna

Para obtener resultados positivos en la nueva relación con nuestras niñas y nuestros niños tenemos que aprender varias cosas.

Aprendamos a escuchar a nuestras niñas y niños: prestémosle atención, démosle oportunidad de contarnos sus historias, problemas, sueños, ocurrencias. Cuando se les escucha con atención y respeto, las niñas y los niños sienten que les valoramos más, y se sienten motivados a buscar soluciones a sus problemas.

El escuchar también implica desarrollar la capacidad y paciencia para escuchar el llanto, el berrinche y la indignación. Las niñas y los niños son cariñosos, amables, cooperativos, pero esta naturaleza también se puede ver afectada por sentimientos negativos.

El llanto y los berrinches no son malos, muchas veces ayudan a nuestras niñas y niños a liberarse de frustraciones y miedos que les afectan. Cuando reprimimos o sancionamos estas manifestaciones no les estamos ayudando a liberarse de esos sentimientos negativos, lo único que logramos es que los escondan.

Además es importante que les hagamos sentir que sus asuntos también nos interesan. No cuesta nada preguntar cómo les fue en la escuela, en el juego o en el trabajo, qué hicieron, y darles la oportunidad de que nos cuenten lo que quieran escuchándoles con atención.

Aprendamos a jugar: es tiempo de dejar a un lado tanta rigidez y seriedad. Dicen que todas las personas llevamos un niño o una niña adentro. ¡Saquémoslo a pasear con más frecuencia! "Démonos permiso" para jugar con nuestras niñas y niños.

Es importante que les permitamos dirigir el juego, colocándonos de igual a igual. No impongamos los juegos. Dejemos que desarrollen su creatividad y que tomen la iniciativa. Por ejemplo, si se trata de jugar a las escondidas asuma un rol débil o torpe, cuando a usted le toque buscar. Finja que no tiene idea dónde está él o ella. Esta simple actitud será para su niña o niño muy agradable. Permítale asumir un rol dominante, déjele que dé órdenes. ¿Quién dice que sólo los adultos podemos mandar?



DANDO ALAS.indd 30 22/04/19 13:47



Ustedes dirán y con mucha razón, ¿con qué tiempo vamos a jugar? En realidad lo más importante no es la cantidad de tiempo que dedicamos al niño o niña, sino la calidad. A veces escuchamos decir: "yo les dedico tiempo, paso todo el día en la casa", pero eso no basta. Cuando hablamos de dedicar tiempo nos referimos a un tiempo especial, a un tiempo de calidad. Puede que sea sólo media hora, pero que la dediquemos por completo al niño o la niña; que hagamos a un lado los trastos en el lavadero, la telenovela o el programa de radio y nos dispongamos a escucharles y a jugar con ellos.

Aprendamos a confiar: si nosotros les damos confianza y cierto grado de libertad, nuestras niñas y nuestros niños crecerán más fuertes y seguros. Démosle libertad de tomar decisiones y de equivocarse, eso es parte de su aprendizaje para la vida.

Otro aspecto importante es aprender a respetar a las niñas y los niños, si queremos corregir, lo más importante es que la niña o el niño aprenda a identificar lo incorrecto de su acción.

Por ejemplo, en vez de decir: "eres un mentiroso", diga: "lo que has dicho no es cierto". Explique las consecuencias de decir mentiras explicando que "cuando mentimos las demás personas pierden la confianza en nosotros, y aunque después digamos la verdad no nos creerán".

Si ante una conducta inadecuada usamos calificativos destructivos, no ayudamos a corregir esa conducta; por el contrario, hacemos que nuestras hijas e hijos se formen una imagen negativa de sí mismos y lastimamos su autoestima.

Otro asunto es que las personas adultas somos excesivamente arbitrarias e impositivas con nuestras hijas e hijos, pasamos el día entero dando órdenes. ¡Ven! ¡Come! ¡Báñate! ¡Límpiate! ¡Estudia!

¡Siéntate bien!...

Ponemos miles de prohibiciones y barreras. ¡Hoy no vas a salir a jugar!, ¡Mañana no te llevo al parque!, ¡Ponte esta ropa!, ¡No te ensucies!

Otro error es que recurrimos a las amenazas y los chantajes: ¡Si no obedeces no te compro tal cosa!

¡Si te tardas en la tienda te pego! ¡Si no comes te castigo!

Es necesario ensayar otra forma. Como decíamos antes, empezar este proceso también implica involucrar a nuestras hijas e hijos. Es necesario hablar con ellas y ellos, contarles que queremos cambiar la forma de relación. Reconocer ante ellas y ellos que el maltrato es un camino equivocado.

Hay que saber qué esperan de nosotros y de la relación con ellas y ellos, y plantear nuestras propias expectativas. El cambio implica hacer compromisos de ambas partes. Hay que darles la oportunidad de que también se sientan partícipes del proceso y que hagan sus propias propuestas.

Finalmente, queremos señalar la necesidad de promover cambios en las demás personas adultas que en la casa ejercen alguna influencia en la educación de niñas y niños, o al menos evitar que interfieran negativamente en el proceso.



DANDO ALAS.indd 31 22/04/19 13:47

## Adolescencia: crisis y oportunidad

La mayoría de las personas pasamos una buena parte de nuestras vidas conviviendo en el seno familiar, y en estos tiempos, en que las muchachas y los muchachos se van más tarde del hogar, esta relación de convivencia puede llegar a representar un tercio de la vida.

No hay quien pueda decir que en su familia no hubo alguna vez un conflicto, esto es un fenómeno intrínseco a la convivencia humana, el conflicto se produce cuando hay diferencia de intereses de unas personas con otras o del choque entre el interés personal con el interés común del grupo familiar.

Cuando surge el conflicto sentimos rabia, enojo, frustración e impotencia, y esto es algo normal, lo importante es aprender a manejarlo de forma adecuada y hacer que el conflicto se convierta en una oportunidad para el cambio.

Cuando en nuestra familia "no hay conflictos", esto puede ser señal de que algo anda mal, y lo que ocurre es que negamos la realidad porque le tenemos miedo a enfrentarlo, lo que no es sano, ya que negar u ocultar el conflicto puede hacer que éste se convierta en un problema crónico que luego va debilitando la comunicación.

## El paso de la niñez a la adolescencia

Se dice que la adolescencia es una etapa crítica en la vida de las personas, y de hecho al llegar este momento las muchachas y los muchachos viven una crisis, producto de los múltiples cambios que experimentan, tanto en el plano biológico como psicológico y social.

Como parte de los cambios naturales que ocurren en la adolescencia viene el enamoramiento. Las muchachas y muchachos comienzan a sentirse atraídos física y afectivamente, lo que es una necesidad natural de comunicación afectiva que ya no sólo se satisface con la familia y las amistades, en esa etapa las y los adolescentes experimentan una mayor necesidad de contacto físico y emocional, de amar y que les correspondan.

Se agudiza la preocupación por su apariencia, y por gustar a las o los demás, lo que muchas veces las madres y los padres no comprenden y hace que las y los adolescentes sean blanco de críticas y burlas.

## ¿Ya son grandes? Siempre necesitan afecto

Durante la adolescencia es común que las muchachas y los muchachos se vuelvan más rebeldes debido al excesivo control de parte de las personas adultas. Esta etapa también es difícil para ellas y ellos porque además de las presiones familiares están sujetos a las presiones de su medio social.

Otra característica de esta etapa es que las personas son muy soñadoras, todo lo ven "color de rosa" incluyendo a la persona amada. Es importante que eduquemos a nuestras hijas e hijos con mucho respeto, que les ayudemos a fortalecer su autoestima, ya que esto les permitirá establecer con sus pares relaciones más igualitarias.

Es importante reconocer que en esta etapa, las muchachas y los muchachos se enfrentan a muchos temores vinculados a los cambios físicos, la necesidad de agradar y ser aceptados en el grupo de amigas y amigos.

Además son receptores de diversas demandas del medio social, la influencia de la televisión, las revistas y demás medios de comunicación que a cada momento les bombardean induciéndoles a consumir esto o lo otro, a vestir de determinada forma para estar en la onda, etcétera.

Asimismo, les toca enfrentar las múltiples demandas por parte de la familia, la escuela que les pide ser "maduros", "responsables". Tratar de cumplir con las expectativas de la mamá o el papá, a la vez que se lucha por encajar y ser aceptado en el grupo de amigos se puede convertir en una verdadera crisis.



DANDO ALAS.indd 32 22/04/19 13:47



Como producto de estas diversas presiones las muchachas y los muchachos se vuelven inseguros, indecisos, sus estados de ánimo cambian con mucha frecuencia.

Esta crisis interna que vive el y la adolescente es producto del choque entre sus propios deseos y el "deber ser" impuesto por las influencias externas, sin embargo, las madres y padres podemos ayudar a que esta crisis sea aprovechada en beneficio del crecimiento personal de nuestras hijas e hijos.

Sin embargo, hay que tomar en cuenta que dependiendo del abordaje que madres y padres hagamos de esta etapa, podremos hacer que la crisis se convierta en una valiosa oportunidad para el crecimiento de las muchachas y muchachos, que les prepare mejor para enfrentar los retos de la vida adulta.

El aspecto de la definición de límites adquiere gran importancia durante la adolescencia.

Los límites se convierten en retos importantes para las y los adolescentes en esta etapa en que están en búsqueda de seguridad y auto-afirmación. Ellas y ellos necesitan algo ante qué revelarse.

Tener claros los límites ayuda a las y los adolescentes a adquirir seguridad en sí mismos, en una etapa cambiante y de mucha inseguridad.

Las muchachas y muchachos necesitan sentirse autónomos e independientes, y además tienen la necesidad de que sus padres les den confianza.

Hay algunas maneras de ayudarles a administrar esa autonomía e independencia, por ejemplo:

- ➔Fomentar y permitir que participen en actividades de recreación, estudio o trabajo fuera del hogar, teniendo conocimiento de dónde y con quién están.

- ➔Darles la posibilidad de contar en la casa con un espacio propio (como la habitación), donde puedan sentirse libres sin más normas que las elementales de aseo y orden, pero donde puedan ejercer su derecho a la privacidad.

- ➔Tener límites es una necesidad de todos los seres humanos y es una forma de asumir el ejercicio de los deberes esenciales.

Al definir límites a nuestras hijas e hijos, es necesario que lo hagamos partiendo de su condición de sujetos de derecho, estableciendo las reglas claras, respetuosas y amorosas.

No hay que tener miedo de establecer límites. Siempre y cuando lo hagamos con respeto y cariño, estaremos ayudando a nuestras hijas e hijos a crecer con confianza y amor hacia sí mismos.

Las muchachas y los muchachos necesitan autonomía e independencia, que les ayudará a hacerse cargo de su crisis, les permitirá adquirir mayor confianza en sí mismos, pero para ello, es necesario que las mamás y los papás les demos confianza y apoyo.

La mayoría de las veces las madres y los padres nos volvemos súper controladores, especialmente con ellas. Esto se debe en parte a que nos cuesta acostumbrarnos a que están creciendo y queremos seguirlos tratando como chiquitos, pero en otros momentos esperamos que "actúen como grandes".

Esta es una conducta normal si tomamos en cuenta que está ligada a muchos temores naturales y lógicos que frecuentemente nos asaltan cuando nuestras hijas e hijos crecen, el miedo a las drogas, a un embarazo no deseado, a las enfermedades de transmisión sexual, al VIH/SIDA y, en fin, a muchas cosas que son riesgos que no podemos negar que existen en nuestra sociedad.



DANDO ALAS.indd 33 22/04/19 13:47

La actitud sobreprotectora o sobrecontroladora de parte de las y los adultos, ligada a la necesidad de independencia de las y los adolescentes hace que las relaciones entre padres y madres con sus hijas e hijos se tornen conflictivas.

## ¿Qué hacer entonces cuando surge el conflicto?

- ➔Lo primero es no negar el conflicto
- ➔Es necesario trata de comprender y entender nuestros propios sentimientos frente a la situación, conocer las causas, es decir, qué fue lo que pasó, qué es lo que realmente está detrás de mi enojo. Una vez que identificamos las causas, estaremos en mejores posibilidades de controlar nuestras emociones.
- ➔Hablar del conflicto con nuestras hijas e hijos, expresar lo que sentimos sin insultos ni chantajes, sin culparlos o descalificarlos. Dependiendo de cómo comunicamos nuestros sentimientos, obtendremos mejores resultados en la solución del conflicto.
- ➔Nos referimos tanto a las palabras como al lenguaje no verbal (gestos, miradas) por medio de los que transmitimos a las demás personas lo que pensamos y sentimos.
- ➔Saber escuchar lo que nuestras hijas e hijos nos dicen, comprender también sus razones y sentimientos.
- ➔Observar la respuesta que damos a los conflictos, ver cuáles son aquellas que nos han dado resultados y cuáles no, y ensayar nuevas formas de abordarlo.
- ➔Aprender a aceptar la parte de responsabilidad que nos corresponde en dicho conflicto.
- ➔Establecer la negociación para resolver el conflicto, proponiendo soluciones y estableciendo acuerdos, procurando que ambas partes logren sentirse bien con el acuerdo alcanzado.

Resolviendo los conflictos de forma negociada y basándonos en acuerdos y compromisos, estaremos proporcionándoles a nuestras hijas e hijos herramientas para crecer con seguridad y confianza en sí mismos.

No olvidemos, que no importa la edad que tengamos, ¡las personas tenemos derecho a la ternura!



DANDO ALAS.indd 34 22/04/19 13:47

# ¿Qué es la educación con ternura?



## Educación con ternura ¿por dónde empezar?

**Tiempo sugerido:** 60 minutos

Dividir el salón en seis espacios. Marcar estos espacios con cinta adhesiva (masking) y en el centro de cada uno poner un letrero que indique los bimestres del año (enero-febrero, marzo-abril, etc.). Pedir a las personas que se distribuyan en los espacios de acuerdo con su mes de nacimiento. Así, los nacidos en enero y febrero quedarán ubicados en el bimestre I; los de marzo y abril en el bimestre II, y así sucesivamente. (Si el grupo es pequeño, puede dividirse el salón solo en cuatro espacios-trimestres o en dos espacios-semestres).

Seguramente habrá unos bimestres superpoblados y otros con poca gente. En este caso, se les pedirá que hagan una redistribución tomando en cuenta la equidad de género y que haya lugar para todas y todos. De esta manera quedarán formados los equipos de trabajo (5 minutos).

Se entregará a cada integrante del equipo una fotocopia de "El derecho a la ternura" y un marca textos. A cada grupo se le darán una o dos hojas grandes y dos marcadores de color oscuro. Se explicará que deberán presentar el fruto de su trabajo a todo el grupo. Su trabajo consiste en leer de manera individual los conceptos clave y marcar las ideas que les produzcan mayor impacto (15 minutos).

Luego, compartirán con su equipo estas ideas y por qué les parecen importantes, para después ordenarlas según su importancia o en secuencia lógica. Deberán poner un nombre a su equipo y tomar en cuenta las ideas compartidas. Prepararán su presentación en la hoja para rotafolio, y se organizarán para presentarse como equipo y presentar el fruto de su trabajo al resto del grupo (20 minutos para trabajo en equipo y 20 para la presentación al grupo).



DANDO ALAS.indd 35 22/04/19 13:47

## Qué abandono hoy y qué me llevo conmigo

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Entregar a cada persona dos rectángulos de papel. Se les pedirá que en uno escriban, en una sola frase breve o en una palabra, lo que van a dejar de hacer o abandonar después de haber participado en el taller. En el otro rectángulo escribirán lo que se llevan con ellos, algo valioso que hayan obtenido en la sesión (5 minutos).

Mientras escriben, se colocará el bote de basura en el centro y se invitará a que cada uno pase a tirar lo que abandona, al mismo tiempo que lo comparte con los demás. Luego, se pedirá que en círculo cada persona vaya diciendo lo que se lleva al mismo tiempo que se van tomando de la mano.

Se cerrará la sesión dando las gracias y pidiendo que levanten las manos unidas como símbolo de su compromiso y unión en la lucha contra el maltrato infantil y la promoción de la educación con ternura.



DANDO ALAS.indd 36 22/04/19 13:47

# Sesión 2. Maltrato infantil

## Desarrollo

### Bienvenida y Presentación

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Se dará la bienvenida a las y los participantes. Se les invitará a organizarse en parejas y se les pedirá que se presenten con su nombre, ocupación o profesión (5 minutos).

Se invitará a que cada uno presente a su pareja a los demás (10 minutos).

### Historias de maltrato infantil

**Tiempo sugerido:** 35 minutos

Se pedirá a las y los participantes que cada uno piense en tres historias de maltrato infantil que conozca (5 minutos). Se les invitará a formar equipos de cuatro personas. En estos equipos compartirán las historias que conocen. Luego, las escribirán en las hojas de rotafolio distribuidas a cada equipo (15 minutos).

Cada equipo presentará al grupo sus historias (15 minutos).

### Tipos de maltrato infantil

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

El facilitador o facilitadora expondrá los diversos tipos de maltrato infantil, al mismo tiempo que recogerá y ordenará las historias escritas en las hojas de rotafolio, y añadirá los tipos de maltrato que no hayan sido mencionados (Basarse en las definiciones y ejemplos del maltrato infantil que aparecen en la Ficha de orientación al final de esta sesión).

### La altura impone

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

Se invitará a las y los participantes que por parejas se tomen de las manos. Un integrante de la pareja empezará a bajar lentamente hacia el suelo, mirando fijamente a los ojos de su compañera/o. Al llegar al suelo, mantendrá esa posición durante 30 segundos sin apartar la mirada y luego volverá a subir. Después, toca el turno a su compañero o compañera que permaneció de pie, para repetir la acción (5 minutos).

### OBJETIVOS

Sensibilizar sobre los diferentes tipos de maltrato.
Comprender lo que significa considerar a las niñas y los niños como sujetos de derechos.
Ver a la educación con ternura como una herramienta para las niñas y niños en su constitución como sujetos de derechos.

### MATERIALES

Papel de rotafolio



Marcadores



Cinta adhesiva



Hojas tamaño carta



### TIEMPO

Dos horas






DANDO ALAS.indd 37 22/04/19 13:47

En plenaria, algunas o algunos participantes comentarán la experiencia que tuvieron, ¿qué sintieron?, ¿qué pensaron? Se cerrará esta actividad con una breve reflexión sobre la imposición que sufren niñas, niños y adolescentes cuando no son considerados sujetos de derechos (10 minutos).

## Cuando fui niña/o

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

Se pedirá a cada persona que recuerde un momento de maltrato y uno de buen trato que le sucedió cuando era niña o niño y se indicará que puede escribirlo en una hoja si lo desea. Se les pedirá entonces que piensen en las consecuencias que cada uno de esos momentos tuvo en su vida o en su carácter (5 minutos).

Posteriormente, se invitará a algunas personas a compartir con todo el grupo sus vivencias y descubrimientos (5 minutos).

Para el cierre de la actividad, guiar una reflexión sobre cómo la mayoría de las veces recordamos aquellas situaciones difíciles de la vida, sin embargo los recuerdos felices también nos ayudan a formar un carácter. Mencionar que si alguna de las personas participantes paso alguna situación muy difícil puede buscar ayuda profesional para sentirse mejor. Posteriormente mencionar que el día de hoy se quedarán con los recuerdos felices; solicitar que sostengan la imagen de su niño interior y si gustan la pueden abrazar. Reforzar la reflexión mencionando que sus hijas e hijos pueden tener muchos recuerdos buenos de su niñez, si las madres y padres los educan con ternura (10 minutos).






DANDO ALAS.indd 38 22/04/19 13:47



## Ficha de orientación

### Tipos de maltrato infantil

#### Maltrato físico

Es la violencia que se comete directamente en el cuerpo de la niña o niño. Agresiones que se hacen con la mano, el puño, las uñas, los pies, armas blancas u otros objetos al alcance del agresor. Ejemplos: Golpes, patadas, jalones o empujones, cinturonazos, pellizcos, tirones de cabello, quemaduras, mordeduras, etc.

#### Maltrato psicológico (emocional)

Es la violencia que daña directamente el valor, la estima, la estabilidad emocional de la persona que la sufre. Acción u omisión cuyo propósito es degradar o controlar las acciones, creencias y decisiones. Ejemplos: Insultos, amenazas, humillaciones, silencios, aislamiento, intimidación, provocar confusión, etc.

#### Abuso sexual

Es la imposición de actos o conductas sexuales no deseadas o respecto a las cuales se tiene incapacidad para consentir, que limitan el libre ejercicio de la sexualidad. Ejemplos: Obligar a observar material erótico o pornográfico, obligar a tener relaciones sexuales, obligar a exhibirse o a desnudarse, realizar durante el acto sexual acciones que causen daño o humillen, agarrar o acariciar partes del cuerpo de alguien contra su voluntad, etc.

#### Abandono o negligencia

Acto de desamparo injustificado hacia uno o varios niños o niñas en la familia o bien hacia niñas y niños por parte de aquellas personas o instituciones responsables de su cuidado. Ejemplos: Falta de higiene de niñas y niños bajo su cuidado, necesidades médicas no atendidas o atendidas tardíamente, dejar sin comer a las niñas y niños, no expresarles afecto, dejar sin cuidador a niñas o niños pequeños, dejarlos encerrados.

#### Maltrato económico

Es el control del dinero heredado, ahorrado o ganado por una niña o niño y la privación del aporte económico requerido para satisfacer las necesidades de las niñas y niños dependientes de la persona. Ejemplos: Obligar a una niña o un niño a trabajar y quitarle todo su salario, negarse a pagar la pensión alimenticia, negarse a aportar para el gasto, tener todas las propiedades del matrimonio a nombre de un solo miembro de la pareja.



DANDO ALAS.indd 39 22/04/19 13:47

# Sesión 3. Pistas para la educación con ternura

OBJETIVOS

Conocer pistas o sugerencias para evitar el maltrato infantil.
Introducir las nociones básicas de la educación con ternura.

MATERIALES

Hojas para rotafolios



Hojas tamaño carta partidas en 4



Lápiz o pluma por asistente



Marcadores y cinta adhesiva



Hoja para rotafolio con la siguiente frase incompleta: Me llamo... y cuando era niña/o me gustaba...

TIEMPO

Dos horas




## Desarrollo

### Cuando era niña o niño me gustaba...

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Se colocará la hoja para rotafolio en un lugar visible para las y los participantes. Se pedirá que cada uno complete la frase en silencio. Luego se invitará a que algunas personas se presenten al grupo usando esta frase. Si el grupo es muy grande, puede dividirse en dos o tres equipos para facilitar una mayor participación en el mismo tiempo.

### La niña feliz y el niño feliz

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

En equipos de cuatro o cinco personas, se pedirá que dibujen a una niña o niño en una hoja de rotafolio, y que luego escriban lo que creen que necesita para ser feliz. La actividad se terminará pegando las hojas en una pared.

### Educación con ternura

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

A partir de las hojas de rotafolio elaboradas por los equipos, la facilitadora o facilitador construirá y explicará los principios enunciados en "La Alianza Global para poner fin a la violencia contra niñas, niños y adolescentes y Educación con Ternura" (Ficha de orientación).

### Pistas para la educación con ternura

**Tiempo sugerido:** 40 minutos

Se invitará a las y los participantes a que planteen problemas prácticos concretos sobre lo que hacen con las niñas y niños (10 minutos). Cada equipo analizará un caso y señalará las posibles alternativas (15 minutos).

Por último, la facilitadora o facilitador sistematizará y expondrá los modelos de educación, así como algunas pistas para educar con ternura (15 minutos).



DANDO ALAS.indd 40 22/04/19 13:47




## Modelos educativos alternativos

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

La facilitadora o facilitador sistematizará y expondrá los modelos de educación y hará un resumen breve de los conceptos de la educación con ternura.

Para el cierre de la sesión dar a cada asistente un cuadrito de hoja y solicitarle escriba, de las pistas mencionadas, cuál quisiera comenzar a utilizar con las hijas, hijos o niños que tiene a su cuidado (10 minutos). Cerrar dándose un aplauso y felicitándolos por asistir a esta sesión.



DANDO ALAS.indd 41 22/04/19 13:47

## Ficha de orientación

### Alianza Global para poner Fin a la Violencia contra las Niñas, Niños y Adolescentes[7].

La Alianza Global es un llamado a la acción dirigido a todas las personas que están en el servicio público, tomadores de decisiones, academia, empresas, medios de comunicación, organizaciones religiosas, sociedad civil y a todo el público en general. Es una oportunidad global para:

- Visibilizar, sensibilizar y tomar conciencia sobre el impacto negativo de la violencia en la vida de las niñas, niños y adolescentes.
- Comprometerse a poner fin a todas las formas de violencia contra la niñez, como un asunto prioritario y urgente.
- Incrementar los recursos y acciones para identificar, prevenir, atender y dar respuesta a todas las formas de violencia.
- Movilizar y articular a todos los sectores de la sociedad, pues sólo mediante la colaboración y coordinación conjunta se puede actuar efectivamente contra la violencia.

Para lograrlo México, cuenta con INSPIRE[8] , que es un conjunto de estrategias para ayudar a países a reducir la violencia hacia la niñez y adolescencia. Una de sus estrategias está enfocada en padres, madres y cuidadores. La cual busca reducir las prácticas de crianza violentas y crear relaciones positivas, orientarlos sobre servicios y programas disponibles para apoyar a niñas, niños y adolescentes en condiciones o situaciones de vulnerabilidad o riesgo, protección y restitución derechos de las procuradurías de protección de niñas, niños y adolescentes.

Otra de ellas, está centrada en "Educación y aptitudes para la vida", busca aumentar el acceso de los niños y las niñas a una educación más eficaz y equitativa en cuanto al género, el aprendizaje social y emocional, y la adquisición de aptitudes para la vida, así como garantizar que los entornos escolares sean seguros y propicios.

### Educación con ternura

Para el concepto de Educación con ternura se realizan dos ejercicios analíticos para construir su significado. El resultado de estos ejercicios se describe en el siguiente apartado.

### Concepto de educación con ternura

Hablando de niñez y de educación todos piensan saber qué quieren decir estos dos conceptos, cómo se relacionan y traducen en prácticas y actividades sociales, pedagógicas y psicoeducativas, pero cada vez que se está en contacto con una niña o niño resulta evidente que es una dimensión completamente diferente y que muy a menudo se maneja como si fuera una relación entre personas adultas sin recordar que en su manera de interaccionar con el mundo, de interpretarlo y, en fin, de experimentarlo, una niña o niño es una persona que quiere ser iluminado pero no mandado o manejado.

Al reflexionar sobre el concepto de lo que puede ser el Educar con Ternura, se plantearon las siguientes conclusiones:

7. Alianza Global para poner fin a la violencia contra niñas, niños y adolescentes. Disponible en https://www.unicef.org/mexico/spanish/17051_36744.html

8. Plan de Acción de México, Junio 2017. Disponible en https://www.unicef.org/mexico/spanish/PLAN_ACCION_FINAL.pdf



DANDO ALAS.indd 42 22/04/19 13:47



**Definición:**

Este concepto tiene tres dimensiones en su significado

Como proceso es un continuo que implica:

- Una forma de vida y de convivencia bajo las premisas del respeto a los derechos humanos de las personas y su reconocimiento como seres autónomos con capacidades.
- Un conjunto de principios informativos y formativos que permiten construir una comunidad de aprendizaje permanente y dialógico entre las personas, sin importar la edad, el género, la etnia o la clase social, aunque consciente de las inquietudes y desigualdades que caracterizan nuestro contexto histórico particular.

Como estrategia es una herramienta colectiva y personal para:

- Fomentar el respeto y la tolerancia tanto en los aspectos en donde hay igualdad como en aquellos donde hay diferencias.
- Promover la libre expresión, la apertura y flexibilidad en nuestras formas de pensamiento y de interrelación social para disminuir las inequidades e injusticias.
- Propiciar el empoderamiento de las personas, en especial de las mujeres, niñas y niños, mediante la asertividad, la autoestima, la firmeza, responsabilidad y la comunicación clara dentro de las interacciones humanas, en particular la conciencia de las reglas y límites socialmente construidos en la familia, las escuelas, centros de trabajo e instituciones relacionadas con la formación de los individuos.
- Brindar expresiones verbales y analógicas de cariño, afecto, amabilidad, amor y empatía en la comunicación entre las personas.

Como propósito o aspiración supone el logro de:

- Fortalecimiento de la autoestima y la autovalidación de los recursos y derechos de las personas como seres humanos.
- Desarrollo de la autonomía, los recursos personales y comunitarios, la participación y las habilidades creativas, manuales e intelectuales de mujeres, hombres, niñas, niños, jóvenes y adolescentes en general.
- Construcción de las personas como sujetos sociales, siendo participativas, tolerantes y plenas.

Estos tres niveles o dimensiones de Educar con ternura lo ubican como un proceso permanente en todas las etapas de la vida, incluyente de todas las personas (adultas, jóvenes y adolescentes, niñas y niños), así como dialógico o multidireccional en tanto sucede entre grupos homogéneos y distintos (por edad, género, raza o etnia, religión, trabajo, clase social, etc.)

A continuación se enumeran nociones y conceptos asociados a educar con ternura:

### Aprender uno/a del otro/a

Estar dispuesto/a en cada espacio y en todo momento a transmitir y recibir conocimientos y experiencias, reconocer que enseñamos con el ejemplo y debemos asumir ese compromiso con responsabilidad hacia uno/a y los/as demás para respetar y aceptarnos como somos.



DANDO ALAS.indd 43 22/04/19 13:47

### Compartir

Tener el compromiso y la disposición con uno/a mismo/a de dar a los/as demás cariño, atención, tiempo, cuidados, tareas, entre otros aspectos por la experiencia misma de dar a otros/as y seguir creciendo como persona desde una actitud solidaria.

### Comprensión

Es el proceso por medio del cual un mensaje de otra persona es asimilado y apropiado por quien lo percibe de tal manera que se suma a las experiencias personales; este proceso está determinado por nuestra formación, nuestro nivel de información, el contexto social en que se recibe y las habilidades para comunicarnos.

### Escuchar

Pasar la palabra del otro/a por la sensibilidad del corazón y la mente; es poner plena atención al otro procurando no suponer el significado de lo que dice sino de oírlo y, de no ser explícito, preguntarlo.

### Aceptación

Acto voluntario de recibir de otro/a algún elemento o experiencia tal y como se recibe, sin juzgarlo ni interpretarlo. Implica admitir las diferencias de los otros/as y las igualdades desde una posición de recibimiento sin censura.

### Empatía

Es un estado o actitud en que se siente como propia una sensación psíquica[9] o estética ajena; es sentirse en el lugar del otro/a y mirar desde esa mirada; conlleva un reconocimiento de la vivencia del otro/a como autónoma a la nuestra y legítima.

### Respeto

Es la conciencia sin excepciones ni límites de que la otra persona existe por ser un humano y como tal tiene un conjunto de derechos inalienables que la hacen autónoma a mi persona, diferente y legítima.

### Calidez

Expresión humana que favorece el desarrollo emocional y permite relaciones con respeto, tratar a las personas de manera afectuosa, cariñosa, generando seguridad y confianza.

### Armonía

Ajustamiento o combinación; es la conveniente combinación de unos elementos con otros de tal manera que permita la composición precisa de un conjunto; en relaciones personales significa amistad, correspondencia y reciprocidad. Es buscar la proporción y concordancia de formas de pensar y de ser; es hermandad, unión, combinación entre dos o más personas conviviendo en un ambiente tranquilo regido por el respeto.

9. Lo psíquico se refiere a una experiencia emocional o afectiva y cognitiva; lo estético se refiere a una experiencia bella o armoniosa desde el punto de vista artístico, o relativo a la búsqueda de eso.



DANDO ALAS.indd 44 22/04/19 13:47



### Firmeza

Es la actitud clara, continua, razonada y explícita con que se establecen límites a los educandos[10]. Los límites son de hecho una necesidad de todos los seres humanos para sentirnos parte de una comunidad, siendo la forma de asumir las responsabilidades y deberes de las personas.

### Arte

Educar es un arte porque implica empezar por abrir a la persona a la conciencia de su propia dignidad, es despertar en ella el hambre por su realización humana y ayudar a que su espíritu se abra a valores y principios de la vida (Luis Pérez Aguirre).

### Reglas que guían

Conjunto de normas establecidas para contener necesidades y determinar límites protectores que permitan el desarrollo biopsicosocial de las personas de acuerdo a su edad y ciclo vital familiar- personal.

### Orientación

Guías, señales y herramientas compartidas y co-construidas[11] desde la propia experiencia con información y aplicaciones concretas para vivenciar procesos cotidianos y no cotidianos de las relaciones entre las personas y otros seres vivos.

### Tolerancia

Es respetar características, percepciones, formas de expresión y prácticas culturales que no pertenecen ni se enmarcan en mis costumbres (códigos)[12] y experiencias culturales, incluso cuando dichas características o prácticas me impliquen el cuestionamiento u oposición a mis propias creencias.

10. Se denomina así a las personas que son sujetos del proceso educativo al recibir la información para traducirlo en conocimientos mediante la apropiación de los mismos.

11. Co-construcción es el proceso recíproco y simultáneo de construirse uno(a) con el otro(a), y se aplica al proceso de cambio, crecimiento y aprendizaje que los seres humanos realizamos con las demás personas al relacionarnos e interactuar.

12. Los códigos culturales se refieren al conjunto de símbolos y significados que nos hacen pertenecer a una comunidad e incluyen las tradiciones, costumbres, lenguaje, forma de percibir el mundo y la vida, creencias religiosas, roles o papeles asignados y esperados de sus integrantes, etc.



DANDO ALAS.indd 45 22/04/19 13:47

# Sesión 4. Eduquemos con ternura

OBJETIVOS

Adquirir herramientas teórico-pedagógicas para la Educación con ternura.

MATERIALES

Reproductor de CD
Hojas de registro y hojas de evaluación..



Hojas para rotafolio



Lápices o plumas, una por participante



Trípticos



Marcadores



Cinta adhesiva



TIEMPO

Cuatro horas




## Materiales

- Hojas de registro.
- Hoja para rotafolio con la agenda .del taller y el objetivo.
- Sillas movibles.
- "Ficha de trabajo: Niñez/Personas Adultas: ¿Cual es la diferencia?"
- Lápices o plumas, una por participante.
- Hojas de rotafolio preparadas con la presentación de los temas.
- Trípticos.
- Hoja de rotafolio: "Instrumentos jurídicos de protección a la niñez".
- Hojas para rotafolio.
- Marcadores.
- Reproductor de CD con música relajante.
- 6 hojas para rotafolio con una de las siguientes preguntas: ¿Cómo soy?, ¿cómo quiero ser?, ¿cómo me gusta que me traten?, ¿cómo trato a otras personas?, ¿cómo merezco que me traten?, ¿qué significa la educación con ternura?
- Cinta adhesiva.
- Hoja de la Ruta de la ternura.
- Frases de hechos de la vida familiar cotidiana en que participen personas adultas e hijas e hijos.
- Copias del texto "Educar con ternura, un reto que vale la pena" que se encuentran en las páginas 54 a la 59 de esta guía.
- Hojas de evaluación.



DANDO ALAS.indd 46 22/04/19 13:47



# Desarrollo

## Presentación

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

El facilitador o facilitadora presentará el taller y generará el intercambio de expectativas del grupo. Se delimitarán las expectativas presentando la agenda y el objetivo del taller con la hoja de rotafolio previamente preparada.

## Canasta de frutas

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Para generar un clima positivo que propicie la integración grupal, se aplica la dinámica de la canasta de frutas. Se asignará a las y los participantes el nombre de una fruta, por ejemplo, sandía, mango, fresa, etc. Varios participantes tendrán el nombre de una misma fruta. Al mencionar el nombre de una fruta, las y los participantes con ese nombre deben cambiarse de lugar. Si se dice, "canasta de frutas" todas las personas cambian de lugar.

## Relación entre personas adultas, niñas y niños

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se distribuirán las hojas de Niñez/personas adultas: ¿Cuál es la diferencia? y se pedirá a las y los participantes que individualmente anoten hasta diez características comunes de la niñez y después 10 características de las personas adultas.

Se organizarán grupos pequeños de participantes y se pedirá que compartan sus observaciones; a medida que las compartan, se irán anotando las diferencias principales entre la niñez y las personas adultas y, luego, se discutirán las siguientes preguntas:

1. ¿Estaría de acuerdo la gente de su país con las características y diferencias que han anotado?

2. ¿Existen algunos grupos sociales o geográficos en particular que no compartan sus puntos de vista al respecto?, ¿quiénes serían?

3. ¿Cómo se efectúa la transición de la niñez a la edad adulta en su sociedad?

4. Si ustedes hubieran hecho esta lista hace 10, 30 o 60 años, ¿habrían seleccionado las mismas características?

Se pedirá a los grupos que compartan sus experiencias sobre los puntos principales de su análisis en la sesión plenaria con todo el grupo. Se observará y destacará la importancia de las actitudes y percepciones relativas a la niñez y los enfoques adoptados al atender sus necesidades.

**Variación:** Incluya consideraciones de género, discapacidad u otros factores específicos en sus discusiones.



DANDO ALAS.indd 47 22/04/19 13:47

## Normatividad

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

Se presentará en Power Point o en hojas de rotafolio la legislación existente y dónde puede encontrarse. Se hará una exposición general de la legislación, con énfasis en que es importante que exista, que se conozca y se aplique. Se entregará la hoja-resumen.

## Cultura – Educación

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

La finalidad de esta actividad es revisar los patrones de crianza de la educación tradicional con respecto a la educación con ternura. El facilitador o facilitadora introducirá la importancia de la educación y cómo ha ido cambiando en diferentes épocas, e invitará a las y los participantes a que expresen en el grupo una forma tradicional de educar, y que comenten si continúa ese modelo educativo. Se finalizará comentando la propuesta de Educar con ternura que se explicará después del receso.

## Receso

**Tiempo sugerido:** 10 minutos






DANDO ALAS.indd 48 22/04/19 13:47



## Educación con ternura

**Tiempo sugerido:** 45 minutos

Antes del inicio de la sesión, el facilitador o facilitadora distribuirá cada una de las seis preguntas siguientes escritas en cada hoja de rotafolio: (1) ¿Cómo soy? (2) ¿Cómo quiero ser? (3) ¿Cómo me gusta que me traten? (4) ¿Cómo trato a otras personas (5) ¿Cómo merezco que me traten? y (6) ¿Qué significa la Educación con ternura?

Para iniciar se hará una relajación breve. Cada persona se sentará en el piso en una posición cómoda que invite a la relajación. Se apagará la luz y pedirá a las y los participantes que cierren los ojos, se pondrá en la grabadora música relajante. Se pedirá a las y los participantes que piensen en su lugar favorito, donde se sienten seguros y cómodos para identificar y expresar sus verdaderos pensamientos y sentimientos. El facilitador o facilitadora irá mencionando las seis preguntas antes citadas (10 minutos).

Después se pegarán las seis hojas en diferentes paredes del espacio. Se pedirá a las y los participantes que con sus lápices respondan a cada una de las preguntas escritas en las hojas (15 minutos).

El facilitador o facilitadora iniciará con la primera pregunta y leerá las respuestas para empezar la discusión grupal. Hará lo mismo con cada hoja/pregunta para construir ideas y/o conceptos generales (20 minutos).

## Herramientas para educar con ternura

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se leerán las frases sobre hechos de la vida familiar cotidiana y se fomentará la participación de las y los asistentes para que comenten qué hacen en cada situación y qué podrían hacer para mejorar esa respuesta de una persona adulta para no transgredir la dignidad de la niña o niño. Se repartirán las copias de la propuesta de Educación con ternura a los equipos ya formados para que la revisen y para elaborar propuestas complementarias. Posteriormente se compartirán y enriquecerán con todo el grupo en plenaria.

## Evaluación del taller y compromisos

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Las hojas de evaluación deberán contener el espacio para el nombre del participante y las siguientes preguntas: ¿Cómo me sentí?, ¿qué aprendí hoy?, ¿cubrí mis expectativas del taller?, sí / no, ¿por qué?, ¿qué pondré en práctica? (El o la participante anotará las actividades que se compromete a realizar).

Se contesta, después se abre un espacio para que compartan –quienes así lo decidan- en plenaria y al final se entregan las hojas a la persona promotora.

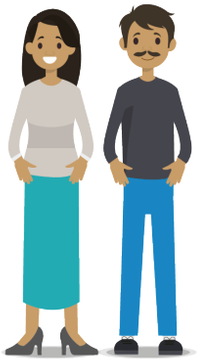


DANDO ALAS.indd 49 22/04/19 13:47

## Fichas de trabajo

### Niñez / Personas adultas

**¿Cúal es la diferencia?**

| Una niña o niño | Una persona adulta |
| --- | --- |
|  |  |



DANDO ALAS.indd 50 22/04/19 13:47

# Fichas de orientación

## Instrumentos jurídicos de protección a la niñez

A partir de las condiciones históricas que han dado origen a la vulnerabilidad de la niñez se ha requerido tomar las medidas de carácter legislativo pertinentes con el fin de brindar el reconocimiento legal tanto a nivel nacional como internacional de los derechos de la niñez. Entre los documentos e instrumentos existentes que consagran la protección de la infancia, destacan por su contenido los siguientes:

## Instrumentos de protección

### A nivel Internacional

1. Declaración Universal de los Derechos Humanos ONU (1948), en los artículos 25 y 26 señala que las niñas y los niños deben ser protegidos por el estado para garantizar un nivel de vida adecuado a las necesidades de su desarrollo. Particularmente menciona la importancia del derecho a la educación.

2. Declaración de los Derechos del Niño ONU (1959), resume en 10 principios las condiciones necesarias para que vivan una infancia feliz y se desarrollen plenamente en beneficio propio y por el bien de la sociedad.

3. Recomendación de la UNESCO sobre la Educación para la Comprensión, la Cooperación y la Paz Internacionales y la Educación relativa a los Derechos Humanos y las Libertades Fundamentales UNESCO (1974), es un instrumento internacional de carácter no vinculatorio, el cual propone una serie de principios rectores de la educación en Derechos Humanos y la educación para la Comprensión en el plano internacional.

4. Convención sobre los Derechos del Niño ONU (1989), es un instrumento de protección a la niñez, a nivel internacional, éste hace especial énfasis en el respeto a la dignidad humana, entendiendo por ésta: "el valor intrínseco que posee todo ser humano". Uno de los grandes aportes de esta Convención es el reconocimiento que hace a la participación de la infancia en el ejercicio de sus propios derechos.

México suscribió y ratificó esta Convención en 1990, por lo que está obligado a promoverla y a respetarla. Esto significa que, de acuerdo al artículo 133 de la Constitución mexicana, la Convención sobre los Derechos del Niño forma parte de la legislación nacional.

- Amplía y profundiza el concepto de los derechos.
- Tiene poder coercitivo, obliga a los Estados y establece un control internacional a los gobiernos.
- Considera que se es niño/a hasta los 18 años, lo que en muchas legislaciones tiene una importancia fundamental, por ejemplo en lo que respecta a los topes de edad para la impunidad.

5. Objetivos de Desarrollo Sostenible, número 16, Paz, Justicia e Instituciones fuertes: representan el camino hacia el desarrollo sostenible en el que la acción común y la innovación son clave. Los ODS son 17, de los cuales el número "16 Paz, Justicia e Instituciones sólidas", menciona que, sin paz, estabilidad, derechos humanos y gobernabilidad efectiva basada en el Estado de derecho no es posible alcanzar el desarrollo sostenible.



DANDO ALAS.indd 51 22/04/19 13:47

### A nivel nacional

1. Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos (última reforma septiembre 2014): particularmente los artículos 3°, 4°, y 123 que hacen referencia al derecho a la educación, respeto a los derechos humanos, contribuir a la mejor convivencia humana, respeto por la diversidad cultural, la dignidad de la persona, la integridad familiar, la salud, la protección familiar y Estatal, y las condiciones de trabajo de la niñez mexicana.

2. Reformas al Artículo 4° (última reforma 17 de junio del 2014): con la finalidad de elevar a rango constitucional la protección de la niñez y la adolescencia de México. "Las niñas y los niños, tienen derecho a la satisfacción de sus necesidades de alimentación, salud, educación y sano esparcimiento para su desarrollo integral.

Los ascendientes, tutores y custodios tienen el deber de preservar estos derechos. El estado proveerá lo necesario para propiciar el respeto a la dignidad de la niñez y el ejercicio pleno de sus derechos.

El Estado otorgará las facilidades a los particulares para que coadyuven al cumplimiento de los derechos de la niñez."

"Toda persona tiene derecho a un medio ambiente sano para su desarrollo y bienestar."

"Toda persona tiene derecho a la identidad y a ser registrado de manera inmediata a su nacimiento. El Estado garantizará el cumplimiento de estos derechos. La autoridad competente expedirá gratuitamente la primera copia certificada del acta de registro de nacimiento"

3. Ley Reglamentaria del Art. 4° Constitucional: La Ley General reconoce a las niñas, niños y adolescentes como sujetos de derechos, con capacidad de defender y exigir sus derechos. Reconoce también a la familia, a la comunidad y al Estado como los responsables de garantizar sus derechos de manera progresiva e integral. Establece principios rectores y criterios que orientarán la política en materia de infancia y crea mecanismos institucionales que facilitarán la comunicación, la coordinación y la toma de decisiones entre autoridades, sociedad civil y sector privado a fin de garantizar los derechos de la infancia y la adolescencia.

4. Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (LGDNNA) (última reforma 4 de diciembre de 2014): Reconoce a las niñas, niños y adolescentes como sujetos de derechos, con capacidad de defender y exigir sus derechos. Reconoce también a la familia, a la comunidad y al Estado como los responsables de garantizar sus derechos de manera progresiva e integral. Establece principios rectores y criterios que orientarán la política en materia de infancia y crea mecanismos institucionales que facilitarán la comunicación, la coordinación y la toma de decisiones entre autoridades, sociedad civil y sector privado a fin de garantizar los derechos de la infancia y la adolescencia.

   La nueva LGDNNA constituye un avance sin precedentes en México, ya que ordena por primera vez en la historia la creación de un Sistema Nacional de Protección Integral de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, instancia encargada de establecer instrumentos, políticas, procedimientos, servicios y acciones de protección de los derechos de NNA.

   El artículo 121 de la Ley General, dispone que para una efectiva protección y restitución de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes, se contará con una Procuraduría de Protección, la cual también estará presente en el resto de las entidades federativas. Mientras que el artículo 123, establece el procedimiento que deberán seguir las Procuradurías de Protección para alcanzar la restitución integral de los derechos a través de la emisión de medidas de protección especiales y urgentes.



DANDO ALAS.indd 52 22/04/19 13:47

**10.** Ley General de acceso de las mujeres a una vida libre de violencia. (2007): Artículo 3° Todas las medidas que se deriven de la presente ley, garantizarán la prevención, la atención, la sanción y la erradicación de todos los tipos de violencia contra las mujeres durante su ciclo de vida y para promover su desarrollo integral y su plena participación en todas las esferas de la vida.






DANDO ALAS.indd 53 22/04/19 13:47

## Educar con ternura, un reto que vale la pena[13]

El tema del maltrato hacia niñas y niños se ha venido abordando de manera pública, lo que en cierta medida ha permitido la toma de conciencia de parte de la sociedad sobre la necesidad de cambiar la forma de "educar" a niñas y niños.

En 2017, la Comisión para poner fin a toda forma de violencia contra niñas, niños y adolescentes, (COMPREVNNA), publicó el "Plan de Acción de México", el cual pretende visibilizar, y sensibilizar sobre el impacto que tiene la violencia en la vida de los niños, niñas y adolescentes, asumiendo la importancia de poner fin y erradicar cualquier tipo de violencia como un asunto prioritario y urgente[14].

Diversas investigaciones han permitido documentar que la mayor parte de la violencia (en cualquiera de sus formas) es ejercida sobre las niñas, niños y adolescentes al interior de su familia, vulnerando así su autoestima, por ello es importante reflexionar sobre la opción de poder educar con ternura. La mayoría de nosotros antes de ser madres o padres, posiblemente dijimos o al menos lo pensamos: "Yo no voy a hacerle a mis hijos e hijas lo que me hicieron a mí" o "yo voy a ser mejor padre o madre", pero al final terminamos reproduciendo el mismo modelo.

En la vida aprendemos muchas cosas. Para casi todo hay escuelas, pero no se nos enseña a ser madres y padres, aunque nunca es tarde para aprender.




13. Boletín Conociéndonos, Edición Especial 1997, Nicaragua. Editoras: María Esther Quintana Moreno y Martha María Blandón Gadea.

14. Comisión para poner fin a toda forma de violencia contra niños, niñas y adolescentes. (junio, 2017). Plan de Acción de México de UNICEF. Disponible en: https://www.unicef.org/mexico/spanish/PLAN_ACCION_FINAL.pdf



DANDO ALAS.indd 54 22/04/19 13:47



## El maltrato infantil

El fenómeno del maltrato infantil ha estado presente en distintas culturas y épocas. Generación tras generación, se ha usado a la violencia como "método educativo" y casi siempre se trata de justificarla pretendiendo mostrarla como una forma de demostrar amor a hijas e hijos. Se castiga en nombre de "la moral y las buenas costumbres", o para que "aprendan a comportarse". Si se pregunta a madres y padres por qué le pegan a sus hijas e hijos, una buena parte van a decir "lo hago por su bien".

Esto es reflejo de una concepción equivocada sobre la infancia, marcada por la idea de que hijas e hijos pertenecen a sus madres y padres, como si se tratara de objetos. La Convención sobre los Derechos del Niño promueve una nueva concepción de la infancia al definir a niñas, niños y adolescentes como sujetos sociales y de derechos, es decir, reconoce su condición de ciudadanos con los mismos derechos que las personas adultas.

Hoy por hoy, a pesar del reconocimiento universal de los derechos establecidos en la convención, millones de niñas y niños en el mundo continúan siendo víctimas del maltrato en sus diferentes manifestaciones: físicas, verbales y psicológicas.

## ¿Por qué las personas adultas maltratan a niñas y niños?

La mayoría de las personas aman a sus hijas e hijos. Entonces, ¿por qué los maltratan? Las causas de la violencia son diversas, pero lo determinante es la existencia de relaciones desiguales de poder. En la sociedad actual prevalece la "ley del más fuerte".

En el seno de la familia el principal fundamento de esas relaciones desiguales de poder, es el "adultismo". Se define así a una concepción del mundo, una forma de pensar y actuar basada en la creencia de que las personas adultas son superiores a niñas, niños y adolescentes. En consecuencia, se les niegan sus derechos. En la vida familiar el "adultismo" se manifiesta de diferentes formas:

- Negar a la niña o el niño el derecho a opinar.
- La falta de credibilidad a la palabra de un niño o niña frente a la de una persona adulta.
- Obligar a niñas y niños a aceptar órdenes de los adultos (muchas veces absurdas y arbitrarias), sin oportunidad de cuestionar o expresar su desacuerdo.
- La incapacidad de las personas adultas de escuchar a niñas y niños, de admitir sus errores ante ellos y mucho menos de pedir disculpas.

Cuando una persona está bien plantada en su pedestal de adulto tiene la tendencia a establecer con niñas y niños relaciones muy formales, frías y distantes, pues cree que esa es la forma de "hacernos respetar" y no perder autoridad.



DANDO ALAS.indd 55 22/04/19 13:47

## Aprendiendo nuevas formas de relacionarse

Todas las personas tienen la capacidad de cambiar, lo importante es tener el deseo y la voluntad de hacerlo. Aprender a educar con ternura no debilita la autoridad como padres y madres.

Cuando hacemos uso de la violencia, hacemos que la niña y el niño respondan a nuestras demandas por temor. En cambio educando con ternura promovemos relaciones respetuosas.

Muchos estudios e investigaciones han demostrado los efectos negativos del maltrato para la vida de niñas y niños, y no hace falta citar esos estudios para creerlo, basta con hacer un pequeño recorrido por nuestra memoria y nos vamos a dar cuenta de que sin importar nuestra edad actual, aún cargamos alguna huella del maltrato recibido durante la infancia. Una muestra de ello es que siempre recordamos con más afecto a la gente que nos trató bien que a quienes nos lastimaron.

Cada vez que se golpea, grita y humilla a hijas e hijos, es como si se agregaran ladrillos a un muro de frustraciones, miedos, rabias y resentimientos con el que van a chocar en cada paso de su vida.

## Educar con ternura... difícil, no imposible

Ha sido ampliamente demostrado que así como se aprende la violencia también se puede desaprender. Educar con ternura es aprender una nueva forma de relacionarse con niñas y niños. Sin embargo, esta tarea no es fácil, por ello se necesita:

- Tener el deseo real y auténtico de cambiar.
- Estar consciente de que no será una labor fácil y que requiere de mucha paciencia.
- Perseverancia para continuar aunque los resultados no aparezcan en el tiempo esperado.
- Estar consciente de que los principales cambios deben partir de uno mismo.
- Reconocer que niñas y niños son participantes del cambio y por lo tanto se les debe permitir que expresen sus propias expectativas y necesidades.

## Una forma distinta de ver las cosas

El primer paso es evaluar la relación que se tiene con hijas e hijos. Si se pregunta a las mamás y papás por qué le pegaron o gritaron la última vez a su niña o niño, con seguridad se podría hacer una larga lista de situaciones más o menos conocidas y cotidianas.

La mayoría de las veces no es el comportamiento propiamente dicho lo que altera a las personas al extremo de gritar, regañar o pegar. Por ello, es recomendable hacer una evaluación en otro sentido, es decir, desde la propia conducta.

- Primero se hará una lista de las situaciones o comportamientos por los que en la última semana una madre o padre regañó, gritó o golpeó a su niña o niño.
- Luego se tratará de recordar cuál era su estado de ánimo en esos días. Se trata de recordar si hubo problemas o situaciones en el trabajo, en la calle, con la pareja o con otras personas adultas que le alteraron o lastimaron.



DANDO ALAS.indd 56 22/04/19 13:47



Con seguridad le sorprenderá darse cuenta de que la mayor parte de las veces que una madre o padre regañó, gritó o le pegó a su niña o niño, lo hizo porque tenía mal genio, estaba triste, con presiones económicas o de trabajo.

La próxima vez, antes de gritar, humillar o golpear a un hijo o hija, se recomienda contar hasta diez y tratar de tranquilizarse.

A continuación se han seleccionado algunas situaciones comunes que ocurren con las niñas y niños y por las que se les regaña, grita y a veces hasta se les golpea, para que a partir de ellas se analice el comportamiento de madres y padres y a partir de ahí se propongan nuevas formas de relación:

## Derramó el refresco sobre la ropa.
## Rompió un vaso cuando lavaba los trastes.

Todos los días en los hogares ocurren situaciones como estas que caen en la categoría de accidentes o descuidos que pueden sucederle a todas las personas.

Por ejemplo, ¿cuántas veces a una madre se le ha pasado de sal la comida cuando cocina?, ¿o en vez de poner aceite en el sartén puso vinagre?, ¿y cuándo fue la última vez que rompió un plato o un vaso? O un padre, ¿cuántas veces tiró el café sobre el mantel?, ¿o cuántas veces tratando de arreglar por ejemplo la plancha o el radio, quedó peor de como estaba?

Si a un adulto, con tantos años de entrenamiento, le suceden estas cosas, no debería resultar extraño, y mucho menos causa de molestia, cuando le sucede a niñas y niños.

## Salió a jugar a la calle sin pedir permiso.

Situaciones como esta tienen que ver con la definición de horarios y límites. Este tipo de comportamiento puede modificarse poniendo límites razonables y expresando claramente las expectativas, es decir, lo que cada quien espera. Además, una madre o padre debe asegurarse de contar con argumentos sólidos y razonables para establecer estos límites y prohibiciones.

En vez de decir: "No vas a jugar en la calle porque yo no quiero". Puede decirse: "No debes jugar en la calle porque es peligroso", o "puedes jugar un rato, pero cerca de aquí donde podamos verte".

Debe recordarse que el juego es una fuente importante de socialización y aprendizaje, además de que ayuda a niñas y niños a liberar tensiones. Bajo ninguna circunstancia se debe negar el derecho al juego, en cambio puede usarse como premio, y por ejemplo, permitir más tiempo del acostumbrado.

## No hizo las tareas.

- En el caso de las tareas escolares, habría que tomar en cuenta qué tanto se promueve en la casa y en la escuela el deseo y la necesidad de aprender. Al mismo tiempo, hay que definir algunas reglas:

- Establecer un horario fijo para las tareas. Las madres y los padres deben ser los primeros en respetar este horario.



DANDO ALAS.indd 57 22/04/19 13:47

- Establecer un lugar para hacer las tareas lejos de otros estímulos que distraigan la atención como la televisión, el radio o la presencia de otras personas.

- Dedicar tiempo para ayudar a hijas e hijos a hacer la tarea. Si se tiene dificultad con esto, puede pedirse el apoyo de otras personas.

- Además, es importante estimular y elogiar a niñas y niños por sus esfuerzos. Pueden usarse frases como: "¡Qué bien te quedó la tarea!", "se nota que estás aprendiendo cosas nuevas", etc.

## No quiere lavarse los dientes.
## No se lavó las manos antes de comer.

Estas dos situaciones tienen que ver con la formación de hábitos. Aquí, el ejemplo personal es el punto central. La mejor forma de crear hábitos de higiene es que los adultos lo hagan a la par de niñas y niños, además, es importante que estos hábitos se refuercen en la escuela.

Otro aspecto importante es explicar la importancia que tiene la práctica de estos hábitos para la salud y la belleza. Si se quiere formar un hábito, NO debe decirse: "Anda, lávate las manos". Sino decir y hacer: "Vamos a lavarnos las manos".

## No se quiere ir a dormir.

A cierta hora de la noche las madres pueden estar cansadas por el ajetreo del día y con ganas de quedarse tranquilas durante un rato, ya sea para ver la televisión, o porque les esperan los trastes sucios o mucha ropa para planchar, y la niña o el niño arman un gran berrinche porque no se quieren ir a dormir.

Entonces se puede gritar: "¡Ve y acuéstate!" y la hija o hijo sigue dando vueltas por la casa, o se levanta a cada rato de la cama a pedir que lo acompañen, y luego quiere tomar agua o simplemente quiere ver la televisión. Todas estas cosas alteran a una madre o padre y lo ponen de mal genio.

Para manejar este tipo de situaciones, puede empezarse por tratar de responder las siguientes preguntas: ¿Se ha definido a niñas y niños la hora para irse a dormir?, o en cambio, ¿se establece de manera antojadiza de acuerdo con las necesidades de madres y padres? Unas veces se deja que niñas y niños estén despiertos hasta la medianoche y otras veces se pretende que se duerman a las seis de la tarde. ¿Hay en el cuarto suficiente silencio y tranquilidad? O, en cambio, se pretende que niñas y niños se duerman mientras madres y padres escuchan la radio o platican o ven la televisión a todo volumen.

Muchas veces madres y padres tienen que "batallar" más de una hora para que las niñas y los niños más chiquitos se duerman. Empiezan a llorar o a quejarse de que no tienen sueño, o demandan compañía. Quizá incluso habrán notado que mientras más se desesperan porque sus hijas e hijos no se duermen, se tardan más en lograrlo, lo que ocurre es que les trasladan su propia ansiedad.



DANDO ALAS.indd 58 22/04/19 13:47



**¿Por qué no intentar otra forma?**

- Establecer una hora fija para ir a dormir.
- Acordar con los demás adultos que respeten ese horario.
- Llevar a la niña o niño a la cama media hora antes de la hora fijada, ayudarlo a lavarse los dientes y a ponerse su pijama. La madre o padre puede quedarse un rato jugando o platicando con él o ella, cantándole o contándole cuentos.
- Un rato después se le pedirá que se acomode para dormir mientras se le dan palmaditas en la espalda o se le acaricia la cabeza.
- Cuando la niña o el niño se haya dormido (en la primera fase del sueño) puede hablársele con cariño, y decirle cuánto se le quiere.

Al cabo de unos días las madres y padres observarán que la "batalla" y una hora de enojo se convertirán en una media hora agradable, que tanto sus niñas y niños como ellos disfrutarán. Además, al día siguiente se darán cuenta de que su niña o niño se despertará de buen humor y con mayor disposición para colaborar.

**Ahora se analizarán otro tipo de situaciones:**

## Se descubre que una niña o niño ha mentido. Trajo de la escuela un lápiz que no es suyo.

Hay que prestar atención a este tipo de comportamientos que están relacionados con la formación de valores morales, tan necesarios para el desarrollo de la personalidad.

No basta con decir a niñas y niños que "mentir es malo", hay que mostrar las consecuencias negativas que esta conducta tiene, y sobre todo hay que enseñar con el ejemplo.

Si una niña o niño trae a la casa algo que madres y padres saben que no es suyo, no debe empezarse acusando, gritando y regañando.

- Primero debe preguntarse dónde y cómo obtuvo el objeto.
- Después deben explicarse las consecuencias negativas de tomar lo ajeno.
- Y finalmente asegurarse que la niña o niño devuelva el objeto.

Madres y padres deben ser consecuentes con lo que predican. Con este tipo de situaciones se requiere firmeza. Si se le mandó a devolver el objeto, asegúrese de que el niño o la niña lo cumpla.

Es incorrecto ponerle calificativos a una niña o niño. Lo que debe señalarse es lo negativo de la conducta. En vez de decir: "eres un mentiroso", debe decirse: "acabas de decir una mentira; eso no es correcto", y explicar las consecuencias de esa conducta. Por ejemplo, puede decirse: "cuando mentimos, las demás personas pierden la confianza en nosotros, y aunque después digamos la verdad no nos creerán".



DANDO ALAS.indd 59 22/04/19 13:47

Si ante una conducta inadecuada se usan calificativos destructivos, esto no ayuda a corregir esa conducta; al contrario, lo que produce es que hijas e hijos se formen una imagen negativa de sí mismos y se lastime su autoestima.

Debe tenerse presente siempre que la clave del éxito es:

**Ternura, paciencia, ternura, tolerancia, ternura, respeto y más ternura...**






DANDO ALAS.indd 60 22/04/19 13:47

# Sesión 5. Hasta en las mejores familias

## Desarrollo

### Tarjetas preguntonas

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Se dará la bienvenida y después se pedirá a las y los participantes que formen un círculo.

Se iniciará con el juego del cartero: "Llegó el cartero y trae carta para los que usan lentes". "Llegó el cartero y trae carta para todos los que tienen nariz". "Llegó el cartero y trae…", es decir, completar la frase a partir de observar algunas características que los integrantes del grupo posean (2 minutos).

Se pedirá al grupo que hagan equipos de cuatro personas y se entregará a cada equipo un juego de cuatro tarjetas con preguntas. Se les pedirá que cada participante diga su nombre y comparta en el grupo la respuesta a la pregunta que le tocó (8 minutos).

### Sociedad y maltrato infantil

**Tiempo sugerido:** 45 minutos

Se dividirá al grupo en seis equipos. A cada equipo se le asignará una institución social de los siguientes:

1. Familia
2. Escuela
3. Iglesia
4. Medios masivos comunicación
5. Instituciones públicas
6. Calle

### OBJETIVOS

Reconocer que existe una cultura de la violencia que se filtra en todas las instituciones sociales. Identificar las formas en las que se ejerce el maltrato infantil en diversas instituciones sociales. Generar propuestas viables de transformación de la cultura violenta a favor de una educación con ternura.

### MATERIALES

Ficha de trabajo con juego de 4 tarjetas con preguntas, un juego por grupo de 4 personas

18 hojas para rotafolio



Marcadores de agua de colores obscuros , cinta adhesiva y rollo de papel kraft (o pieza de manta)



Crayolas, marcadores de agua de diversos colores y lápices



Brochas y pintura



### TIEMPO

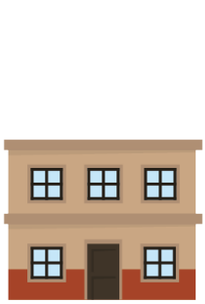
Dos horas






DANDO ALAS.indd 61 22/04/19 13:47

Se entregarán a cada equipo dos hojas de rotafolio y marcadores oscuros. Se pedirá que escriban como título la institución social asignada y que dividan la hoja del rotafolio en dos columnas. En la primera columna escribirán las formas de maltrato y en la segunda, los efectos que producen en las niñas y niños. Las preguntas para cada columna son: ¿Cómo se ejerce el maltrato contra las niñas y los niños en esa institución?, ¿qué tipo de ser humano se forma como resultado? (15 minutos).



ESCUELA



IGLESIA



FAMILIA

Pedir a cada equipo que elija un nombre que lo identifique. En la plenaria, cada equipo se presentará con el nombre que eligió y expondrá brevemente a los demás los resultados de su trabajo (20 minutos).

- Los resultados se resumen destacando los siguientes puntos:
- Vivimos inmersos en una cultura que fomenta y justifica la violencia.
- La violencia está basada en relaciones desiguales, donde unas personas deciden por las demás.
- Niñas y niños, junto con otros grupos en vulnerabilidad, suelen ser blanco de esta violencia de maneras evidentes y también sutiles.
- No consideramos las necesidades y requerimientos de desarrollo de las niñas, niños y adolescentes a la hora de planear el funcionamiento de las instituciones y no tomamos en cuenta su opinión. Se darán ejemplos usando lo expuesto como resultado del trabajo de los equipos.
- Estar inmersos en la violencia nos vuelve ciegos a ella. Por ello, no hay ninguna estructura o institución que no la padezca.
- El hecho de descubrir la violencia no es para sentirnos culpables sino para unirnos a la lucha por construir una sociedad igualitaria, y una cultura de no violencia y de paz, necesarias para la educación con ternura y el desarrollo integral de las niñas y niños como sujetos sociales (10 minutos).



DANDO ALAS.indd 62 22/04/19 13:47

## Contribuyendo a marcar la diferencia

**Tiempo sugerido:** 35 minutos

Se pedirá a cada equipo que se vuelva a reunir para plantear, en lluvia de ideas, sugerencias para la institución o lugar que se le asignó en cuanto a cómo promover la ternura y el buen trato hacia las niñas y niños. Si es necesario, se entregarán más hojas de rotafolio a cada equipo (15 minutos).

Nuevamente, se invitará a que cada equipo presente sus sugerencias frente a todo el grupo en plenaria, cada equipo tiene cuatro minutos para su exposición. 4 minutos por cada equipo (25 minutos).

## Dibujando el mañana

**Tiempo sugerido:** 25 minutos

Se extenderá el rollo de papel kraft y se invitará a las y los participantes a colocarse a su alrededor. Se repartirán las crayolas, pinturas y brochas y se les pedirá que hagan un mural colectivo donde dibujen un mundo donde en cada institución social se trata a las niñas y niños con ternura.

Se exhibirá el producto final y se dará por terminado el taller.



DANDO ALAS.indd 63 22/04/19 13:47

## Ficha de trabajo

Una de mis canciones favoritas es… porque…

Algo que casi nadie sabe de mi…

Una manera en que me cuido es…

En mi familia somos… (número, sexo, parentesco)

Mi comida favorita es…

Mi deporte o pasatiempo favorito es…

Algo que quisiera lograr este año es…

Una persona (o personaje) que admiro y respeto es… porque…



DANDO ALAS.indd 64 22/04/19 13:47

# Sesión 6. Hablando se entiende la gente

## Materiales

- Dos hojas para rotafolio. Una con un listado de sentimientos de malestar. Otra con un listado de sentimientos de bienestar.
- Hoja para rotafolio con el mensaje "Yo" incompleto: "Yo ahora me siento... (identificar sentimiento) debido a... (describir situación que provoca el sentimiento)".
- Hoja para rotafolio dividida en dos columnas con los títulos: "Sentimientos de malestar/ Sentimientos de bienestar".
- Hoja para rotafolio con un ejemplo de manejo de enojo.
- Hoja para rotafolio con tabla en blanco para el manejo de sentimientos de malestar.
- Fotocopias de tabla en blanco para el manejo de sentimientos de malestar. Una por participante.
- Dos o tres hojas para rotafolio extra.
- Marcadores de agua de colores oscuros.
- Cinta adhesiva.

## Desarrollo

### Lo que me gusta de otras/os

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Se dará la bienvenida a las y los participantes y se les pedirá que formen un círculo. Se les dividirá en parejas y se pedirá que se presenten diciendo su nombre y algo que le gusta encontrar en las demás personas.

### ¿Comunicación o lucha por el poder?

**Tiempo sugerido:** 40 minutos

Se pedirá que cada pareja se ponga frente a frente y se tome de la mano. Se les darán las siguientes instrucciones: No deben hablar. Deben mover la mano alternadamente, primero a la izquierda y luego a la derecha. Gana quien haga más movimientos en un minuto (5 minutos).

OBJETIVOS

Proveer una técnica básica de comunicación que promueva la educación con ternura.
Identificar algunas actitudes necesarias para que la comunicación fluya.
Reconocer sentimientos propios que obstaculizan o favorecen la educación con ternura.
Identificar formas adecuadas de manejo de los sentimientos.

MATERIALES

Hoja para rotafolio



Fotocopias de tabla en blanco



Marcadores de agua de colores oscuros



Cinta adhesiva



TIEMPO

Dos horas






DANDO ALAS.indd 65 22/04/19 13:47

Se les invitará a sentarse en un círculo. Se iniciará la reflexión haciendo una de las siguientes preguntas y dando un breve espacio para comentarios entre pregunta y pregunta: ¿Qué pasó aquí?, ¿qué pensaron?, ¿qué sintieron?, ¿cómo se organizaron?, ¿cómo se comunicaron?, ¿cuál fue el resultado y por qué? Los comentarios pueden anotarse brevemente en una hoja para rotafolio (25 minutos).

Se concluirá haciendo un resumen de lo comentado, y se destacarán los siguientes puntos:

- Tenemos la tendencia a competir unos con otros en lugar de asociarnos para lograr un fin común.
- La competencia siempre tiene implícita la lucha por el poder.
- En la comunicación pasa lo mismo, muchas veces no nos interesa lo que el otro tiene que decir, sino convencerlo de lo que creemos.
- Para lograr comunicarnos, necesitamos asociarnos, abandonar nuestras posturas, estar abiertos a la diversidad de ideas y querer ponernos de acuerdo sobre qué hacer o no hacer.
- La comunicación con las hijas e hijos debe ser precedida por estas actitudes, sin importar la edad que tengan. Es necesario escuchar lo que la niña o el niño tiene que decir. Pero también es necesario aprender a escucharnos a nosotros mismos. Hoy trabajaremos una técnica para aprender a escuchar, expresar y manejar adecuadamente nuestros sentimientos. Especialmente, los sentimientos de malestar (10 minutos).

## Yo siento

**Tiempo sugerido:** 25 minutos

Se explicará que la asertividad es la capacidad de expresar los pensamientos, sentimientos, necesidades, deseos y valores personales propios sin ofender ni agredir a las demás personas. Se destacará que en la sesión se aplicará la técnica asertiva de aprender a emitir mensajes "Yo" y se empezará a aplicar para identificar sentimientos (2 minutos).

Se pondrán en un lugar visible para todas y todos las dos hojas para rotafolio con el listado de sentimientos de malestar y de bienestar. También se pegará una hoja con el mensaje "Yo" incompleto: "Yo ahora me siento... (identificar el sentimiento) debido a...". Se pedirá que cada participante construya su mensaje "Yo" de acuerdo con el sentimiento que esté experimentando en el momento de la actividad. Después de unos minutos, se solicitará a algunos participantes que compartan su mensaje con todo el grupo. Al mismo tiempo, el facilitador o facilitadora irá escribiendo, en la hoja dividida en dos columnas, los sentimientos de malestar y bienestar que manifiesten las y los participantes (20 minutos).

Se comentará que identificar los sentimientos que se tienen, y expresarlos, permite que los demás sean sensibles a lo que uno siente, y también ayuda a aceptar los sentimientos propios y a manejar adecuadamente nuestra conducta. Es relativamente fácil expresar de manera adecuada los sentimientos de bienestar, pero es difícil hacerlo con los sentimientos de malestar. Los sentimientos no deben negarse, ni cuestionarse, uno siente lo que siente. Sin embargo, es importante, responsabilizarse de esos sentimientos así como de la conducta propia (3 minutos).



DANDO ALAS.indd 66 22/04/19 13:47

## Sentimientos de malestar ¿Y qué hago ahora que los tengo?

**Tiempo sugerido:** 35 minutos

Se colocará la hoja para rotafolio con el ejemplo de la tabla para el manejo del enojo (Ficha de trabajo) y se explicará brevemente. Se repartirán las fotocopias de la tabla en blanco para el manejo de sentimientos. Se explicará que, durante 10 minutos, cada persona trabajará individualmente llenando su propia tabla. Cada persona elegirá sólo un sentimiento de malestar para trabajar en él (10 minutos).

Luego, se pedirá que cada participante coloque su tabla en un lugar visible de una pared y se invitará a que todos y todas vean las tablas y tomen por lo menos tres ideas que les sirvan para el manejo adecuado de sus sentimientos. En equipos de tres personas, se invitará a que cada persona comparta qué es lo que va a hacer en lugar de la conducta inadecuada que ha utilizado hasta ahora para expresar su sentimiento de malestar (20 minutos).

Mientras las y los participantes comparten sus ideas, el facilitador o facilitadora anotará, a manera de resumen, en la hoja para rotafolio (con la tabla en blanco para el manejo de sentimientos de malestar), todas las contribuciones útiles expresadas en sus tablas individuales.

Este resumen se expondrá frente a todo el grupo y se concluirá esta parte explicando que las niñas y niños también necesitan aprender formas adecuadas de expresar y manejar sus sentimientos y que si madres y padres las practican, además de explicárselas, será más fácil que las aprendan (5 minutos).

## Caja de herramientas

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Se abrirá un espacio para que algunas personas compartan qué utilidad le vieron a lo aprendido en la sesión (6 minutos). Luego se comentará lo que dijo Virginia Satir en relación a que se necesitan cuatro abrazos diarios para sobrevivir, ocho para mantenerse en forma y 12 para crecer y desarrollarse. Se invitará a todas las personas a obtener, con las personas presentes, la cuota necesaria de abrazos para ese día y se anunciará el cierre del taller (4 minutos).





DANDO ALAS.indd 67 22/04/19 13:47

## Ficha de trabajo

### Sentimientos de malestar

- Soledad
- Depresión
- Ansiedad
- Frustración
- Fracaso
- Rechazo
- Resentimiento
- Desánimo
- Tristeza
- Enojo
- Tensión
- Vergüenza
- Indignación
- Incapacidad
- Impotencia
- Temor
- Autodestrucción
- Desvalorización

### Sentimientos de bienestar

- Satisfacción
- Alegría
- Pertenencia
- Capacidad
- Libertad
- Valor
- Valoración propia
- Confianza
- Seguridad
- Respeto
- En paz
- Buen ánimo
- Logro
- Gratitud
- Orgullo



DANDO ALAS.indd 68 22/04/19 13:47



## Ficha de trabajo

### Manejo de sentimientos de malestar

| | Cómo lo expreso | | |
|---|---|---|---|
| Sentimiento de malestar | Inadecuadamente | Adecuadamente | Nuevas opciones de expresión adecuada |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |



DANDO ALAS.indd 69 22/04/19 13:47

## Ficha de trabajo

### Ejemplo de manejo de sentimientos

| | Cómo lo expreso | | |
|---|---|---|---|
| **Sentimiento de malestar** | **Inadecuadamente** | **Adecuadamente** | **Nuevas opciones de expresión adecuada** |
| Enojo | • Dar golpes a personas<br>• Aventar o romper muebles<br>• Insultar, agredir verbalmente<br>• Empujar o jalonear a alguien<br>• Gritarle a otros/as | • Expresar el enojo en mensaje "yo" y describir qué circunstancia o hecho lo hizo surgir.<br>• Liberar la energía realizando un trabajo pesado.<br>• Gritar o hacer deporte para liberar energía.<br>• Golpear una pera de boxeo.<br>• Oír uno o varios puntos de vista distintos. | • Voy a escribir una carta expresando lo que me pasa<br>• Y dárselas a leer.<br>• Voy a ir a correr al parque cercano antes de hablar del asunto.<br>• Voy a limpiar esas partes de la estufa con cochambre.<br>• Escuchar lo que ella/él tiene que decir. |
| | | | |
| | | | |
| | | | |



DANDO ALAS.indd 70 22/04/19 13:47

# Sesión 7. Cambiando la manera de pensar y de mirar

## Materiales

- Hoja para rotafolio con mensaje "Yo" incompleto: "Yo creo... (identificar lo que pienso, creencias, percepciones)"
- Hoja para rotafolio dividida en dos columnas. Creencias sobre mí como padre/ Creencias sobre mí como madre
- Hoja para rotafolio dividida en dos columnas. Creencias con respecto a hijas/ Creencias con respecto a hijos
- 4 o 5 hojas para rotafolio extra
- Marcadores de agua
- Reproductor de CD
- CD con música relajante
- Fotocopias de hoja para "Decoración y redecoración", una por participante
- Lápices o bolígrafos, uno por participante
- Cinta adhesiva

## Desarrollo

### Refranes y valores personales

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Se dará la bienvenida y se pedirá a las y los participantes que reunidos en parejas compartan entre sí un refrán que les gusta y que expliquen por qué.

### OBJETIVOS

Practicar una técnica básica de comunicación que favorezca el autoconocimiento y la educación con ternura.
Identificar las creencias propias que obstaculizan o favorecen la educación con ternura.
Fortalecer las creencias que propician la educación con ternura.
Aprender a distinguir las características positivas en niñas, niños y adolescentes.

### MATERIALES

Reproductor de CD
CD con música relajante
Hoja para rotafolio y cinta adhesiva



Marcadores de agua y lápices o bolígrafos



### TIEMPO

Dos horas






DANDO ALAS.indd 71 22/04/19 13:47

## Yo creo

**Tiempo sugerido:** 45 minutos

Se explicará lo siguiente: "Ahora trabajaremos identificando pensamientos o creencias con respecto a nosotras/os mismas/os como madres y padres y también con respecto a nuestras hijas e hijos". Se pondrá en un lugar visible para todas y todos la hoja con el mensaje "Yo" incompleto: "Yo creo que... (identificar lo que pienso, creencias, percepciones)". Se pedirá que cada persona construya dos mensajes "Yo", uno relacionado con lo que cree de sí mismo/a como madre o padre, y otro con lo que cree de su hija o hijo (10 minutos).

Después, se solicitará que algunas personas compartan su mensaje "Yo" con los demás mientras el facilitador o facilitadora va escribiendo en la hoja para rotafolio dividida en columna, las creencias o percepciones que manifiesten como padre o madre y en otra, las percepciones sobre sus hijas e hijos (15 minutos).




Después, se solicitará que algunas personas compartan su mensaje "Yo" con los demás mientras el facilitador o facilitadora va escribiendo en la hoja para rotafolio dividida en columna, las creencias o percepciones que manifiesten como padre o madre y en otra, las percepciones sobre sus hijas e hijos (15 minutos).

## Colgando cuadros

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se explicará que seguramente todas y todos hemos sido objeto de etiquetas por nuestros padres, hermanos, familiares, compañeros de escuela o maestros. Nos ponían apodos o nos repetían frases o características negativas cuando éramos niños. Por ejemplo: "No sirves para nada", "rebelde", "peleonero", "desordenada", "gordo", "flaco". Se pondrá música relajante a bajo volumen y se invitará a las y los participantes a cerrar los ojos; se les pedirá que respiren profundamente y que cuenten lentamente hasta 10 y exhalen el aire lentamente mientras relajan su cuerpo. Luego, se les pedirá que recuerden cuando eran niñas y niños y piensen en un apodo, frase o característica negativa que les repetían. Finalmente se les invitará a abrir los ojos lentamente (10 minutos).



DANDO ALAS.indd 72 22/04/19 13:47



Se repartirán las hojas de "Decoración y redecoración" y se pedirá que escriban en la hoja esa característica, frase o apodo. Luego, escribirán al lado una lista de lo que ese apodo o etiqueta representó para ellas o ellos cuando eran niñas y niños (10 minutos).

Después, se les pedirá que elijan a uno de sus hijas o hijos, con quien tengan más dificultades para relacionarse, y que escriban en la parte correspondiente de la hoja, una o dos características, frases negativas o apodos que le dicen a esta hija o hijo. Y lo que representa para el padre o madre (10 minutos).

## Redecorando la casa

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

Se explicará que las palabras tienen su propia magia para convertir una creencia en un hecho; si se piensa que un hijo es rebelde, lo será; sin embargo, a través de las palabras también podemos transmitir creencias positivas que refuercen la imagen y el desarrollo de madres y padres y de sus hijas e hijos. Se comentará que en las "paredes" del hogar había colgados cuadros (etiquetas, frase, apodos, prejuicios) que no le añaden belleza, y que es tiempo de redecorar la casa. Cada etiqueta o frase negativa guarda dentro de ella una o varias capacidades o características positivas de la persona. El ejercicio que se hará es descubrir esos aspectos positivos. Por ejemplo: Una persona "rebelde" es una persona con iniciativa, valiente, con ideas propias; una persona "lenta" es una persona minuciosa, interesada en los detalles. Si se descubren las capacidades y potencialidades, de cada uno es posible trabajar para canalizarlas y ejercitarlas (5 minutos).

Se pedirá que cada participante complete la última columna de la hoja en que se pide "redecorar", es decir, descubrir las capacidades y características positivas ocultas en la frase, apodo o característica negativa (10 minutos).

Se invitará a dos o tres personas a compartir su lista con los demás (5 minutos).

## En una palabra

**Tiempo sugerido:** 10 minutos



DANDO ALAS.indd 73 22/04/19 13:47

Se invitará a cada persona a pensar en una palabra que resuma lo que aprendió en la sesión. Se pedirá que, por turnos, cada uno comparta esa palabra con los demás y después se dará por terminado el taller.

## Ficha de trabajo

### Decoración y redecoración

| Etiqueta | Significados | Redecoración |
|---|---|---|
| Yo: | | |
| | | |
| | | |
| Mi hija/o | | |
| | | |
| | | |



DANDO ALAS.indd 74 22/04/19 13:47

# Sesión 8. Identificar y satisfacer las necesidades propias

## Desarrollo

### Para romper el hielo

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Se dará la bienvenida a las y los participantes y se dividirá al grupo en parejas. Se pedirá que cada uno se presente al otro con su nombre y diciendo algo que han querido hacer por mucho tiempo pero no han hecho (10 minutos).

### La rueda de necesidades

**Tiempo sugerido:** 40 minutos

Se distribuirá la hoja con la rueda de necesidades y se pedirá a cada persona que reflexione sobre cómo está cubriendo cada tipo de necesidades.

- **Físicas:** Alimento, ejercicio, revisiones médicas, sueño, etc.
- **Emocionales:** Recibir afecto, dar afecto; recibir reconocimiento por lo que hace; sentirse satisfecha/o, sentirse realizada/o, manejar adecuadamente sus sentimientos de malestar, etc.
- **Intelectuales:** Lectura, adquisición de nuevos conocimientos por diversos medios, etc.
- **Sociales:** Amigas, amigos, servicio o actividades para el bien común, etc.
- **Sexuales:** Lo sexual es más que lo genital. Expresión, ejercicio de la sexualidad por sí misma y en pareja.
- **Artísticas/Estéticas:** Música, pintura, cine, teatro, baile, arreglo personal, etc.
- **Espirituales:** Meditación, oración, retiros, iglesia, etc (15 minutos).

Posteriormente se promoverá la reflexión a partir de la siguiente pregunta detonadora: ¿Cuánto de su tiempo dedica a cada tipo de necesidad? (10 minutos).

### OBJETIVOS

Conocer una técnica básica de comunicación que promueva la educación con ternura.
Reconocer y aprender a expresar necesidades propias.
Darse cuenta que cada quien está a cargo de su vida, por tanto, debe tomar iniciativa para la satisfacción de sus necesidades.

### MATERIALES

Hoja para rotafolio con mensaje "Yo", en este momento de mi vida, necesito... (identificar necesidad y completer frase)

Fotocopias con la "rueda de necesidades", una por participante

Fotocopias de tabla de plan de acción, una por participante

Hojas blancas



Cinta adhesiva y lápices o bolígrafo, uno por participante



### TIEMPO

Dos horas






DANDO ALAS.indd 75 22/04/19 13:47

Se invitará a que algunas personas compartan su rueda de necesidades y qué descubrieron en ella (10 minutos).Y finalmente cada persona elegirá una necesidad que no está cubriendo y sobre la cuál desea trabajar (5 minutos).

## Yo necesito

**Tiempo sugerido:** 60 minutos

Se colocará en un lugar visible la hoja para rotafolio con el siguiente mensaje "Yo" incompleto: "Yo, en este momento de mi vida necesito... (identificar necesidad)". Se explicará que se volverá a usar la técnica asertiva de mensajes "Yo" para expresar las necesidades de cada quien. A manera de lluvia de ideas las y los participantes que lo deseen pueden compartir sus necesidades. Después de recoger las necesidades de los participantes, se reforzará brevemente el ejercicio apoyándose en el siguiente texto: ¡Aunque usted no lo crea! ¡Las madres y los padres también tienen necesidades! Muchas veces, el no atenderlas produce sentimientos de frustración y de enojo (u otro tipo de malestar, como el físico) que descargamos, de maneras violentas, en las hijas e hijos o el cónyuge. Identificar nuestras necesidades y tomar las medidas para atenderlas por uno/a mismo/a y con la ayuda de otras personas adultas o instituciones, nos permite albergar sentimientos de bienestar que se traducen en relaciones más equitativas y promotoras de ternura con nuestras hijas e hijos y nuestro cónyuge. No podemos esperar que otras y otros satisfagan nuestras necesidades. Como personas adultas, tenemos la capacidad para dar los pasos necesarios para satisfacerlas y pedir el apoyo de quien lo necesitemos (5 minutos).

Se pedirá que cada participante elabore el mensaje,"yo", en este momento de mi vida necesito…", expresando una necesidad importante (la que determinó en el ejercicio anterior) que tiene en esta etapa de su vida (5 minutos).

Se dará un tiempo para que las y los participantes que así lo deseen compartan en voz alta el mensaje "Yo" que estructuraron. En una hoja para rotafolio dividida en dos columnas se anotarán las necesidades expresadas tanto por las mujeres como por los hombres (15 minutos).

Luego, se hará una breve referencia a las necesidades que tienen en común hombres y mujeres, si las hay.Y brevemente se revisarán las diferentes necesidades desde el enfoque de la construcción de género apoyándose en el siguiente texto para generar la reflexión sobre las necesidades: La televisión, las revistas y otros medios de comunicación, envían mensajes donde se ubica siempre a la mujeres con necesidades como, comprar ropa, tener un auto para llevar a las y los hijos, cuidar y educar a las hijas e hijos, hacer una comida o cena muy elaborada, siempre estar cuidando su aspecto físico, etc. sin embargo no siempre estás son las necesidades que nosotras y nosotros poseemos. A este tipo de necesidades las podemos nombrar ficticias, es decir, que no están relacionadas a las necesidades reales, y que tienen como fin generar en las personas el deseo de consumir ciertos productos, a pesar de no ser lo que quieren o pueden adquirir. Por ello es importante considerar que todas las personas tienen necesidades diferentes, sean hombres o mujeres, algunas pueden ser similares, ya que tienen que ver con el desarrollo humano. Es importante identificar nuestras necesidades y no dejarnos guiar por las necesidades ficticias que sugieren los medios de comunicación.

**Recuerda que nadie más que nosotros mismo sabremos que necesitamos para sentirnos felices (10 minutos).**

Se invitará a que cada persona haga un plan para satisfacer la necesidad que tiene, usando la tabla correspondiente. Se darán ejemplos de "medidas": "Me haré el Papanicolau cada año", "iré al cine, una vez al mes". Mantenerse disponible para ayudar a cada persona si tiene alguna duda o dificultad (15 minutos).



DANDO ALAS.indd 76 22/04/19 13:47



Se pedirá a una persona que comparta brevemente su plan con los demás. Aclarar o enfatizar lo que sea importante (10 minutos).

## El equipaje y un abrazo colectivo

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Se pedirá que las y los participantes imaginen que se van de viaje para satisfacer una necesidad. Se invitará a cada persona a que piense cuál es el equipaje que empacó en la sesión del taller que le servirá para el viaje. Se dará tiempo para que algunas personas (dos o tres) compartan su "equipaje". Después se les invitará a que se tomen de las manos en un círculo. Se dará la instrucción de que den un pequeño paso hacia atrás y luego, levantando las manos hacia arriba, den dos pasos grandes hacia el frente y extiendan los brazos a los lados para abrazar a quienes tienen cerca. Después de unos segundos, agradecer por la participación y dar por terminado el taller.



DANDO ALAS.indd 77 22/04/19 13:47

## Ficha de trabajo

### Plan de acción

| Necesidad | Pasos para satisfacerla | Medida[15] | Apoyos requeridos[16] | Fechas límite |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

15. Tiempo dedicado, cantidad, número, periodo, tipo. Por ejemplo, tipo de comida y en qué horario.

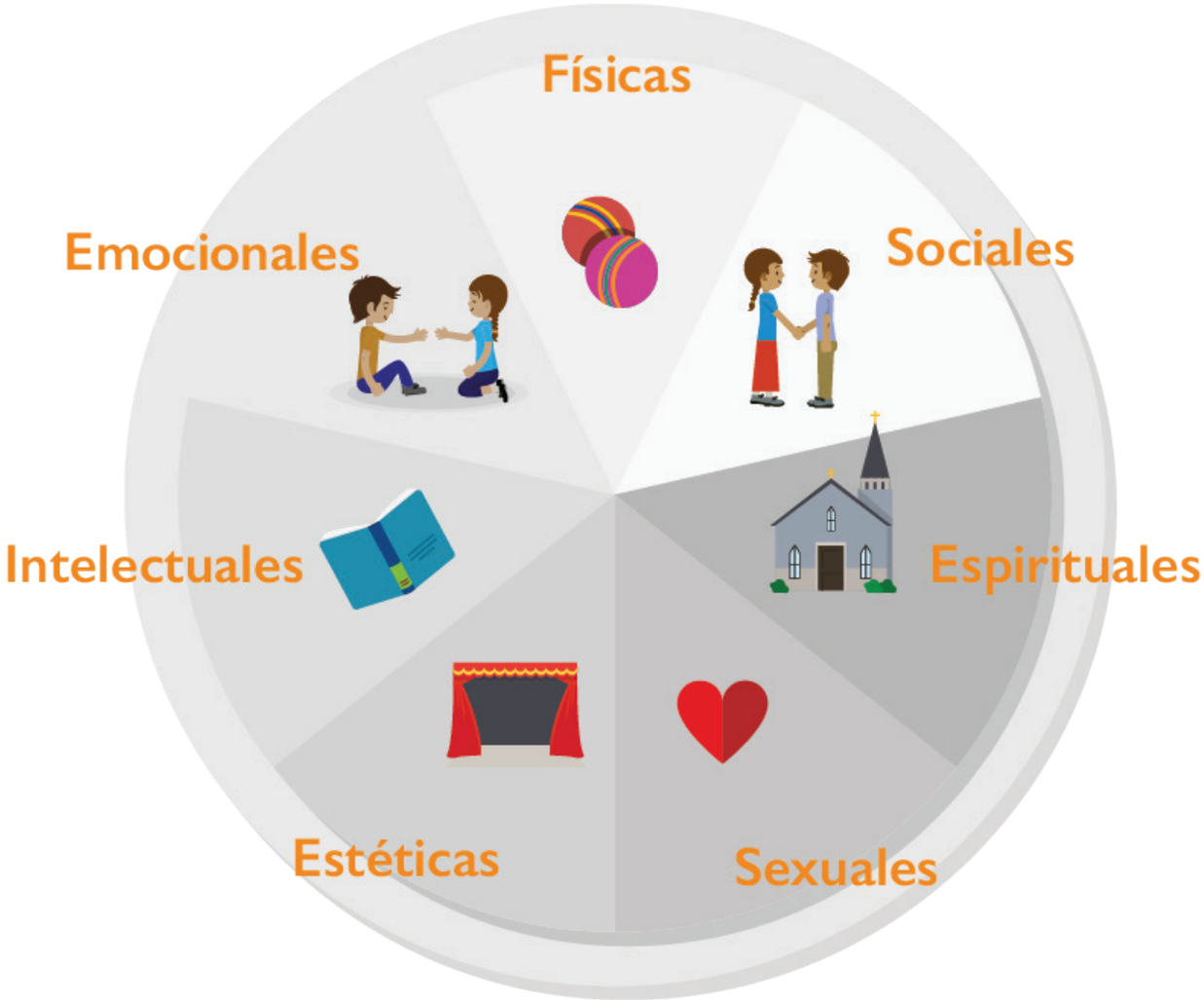
16. De familiares, personas ajenas, instituciones para que tengas el tiempo libre o para satisfacer la necesidad.



DANDO ALAS.indd 78 22/04/19 13:47

## Ficha de trabajo

### Rueda de las necesidades






DANDO ALAS.indd 79 22/04/19 13:47

# Sesión 9. Paternidad afectiva

OBJETIVOS

Reflexionar sobre las necesidades de hijas e hijos tomando en cuenta la edad y características específicas de cada quien.
Tomar conciencia de los valores, conductas y actitudes que actualmente se practican en su familia, y a partir de ellas, identificar qué les gustaría cambiar para mejorar su paternidad.
Reflexionar acerca de lo que se considera como cuidados, responsabilidad y sobreprotección de las hijas e hijos.

MATERIALES

Reproductor de CD
CD con música infantil o juvenil
Plastilina
Hojas blancas, hojas para rotafolio y lápiz o pluma por participante



Globos, agua y toallas
Marcadores de agua de colores o crayolas



TIEMPO

Dos horas diez minutos



## Desarrollo

### Modelando a mi hija o mi hijo

**Tiempo sugerido:** Una hora

Se pondrá la música a un volumen que permita que se escuche la voz del facilitador o facilitadora. Se repartirá plastilina a las y los participantes y se darán las siguientes instrucciones: "La plastilina es para que modelen a sus hijas o hijos. Si es posible, hagan una figura por cada uno de ellos o ellas".

Mientras las y los participantes trabajan con la plastilina, se les pedirá que hagan una reflexión individual, sin hablar, a partir de las siguientes preguntas: ¿Cómo se llama cada una de mis hijas e hijos?, ¿qué edad tienen?, ¿cómo son físicamente?, ¿cómo son en su forma de ser y actuar?, ¿tiene alguna característica especial que la o lo diferencie de mis otras hijas e hijos?, ¿cuáles son las necesidades que tiene cada una o uno? Debe considerarse cualquier tipo de necesidad. Todas las que se les ocurran (10 minutos).

Concluido el tiempo, se apagará la música y se pedirá a las y los participantes que se coloquen de forma que todas y todos puedan verse a la cara. Entonces se pedirá que compartan con todo el grupo en plenaria, de forma voluntaria, su respuesta a la siguiente pregunta: ¿Qué necesidades se les vinieron a la mente mientras modelaban a sus hijas e hijos? Durante la intervención de las y los participantes se anotará, en una hoja de rotafolio, una lista de las necesidades que se mencionen, sin excluir ninguna (15 minutos).

Una vez agotadas las propuestas, se les indicará que sigan viendo lo que está anotado en la hoja y después se les pedirá que reflexionen de manera individual y en silencio con las siguientes preguntas: Si fueras niña o niño, ¿qué necesitarías de tu papá?, ¿qué hubieras querido que tu papá hiciera por ti?, ¿qué necesidades sientes que fueron satisfechas?, ¿cuáles no fueron satisfechas, pero te hubiera gustado que se atendieran?, ¿qué descubres? Tómate un momento para darte cuenta (5 minutos).

Se indicará a las y los participantes que, de la lista de necesidades, escojan las tres que les resulten más importantes y las anoten en una hoja. Pueden elegir cualquiera, sin importar quien la haya propuesto. Se les pedirá que reflexionen con respecto a las siguientes preguntas: ¿Qué he hecho para responder a esas tres necesidades de mis hijos e hijas?, ¿qué tan a menudo tomo en cuenta estas necesidades en la relación con ellas y ellos? Se les pedirá que anoten estas reflexiones, todo lo que se les ocurra en relación a cómo responden a cada una de las tres necesidades que eligieron, empezando siempre con el pronombre yo.



DANDO ALAS.indd 80 22/04/19 13:47

Ejemplo: "Para responder a la necesidad de apoyo de mis hijos o hijas, Yo procuro platicar con ellos y ellas sobre sus problemas en la escuela. Dedico una hora al día para hacer con ellas y ellos sus tareas, les llevo a la escuela todas las mañanas, les llevo y voy por ellos cuando tienen una reunión o trabajo de equipo en casa de un amigo…" (15 minutos).

Se les pedirá que reflexionen en silencio sobre cómo se sienten en el momento presente. Después de dos o tres minutos, se les pedirá que elijan una pareja, busquen un lugar donde puedan colocarse frente a frente y decidan quien es A y quien es B. Entonces se explicará que a la señal de inicio, A compartirá con B lo que reflexionó, mientras B solamente escuchará en silencio. A la señal de cambio, B compartirá y A escuchará con atención y en silencio. A la señal de alto, ambos participantes guardarán silencio (10 minutos).

Se les pedirá que se mantengan en silencio y reflexionen sobre lo siguiente: ¿Cómo me siento?, ¿qué pasó durante todo el ejercicio?, ¿de qué me di cuenta?

Para finalizar, se pedirá que vuelvan a colocarse de manera que todos puedan verse a las caras. Se cerrará el ejercicio pidiéndoles que compartan de forma voluntaria con todo el grupo sus respuestas a las últimas tres preguntas (5 minutos).



## Los globos

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se pedirá a las y los participantes que formen parejas. Se les entregará un globo lleno de agua a cada una[17] y se les dará la instrucción para que se coloquen frente a frente a una distancia corta (medio metro) y que empiecen a lanzarse el globo entre sí, mientras poco a poco se van alejando, de modo que cada vez sea más difícil lanzar y atrapar el globo. Es probable que algunos globos se rompan y las personas se mojen, en este caso, se les ofrecerán toallas para secarse.

17. Pueden usar bolitas de unicel dentro del globo para no desperdiciar agua.



DANDO ALAS.indd 81 22/04/19 13:47

A la pareja que se le caiga o rompa el globo, se le indicará que intente de nuevo, y trate de encontrar la distancia más larga en la que ambos integrantes puedan lanzar y atrapar el globo sin que se caiga o se rompa otra vez (15 minutos).

Después, se pedirá a las y los participantes que se sienten de forma que puedan verse a las caras. El facilitador o facilitadora dirigirá la reflexión con todo el grupo en plenaria alrededor de las siguientes preguntas: ¿Qué les pasó durante el ejercicio?, ¿fue sencillo irse alejando poco a poco?, ¿qué sintieron cada vez que se alejaban?, ¿qué pasó cuando la distancia fue demasiada?, ¿qué sintieron cuando el globo se cayó o se rompió?, ¿fue fácil encontrar la distancia adecuada para evitar que se rompiera el globo? Suponiendo que el globo fuera una de nuestras hijas o hijos, ¿cómo podríamos relacionar este ejercicio con la diferencia entre cuidarlos y sobreprotegerlos? Si cuidar y sobreproteger no es lo mismo, entonces, ¿cuál es la responsabilidad de un padre en la relación con sus hijas e hijos? ¿Qué nos podría ayudar para encontrar el punto medio entre el cuidado que me corresponde brindar como papá, sin sobreproteger a mis hijas e hijos? (15 minutos).

## Mi casa

**Tiempo sugerido:** 40 minutos

Se entregará a cada participante una hoja de rotafolio y plumones y se les pedirá que en la hoja dibujen la silueta de una casa, con la forma que deseen. El tamaño de la casa debe ser suficiente para poder escribir palabras o frases cortas dentro y fuera de la silueta.

Cuando terminen la silueta, se les explicará que dentro de la casa deben anotar, con frases cortas o palabras, las conductas, actitudes y valores que actualmente practican con su familia, y fuera de la silueta, aquellas conductas, actitudes y valores que evitan practicar y transmitir.

Después, se les pedirá que en el reverso de la hoja de rotafolio dibujen la silueta de otra casa, puede ser de la misma forma u otra diferente, y que revisen lo que registraron en la primera silueta e identifiquen qué cosas de las que quedaron dentro de esa casa les gustaría cambiar en un futuro cercano (de dos y cinco años).

Una vez hecha la reflexión, se les explicará que dentro de la nueva silueta deben anotar, con frases cortas o palabras, las conductas, actitudes y valores que quieren practicar en el futuro cercano, y que anoten fuera las cosas que ahora practican pero que para entonces intentan cambiar o dejar fuera de su convivencia familiar.

Cuando hayan terminado, se les pedirá que guarden su silueta y que se la lleven a casa, para que, quien así lo decida, pueda revisar qué tanto alcanzó sus propósitos en el tiempo que se planteó.



DANDO ALAS.indd 82 22/04/19 13:47

# Sesión 10. Actividades y género

## Desarrollo

### Un día de mi vida

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se entregará a cada participante una hoja con un horario de actividades y se les explicará que frente a cada una de las horas precisen y definan qué actividades o tareas realizan en un día común entre semana. Cuando hayan terminado, se les pedirá que en la columna correspondiente de la hoja, anoten las actividades o tareas que su pareja, u otra persona del sexo opuesto, hace durante ese mismo día tipo.




OBJETIVOS

Identificar la forma en que se dividen las actividades y responsabilidades entre las mujeres y los hombres de las familias de las y los participantes

Reflexionar sobre las razones y creencias que están detrás de la división del trabajo por cuestiones de género

Reflexionar sobre las ventajas y desventajas que esta división tiene para las mujeres y los hombres

MATERIALES

Hojas de papel y hojas para rotafolio



Fotocopias de hoja con horario de actividades

Lápices o plumas, una por participante, marcadores de colores y cinta adhesiva



TIEMPO

Dos horas






DANDO ALAS.indd 83 22/04/19 13:47

## La diferencia está en la diferencia

**Tiempo sugerido:** Una hora 30 minutos

Se invitará a las y los participantes a formar equipos de cuatro a seis personas, para que compartan sus ejercicios individuales e identifiquen las semejanzas y diferencias. Después harán una clasificación de las tareas y roles que desempeñan las mujeres y las que desempeñan los hombres (20 minutos).

Luego, se les pedirá que reflexionen con las siguientes preguntas: Estas diferencias, ¿son escogidas o asignadas?, ¿a qué se deben las diferencias? (15 minutos).

Después de la reflexión, cada equipo anotará una síntesis de lo trabajado en una hoja de rotafolio y preparará una pequeña dramatización para representar una situación donde se evidencien las diferencias que se detectaron (15 minutos).

Se les pedirá que formen un círculo para realizar la plenaria, durante la cual cada equipo presentará su dramatización y compartirá su síntesis. Después de la intervención de cada equipo, se dará un tiempo para compartir comentarios y hacer preguntas (40 minutos).



DANDO ALAS.indd 84 22/04/19 13:47



## Ficha de trabajo

### Horario de actividades

| Hora | Actividades o tareas hombre | Actividades o tareas mujer |
|---|---|---|
| 1:00 am | | |
| 2:00 am | | |
| 3:00 am | | |
| 4:00 am | | |
| 5:00 am | | |
| 6:00 am | | |
| 7:00 am | | |
| 8:00 am | | |
| 9:00 am | | |
| 10:00 am | | |
| 11:00 am | | |
| 12:00 am | | |
| 1:00 pm | | |
| 2:00 pm | | |
| 3:00 pm | | |
| 4:00 pm | | |
| 5:00 pm | | |
| 6:00 pm | | |
| 7:00 pm | | |
| 8:00 pm | | |
| 9:00 pm | | |
| 10:00 pm | | |
| 11:00 pm | | |
| 12:00 am | | |



DANDO ALAS.indd 85 22/04/19 13:47

# Sesión 11. Educación y género

OBJETIVOS

Comprender el significado del concepto: roles de género.
Identificar las ventajas y desventajas que esta diferenciación tiene en la vida de mujeres y hombres.
Identificar los mensajes sobre los roles de género que transmiten los diferentes canales de socialización.
Identificar los mecanismos a través de los cuales cada persona aprende los roles que se le asignan según su sexo.

MATERIALES

Hojas de rotafolio y marcadores



Grabadora

CD con música instrumental y suave.

Copia del cuento "Un mundo al revés

Tijeras, revistas y pegamento



TIEMPO

Dos horas 10 minutos




## Desarrollo

### Cualidades y atributos de género

**Tiempo sugerido:** Una hora 15 minutos

Se pedirá a las y los participantes que se distribuyan en el espacio de forma que sea posible ver las caras de todas y todos (la distribución más adecuada es un círculo). Se explicará que se dará lectura a una historia y que es muy importante que pongan atención, porque a partir de esta lectura se realizará un ejercicio de reflexión. Se pondrá la música a un volumen bajo que permita generar un ambiente agradable pero sin impedir que se escuche la narración. Sin mencionar el título iniciar la lectura del cuento "El mundo al revés (5 minutos).

Al concluir la lectura, se solicitará a las y los participantes que formen equipos de tres a cinco personas, para que cada uno reflexione con base en las siguientes preguntas: ¿Cuáles son los atributos y cualidades que tienen los hombres y las mujeres del cuento?, ¿para ti cuáles son los atributos y cualidades que deberían tener las mujeres y cuáles los hombres?, ¿cuáles son las actitudes más frecuentes del hombre y la mujer en una relación de pareja? Se pedirá que cada equipo registre en una hoja de rotafolio las conclusiones a las que lleguen en cada pregunta (15 minutos).

En plenaria, se le pedirá a un representante de cada equipo que presente el resultado del trabajo en grupos. Al final de cada exposición se preguntará si no hay comentarios o preguntas sobre lo expuesto por el equipo. Una vez que todos los equipos hayan expuesto, se guiará la reflexión con todo el grupo en torno a las siguientes preguntas: ¿Qué coincidencias encuentran en lo expuesto por cada equipo? ¿A qué atribuyen que existan estas coincidencias? ¿Estos atributos o cualidades son naturales en hombres y mujeres o son asignados por la sociedad? ¿Qué ventajas y desventajas tiene esta división para hombres y mujeres? ¿Estos atributos o cualidades pueden ser diferentes? (15 minutos).

Una vez agotada la reflexión, se explicará que en las diferentes comunidades es muy común que se asignen características, atributos y tareas específicas a hombres y a mujeres, a esto se le llama estereotipos de género o modelos a cumplir según su sexo. Agregar que el cuento de "El mundo al revés" nos ayuda a identificar algunos estereotipos de género, pero que también es posible encontrarlos en leyendas, cuentos populares, dichos, canciones, refranes, novelas, telenovelas, películas, anuncios comerciales, etc. Mencionar que estos estereotipos no son fijos, sino que pueden variar de una comunidad a otra o a lo largo de la historia de una misma comunidad (10 minutos).

Se pedirá a las y los participantes que mencionen las cualidades o características del estereotipo del hombre de su comunidad que puedan identificar a partir de algún producto cultural (canción, cuento, leyenda, etc.). Anotarán en una hoja de rotafolio las características que mencionen.



DANDO ALAS.indd 86 22/04/19 13:47

Ejemplo: Fuerte, sin miedo, agresivo... Después se hará la misma actividad, pero ahora describiendo el estereotipo de la mujer. Ejemplo: Delgada, amable, protectora... (10 minutos).

Después, se dará la instrucción para que las y los participantes mencionen las característica estereotipadas que la sociedad exige que se cumplan en la relación entre hombres y mujeres. Por ejemplo:

- El hombre trabaja fuera y la mujer se encarga de las tareas del hogar.
- Si los dos trabajan fuera, él debe ganar más que ella.
- El hombre es el único responsable de llevar dinero a la casa.
- A él se le disculpa que sea infiel porque es hombre, pero ella no puede ni siquiera sentirse atraída por otra persona que no sea su esposo (10 minutos).

Para concluir, hacer una reflexión final en plenaria con las siguientes preguntas: ¿Podemos crear otro modelo de ser personas sin esos estereotipos?

Qué podemos hacer para lograrlo? (10 minutos)



## Canales de socialización de género

**Tiempo sugerido:** 45 minutos

**Iniciar preguntando a las y los participantes:**

¿Qué usan las personas para comunicar sus ideas, sentimientos y emociones?

¿Cuáles son las distintas formas en que los seres humanos se comunican?

Anotar en una hoja de rotafolio las distintas respuestas de los participantes (10 minutos).



DANDO ALAS.indd 87 22/04/19 13:47

Se comentará que las distintas formas de expresión como las palabras, los gestos, las imágenes, las posturas, etc., sirven para satisfacer distintas necesidades, ya sea de cercanía, de apoyo, de información, etc. (5 minutos).

Después, para poder profundizar en el tema, se les pedirá que formen cinco equipos. Si el grupo no es numeroso, puede trabajarse por parejas o individualmente. A cada uno se le asignará un emisor a través del cual las personas reciben mensajes sobre género:

- ➔Equipo 1: Familia
- ➔Equipo 2: Religión
- ➔Equipo 3: Escuela
- ➔Equipo 4: Amigas y amigos
- ➔Equipo 5: Medios de comunicación (televisión, cine, radio, prensa, etc.)

Se entregará a cada equipo tijeras, revistas, pegamento y marcadores para que hagan un collage donde expresen qué mensajes envía ese emisor con respecto a los roles de género, es decir, las formas de ser, pensar, sentir y comportarse que ese emisor le asigna a las mujeres y a los hombres. Durante el trabajo en equipos, se apoyará a las y los participantes para centrar el tema del collage con preguntas como las siguientes: Este emisor, ¿qué dice sobre lo que son y deben ser las mujeres y los hombres?, ¿en qué aspectos se marcan diferencias entre mujeres y hombres?, ¿qué se permite y qué no se permite que hagan los hombres?, ¿qué se permite y qué no se permite que hagan las mujeres? (20 minutos).

Una vez que los equipos hayan terminado, se invitará a cada uno a presentar su collage frente a todo el grupo. Al final de las exposiciones, se intercambiarán puntos de vista, sentimientos y aprendizajes principales identificados a través de este ejercicio (10 minutos).

Para concluir, se mencionará que cada emisor usa diferentes medios para reforzar sus mensajes de género y que estos mensajes se repiten o son similares para los diferentes emisores. Por esa razón, cumplir con los roles de género parece una situación natural para muchas personas, porque les resulta difícil identificar y aceptar que son parte de las creencias sociales que cada quien va aprendiendo a lo largo de su relación con las y los demás.



DANDO ALAS.indd 88 22/04/19 13:47



## Ficha de trabajo

**Cuento: El mundo al revés**

- Buenos días señora, vengo por lo del trabajo que ofrecen.

- Buenos días – contestó la encargada de personal-. Siéntese. ¿Cómo se llama usted?

- Juan...

- ¿Señor o señorito?

- Señor, porque soy casado.

- Deme su nombre completo, por favor.

- Juan de Dios Pérez de Rodríguez.

- Debo informarle, señor de Rodríguez, que esta empresa prefiere hombres no casados, porque se incapacitan mucho por paternidad. No estamos en contra de que las parejas jóvenes tengan hijos, pero los trabajadores que tienen hijos pequeños faltan mucho al trabajo cuando se enferman o cuando no tienen quien se los cuide. Usted sabe, cuando faltan se producen muchos problemas en la empresa.

- Yo la entiendo señora, pero ya tenemos dos niños y no pensamos tener más. – El Señor de Rodríguez bajó la cabeza y dijo en voz baja: - Yo estoy tomando la píldora y pienso operarme para no embarazar a mi mujer.

- Muy bien, continuemos entonces. ¿Qué estudios tiene usted?

- Tengo el certificado de primaria y llegué hasta el segundo año de secundaria. Yo hubiera querido terminar el bachillerato, pero en mi familia fuimos cuatro hermanos y mis papás decidieron que era más importante que las mujeres estudiaran, lo que es muy normal. Tengo una hermana mecánica y otra que es técnica en producción porcina.

- ¿En qué ha trabajado usted en los últimos dos años?

- Pues casi sólo sustituciones, usted sabe, trabajos temporales. Porque así me fue más fácil cuidar a los niños cuando eran más pequeños.

- ¿Y en qué trabaja su esposa?

- Ella es administradora de la Finca El Manantial.

- Volvamos a usted. Cuénteme cuánto pretende ganar si le damos el puesto.

- Pues...

- Con un puesto como el que tiene su esposa y que su deseo es el de ayudar económicamente, lo que usted seguramente desea es un sueldo que complemente lo que ella gana. Usted sabe, ganar un poco de dinero para sus gastos personales y no tener que estar pidiendo todo el tiempo, y además ayudar con la educación de los niños y tener un dinero para los arreglos de la casa, comprar muebles y todas esas cosas que les preocupan a ustedes los hombres.

Le podemos ofrecer dos mil pesos para empezar. Seguro social y una bonificación al final del año si usted no falta al trabajo. Tuvimos que establecer ese incentivo para conseguir que el personal masculino no faltara por tonterías. Hemos logrado reducir el ausentismo a la mitad. ¿Cuántos años tienen sus hijos?



DANDO ALAS.indd 89 22/04/19 13:47

- La niña tiene seis años y el niño cuatro. Los dos van a la escuela. Los recojo por la tarde cuando salgo temprano del trabajo, antes de ir al mercado.

- Y si se enferman, ¿tiene usted quien se los cuide?

- Sí, su abuelo que vive cerca de nosotros.

- Muy bien. Gracias señor de Rodríguez. Le comunicaremos nuestra respuesta al final de la semana.

- El señor de Rodríguez salió de la oficina muy alegre, pensando que había causado buena impresión a la encargada de personal.

- La encargada de personal se fijó en él cuando salía. Vio que tenía las piernas cortas, que estaba un poco pasado de peso y que apenas tenía pelo en la cabeza. Ella pensó: "Qué va, si la jefa de oficina detesta a los calvos." Además, bien sabía que para el puesto de oficinista se requiere una persona guapa, de buena presentación, alto y de preferencia rubio. Y eso de tener niños pequeños...

Juan de Dios Pérez de Rodríguez recibió, al final de la semana, una comunicación que empezaba así: "Lamentamos no poder ofrecerle..."



DANDO ALAS.indd 90 22/04/19 13:47

# Talleres para niñas, niños y adolescentes




World Vision México

DANDO ALAS.indd 91 22/04/19 13:47

# Sesión 1. Vamos a participar

OBJETIVOS
Promover la participación de niñas y niños.

MATERIALES
Cinta adhesiva



5 cuerdas

5 pañuelos

5 pares de tapones para los oídos

Hojas para rotafolio



Marcadores



TIEMPO
Dos horas




## Desarrollo

### Integración grupal

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Se les pedirá a niñas y niños que digan su nombre y el de algún elemento de la naturaleza con el que se identifiquen.

### Las estatuas

**Tiempo sugerido:** 45 minutos

Se seleccionará a cinco niñas o niños, a uno de los participantes se le pondrá un pedazo de cinta adhesiva en la boca; a otro se le sujetarán las manos con las tiras de una tela o con un pañuelo; a otro más se le amarrará a un escritorio o a una silla a otro se le taparán los ojos con un pañuelo y al quinto se le pondrán los tapones para los oídos. Entonces se les pedirá que se mantengan quietos, como si fueran estatuas, y se pedirá al grupo que los observe (10 minutos).

Luego, cada uno de los cinco voluntarios tratará de expresar, con las limitaciones impuestas y en solo un minuto, lo que hizo el fin de semana (5 minutos).

Se preguntará a todo el grupo qué fue lo que observó, usando las siguientes preguntas: ¿Qué sentidos se usaron en cada caso?, ¿qué manifestaciones o expresiones se impidieron por estar inutilizado un sentido?, ¿En qué momentos nos hemos sentido como ellas y ellos? (15 minutos).

Luego, se pedirá a las y los voluntarios que expliquen cómo se sintieron, usando las siguientes preguntas:

- ➔Cuando hablas o te expresas ¿crees que te escuchan?
- ➔¿Qué piensas y sientes cuando no te toman en cuenta?
- ➔¿Qué puedes hacer para que te escuchen? (15 minutos)

### El diálogo

**Tiempo sugerido:** 60 minutos

Se organizarán equipos de tres personas. Una niña o niño observará pero no podrá intervenir, mientras las y los otros dos integrantes del equipo dialogan entre sí. Quien observó, explicará después lo sucedido (15 minutos).



DANDO ALAS.indd 92 22/04/19 13:47

Se reflexionará sobre lo que pasó haciendo uso de las siguientes preguntas guía:

- ➔¿Crees que fue posible que las y los dos participantes se entendieran entre sí?
- ➔¿Qué pasa cuando no se escucha a las y los demás?
- ➔¿Alguna vez las personas adultas te han ignorado o excluido de sus conversaciones?
- ➔Da tu opinión de manera libre y clara sobre la vida que se desarrolla en tu casa, en la escuela, en la colonia y en la ciudad (35 minutos).



Se concluirá con la siguiente reflexión:

- Saber escuchar nos permite observar el mundo, hacer amistades y reconocer mejor nuestras fortalezas y debilidades.
- Las niñas y los niños tienen derecho a formular sus opiniones, a proponer alternativas en forma respetuosa, y a participar.
- Las niñas y los niños tienen derecho a que sus opiniones y propuestas sean escuchadas y tomadas en cuenta por las personas adultas y por otras/os niñas y niños.
- Para participar es necesario formar parte de algo. Y los seres humanos formamos parte de muchas agrupaciones: La familia, la escuela, el barrio o la comunidad, grupos religiosos, grupos de amigas y amigos.
- Participar también implica intervenir, opinar, decidir sobre cuestiones que tienen que ver con el grupo.
- La participación es un valor humano porque permite que cada miembro del grupo despliegue sus atributos y potencialidades individuales en beneficio de todas y de todos.
- Para que la participación sea plena tiene que ser también respetuosa y responsable.



DANDO ALAS.indd 93 22/04/19 13:47

# Sesión 2. ¿Buen trato o maltrato?

OBJETIVOS

Identificar cosas, situaciones y actividades que obstaculizan y favorecen el buen trato desde la perspectiva de las niñas y niños.

MATERIALES

Dos cuerdas o mecates

Cuento de "Los tres osos"

Cartulina



Papel de china



Pegamento blanco



Tijeras



Estambre

Y otros materiales reciclados

TIEMPO

Dos horas




## Desarrollo

### Atando y desatando

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se dividirá a niñas y niños en dos equipos. A cada equipo se le dará una cuerda y el facilitador o facilitadora dará las siguientes indicaciones: "Cada quien va a ir diciendo cosas y/o situaciones que no favorezcan o que impidan un buen trato. Cada vez que se diga una situación negativa se hará un nudo en la cuerda". Habrá tantos nudos como situaciones negativas se hayan mencionado (15 minutos).

Al final de la actividad, se compararán las cuerdas o mecates de cada equipo y se reflexionará de acuerdo a las siguientes preguntas: ¿Qué sucedió?, ¿por qué hubo más nudos de este lado?, ¿qué pasaría si en todas las cuerdas hubiera muchos nudos?, ¿cómo le haríamos para ir desatando los nudos? (15 minutos).

### Los tres osos

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se les pedirá a las niñas y niños que se sienten en círculo para contarles el cuento de "Los tres osos". Se dará oportunidad a las niñas y niños de que cada uno invente el final del cuento (10 minutos).

Posteriormente, se harán las siguientes preguntas:

- ¿Por qué Ricitos se sentía tan cómoda en los muebles del oso pequeño y tan incómoda en los muebles del oso papá y de la osa mamá?
- ¿En tu casa los muebles se parecen a los de esta familia de osos? ¿En qué se parecen?
- ¿Tú tienes algún mueble especial para ti, que sea de tu tamaño? ¿Cómo te sientes en él?

Concluir comentando que tal vez sería bueno contarle a nuestra familia cómo nos sentimos cuando las cosas y los muebles no están hechos para nuestro tamaño. ¿Qué se nos podrá ocurrir para que nos sintamos más cómodos? (20 minutos)



DANDO ALAS.indd 94 22/04/19 13:47

## No me preguntes

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Las niñas y niños continuarán sentados en círculo y se pedirá a uno de ellos/as que, de forma voluntaria, se salga del cuarto hasta que se le llame. El niño o niña debe estar en un lugar donde no pueda ver lo que hacen, ni oír lo que dicen, los del grupo o la persona facilitadora. El facilitador o facilitadora explicará que se le dirá a quien está afuera que se rompió un vaso y que él o ella tiene que adivinar quien lo rompió. Se pedirá entonces al grupo que elijan a un integrante que responderá: "Fui yo". Todos los demás deberán contestar: "No me preguntes". Una vez puestos de acuerdo, se llamará al niño o niña que está afuera y se le explicará que alguien rompió un vaso y que tiene que averiguar quién fue, haciendo la pregunta: "¿Fuiste tú?". Cuando logre descubrir al niño o niña "culpable" lo tomará de la mano y el resto del grupo le aplaudirá. El juego se repetirá con otra voluntaria/o (15 minutos).

Al final, se reflexionará alrededor de las siguientes preguntas: ¿Qué se siente cuando quieres saber algo, preguntas y te contestan "no me preguntes"?, ¿qué haces cuando quieres saber algo, por ejemplo, ¿por qué se mueve la luna?, ¿cómo le podemos hacer para decirles a los demás que no nos gusta que nos digan "no me preguntes"?

## Los disfraces

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se les dará la indicación de recordar a un personaje que les guste o les caiga bien. Cada uno hará el disfraz de ese personaje y se lo pondrá. Luego habrá un desfile de disfraces, donde cada uno dirá qué es lo que le gusta de ese personaje y qué cosas o actividades les gusta que hagan las personas adultas con las niñas y los niños.





DANDO ALAS.indd 95 22/04/19 13:47

## Ficha de trabajo

### Cuento: Los tres osos

Había una vez una casita en medio del bosque. En esta casita vivía un oso grande y gordo, era el papá; también vivía allí una osa, menos grande y menos gorda, era la mamá: con ellos estaba también un oso pequeño y gordito, era el hijo. Ellos acostumbraban ir a dar un paseo todos los días por el bosque, justo antes de comer. Así que ese día, después de poner la mesa y dejar servida la sopa para que se fuera enfriando, salieron a su paseo.

Mientras tanto, llegó a la casita una niña que se llamaba "Ricitos"; tocó y tocó, pero como nadie abría, pues decidió entrar. Llegó a la cocina y vio que sobre la mesa había tres platos de sopa, uno grande, uno mediano y uno pequeño. Probó del plato más grande y dijo: "Ay, esta sopa está muy caliente y además es mucha, no me va a caber". Después probó del plato mediano y dijo: "Ay, esta sopa está muy fría y además es mucha, no me va a caber". Después probó del plato pequeño y dijo: "Mmmm, esta sopa está muy rica y es poquita, ésta sí me cabe. Y se la acabó.

Luego Ricitos entró a otro cuarto y vio que había tres sillas, una grande, pero era tan grande que no pudo sentarse en ella. Después probó a subirse a la mediana, con mucho trabajo lo logró pero no se sintió cómoda porque le colgaban los pies. Así que con cuidado se bajó y se fue a sentar a la chiquita. Esa sí le gustó, era tan cómoda, podía apoyar los pies y la espalda, era de su tamaño.

Al rato Ricitos se aburrió de estar sentada y fue a investigar qué más había en la casa. Encontró tres camas, una grande, una mediana y una pequeña. Por más esfuerzos que hizo, no pudo subirse a la más grande, era demasiado alta. Entonces decidió probar la mediana. Cuando se pudo subir se dio cuenta que no estaba cómoda, la almohada era muy grande y la cobija muy pesada. Se cambió a la cama pequeña y le gustó tanto que se quedó dormida de inmediato. Es que era tan cómoda, la almohada, la cobija, la sábana, todo era justo de su tamaño.

Pasó el tiempo y regresaron los osos a su casa. ¿Se imaginan lo que pasó cuando vieron que Ricitos había comido de su sopa, se había sentado en su silla y se había acostado en sus camas?

Da oportunidad a las niñas y los niños de que inventen uno o varios finales para esta historia. Si quieren volver a oír el cuento, pueden divertirse más contándolo "al revés", que sea el osito el que va a la casa de Ricitos.



DANDO ALAS.indd 96 22/04/19 13:47

# Sesión 3. Derecho a ser protegidos, a expresarse y a la información

## Desarrollo

### Para conocernos

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se dividirá a las niñas y niños en parejas y se les pedirá que cada uno diga a su compañera o compañero su nombre y lo que más les gustaría saber sobre algún tema. Por ejemplo, (animales, barcos, juegos, etc.) (10 minutos).

Después se colocarán en círculo y cada uno irá presentando a su compañero o compañera, diciendo por ejemplo: "Ella se llama Rosa y le gustaría saber cómo son los pájaros carpinteros". El facilitador o facilitadora comentará que si alguien sabe puede responder, y si no, sugerirá que lo investiguen. El juego terminará cuando hayan participado todas las parejas (10 minutos).

Después se preguntará: ¿Qué cosas aprendes en la tele, en las caricaturas o en las novelas?, ¿en los programas sobre animales, plantas, o en las noticias?, ¿piensas que es verdad o mentira lo que ves en la tele?, ¿Qué podemos hacer para que las niñas y los niños sepan que tienen derecho a la información?

### El dominó

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se formarán equipos de cuatro a ocho integrantes. Se repartirán 28 tarjetas entre los equipos de niñas y niños y se les pedirá que escriban en ellas un aspecto positivo y uno negativo sobre cómo los tratan las personas adultas que están cerca de ellos. Se jugará al dominó colocando las tarjetas positivas con las negativas.

Al final se les preguntará cuáles son las cosas que consideran que las personas adultas deben cambiar en su trato hacia ellos y cómo podrían hacerlo. Se anotarán sus respuestas en una hoja de rotafolio.

### OBJETIVOS

Identificar lo positivo y negativo en la forma de crianza desde la perspectiva de niñas, niños y adolescentes.
Identificar algunas formas para comunicar a los adultos lo que quisieran cambiar.

### MATERIALES

Tarjetas de cartón o cartulina de 6 x 4 cm

Plumones o plumas, hojas de rotafolio y marcador



Copia del cuento "Córrele" de Marta Romo

Cartulina tamaño media carta

Crayolas o lápices de colores y lápices



Copia del cuento "El fleco"

### TIEMPO

Dos horas






DANDO ALAS.indd 97 22/04/19 13:47



## Lectura del cuento "Córrele"

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se hará la lectura del cuento "Córrele" (10 minutos) (Se podrá encontrar en página 107).

A cada equipo se le repartirán una cartulina y lápices de colores o crayolas posteriormente se les explicará que hagan un dibujo en equipo sobre el tema del cuento. Después expondrán su dibujo con todo el grupo en plenaria, y darán una breve explicación sobre el dibujo que realizaron y la relación con el cuento (20 minutos).

Menciona a los niños que recuerden sobre qué trata el cuento, ya que más tarde volverán a trabajar sobre éste.

## El Fleco

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se leerá a los niños y niñas el cuento de "El fleco".

Al terminar se les hacen las siguientes preguntas para generar su reflexión:

- ¿Qué haces tú, cuando algo no te gusta?
- ¿Cómo podemos decir que algo no nos gusta, sin que el otro se sienta mal?
- ¿Qué podemos hacer para que las niñas y los niños se atrevan a decirle a los adultos lo que les gusta?



DANDO ALAS.indd 98 22/04/19 13:47



## Ficha de trabajo

### Cuento: El fleco

Julia y Miriam eran dos hermanas. Julia era flaquita, le gustaban mucho las manzanas y que la peinaran con fleco. Miriam, en cambio, era gordita, prefería comer plátanos y no le gustaba que su mamá la peinara con fleco.

A Miriam le daban ganas de llorar cuando se veía al espejo después de que mamá le había hecho un fleco con gel para que el peinado le durara todo el día. Por más que se hacía el pelo para atrás, el fleco siempre regresaba a la frente. Lo peor era que Miriam no se atrevía a decirle a su mamá que le chocaba el fleco. "A lo mejor me regaña si se lo digo" pensaba, "también podría decirme que en la casa manda ella".

Un día Julia y Miriam iban a ir a una fiesta de cumpleaños a casa de su primo Gustavo. Cuando Miriam oyó que su mamá le decía: ¡Miriam, ven a peinarte!, se armó de valor y acercándose a su mamá le dijo:

- "Mamá, me quiero peinar yo solita, porque no me gusta que me hagas fleco".

Al oír esto, la mamá le dio el cepillo a Miriam y le dijo: ¡Qué bueno que me dices lo que no te gusta! Yo siempre creí que te gustaba que te peinara con fleco. Ahora sé que no te gusta porque me lo dijiste, y le dio un beso.

Miriam se peinó como a ella le gustaba y aprendió que tanto las niñas, los niños y las personas adultas tienen derecho a expresarse, a decir lo que sí y lo que no les gusta.



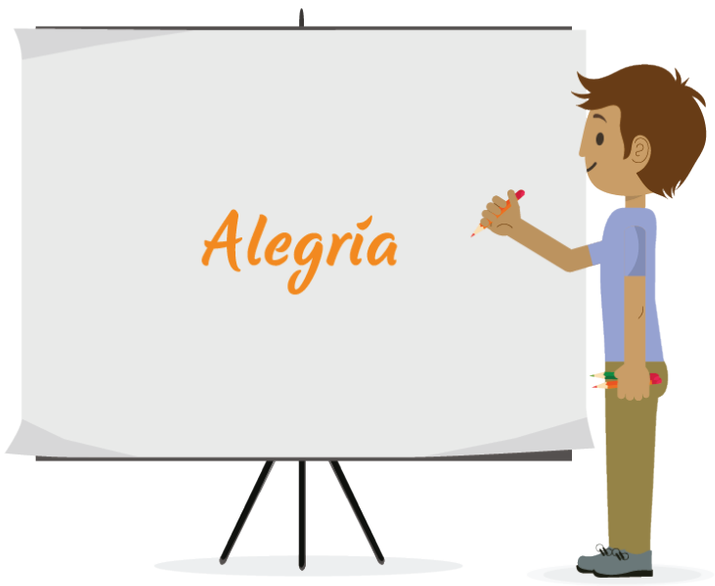
DANDO ALAS.indd 99 22/04/19 13:47

# Sesión 4. Dale forma y color a tus emociones

## Objetivo general

Proporcionar a las y los adolescentes una vía de expresión para sus sentimientos y la posibilidad de desarrollar su creatividad a través de las artes plásticas.

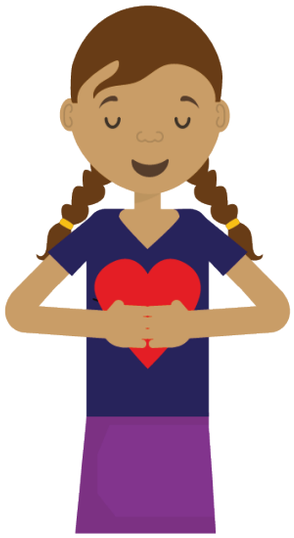
**Tiempo sugerido de realización:** Tres sesiones de dos horas cada una.






DANDO ALAS.indd 100 22/04/19 13:47

# Sesión 4.1. Autoestima

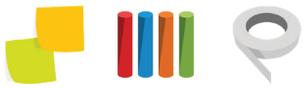


MATERIALES

Papel kraft, pegamento y tijeras



Papel lustre de varios colores, gises de colores y cinta adhesiva



Revistas



TIEMPO

Dos horas




## Desarrollo

### Presentación

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Se dará a conocer brevemente a la institución y a las personas que estarán a cargo del taller. Esta actividad tiene el propósito de hacer del conocimiento de las niñas, niños y adolescentes los objetivos del programa y el formato de las sesiones, además de dar a conocer los días y horarios. En forma conjunta se acordarán las normas de comportamiento entre facilitadores/as y participantes, y se tratará de rescatar de manera positiva las reglas del juego, es decir, lo que sí está permitido hacer dentro de un clima de libertad y respeto.

### Actividad plástica "Siluetas"

**Tiempo sugerido:** 60 minutos

En esta actividad se trabajará por parejas, en el piso se colocará el papel kraft de aproximadamente 1.50 x 1.00 m. Un participante de cada pareja se acostará sobre el papel mientras su compañero traza su silueta, después intercambiarán tareas. Así, cada niña, niño o adolescente tendrá su silueta de tamaño natural. Después, se recortará cada silueta y cada quien intentará hacer su autorretrato, además de pegar sobre las siluetas recortes de objetos que de alguna manera representen su personalidad.



DANDO ALAS.indd 101 22/04/19 13:47

## Exposición del trabajo realizado

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Se pedirá a las niñas, niños y adolescentes que expresen cómo es cada uno, lo que les gusta en particular de ellos mismos y que compartan esta información con el resto del grupo. Es importante trabajar el sentimiento de vergüenza que da reconocer y decir cosas positivas de uno mismo.

## Limpieza

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Indicar al grupo que se realizará la limpieza en equipo del espacio de trabajo.

## Todo el grupo

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

En este espacio es importante destacar la experiencia sensorial de las y los participantes, a través de remarcar el sentimiento de orgullo por el dibujo realizado, ya que éste, ahora es una extensión de ellos mismos.

En este espacio se destacará la experiencia sensorial de las y los participantes, a través de remarcar el sentimiento de orgullo por el dibujo realizado ya que ahora es una extensión de ellos mismos.



DANDO ALAS.indd 102 22/04/19 13:47

# Sesión 4.2. Familia



OBJETIVO

Identificar las personalidades de los miembros de su familia como una herramienta para ejercer la comunicación asertiva con ellas y ellos.

MATERIALES

Cartulinas blancas



Lápices



Goma de borrar



Pintura de agua de diferentes colores



Brochas y pinceles



TIEMPO

Dos horas




## Desarrollo

### Juego

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Se dividirá al grupo en dos equipos; el juego consiste en imaginar que las y los participantes están sobre lanchas y formarán grupos según las instrucciones, por ejemplo, lanchas de cuatro o de seis integrantes, y así se jugará con diferentes números. Este juego propicia la integración de las niñas y los niños en equipos.

### Actividad plástica "Los animales en familia"

**Tiempo sugerido:** 60 minutos

Esta actividad de dibujo consistirá en pedir a las y los participantes que hagan una pintura de su familia con la instrucción de que representen a cada miembro a través de un animal, por ejemplo, el papá puede ser un oso o un león, la mamá una jirafa o una leona, etc. Se trata de que estas elecciones se hagan sin pensarse mucho.



DANDO ALAS.indd 103 22/04/19 13:47

## Exposición y comentarios del trabajo realizado

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Una vez terminadas las pinturas, se pegarán en un muro del salón a manera de exposición, se hablará de cada trabajo y se profundizará en por qué eligieron representar a su familia con esos animales. Se guiará una reflexión que recupere las ventajas del animal que dibujaron.

## Limpieza

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Indicar al grupo que se realizará la limpieza en grupo del espacio de trabajo.

## Plenaria

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

En esta sesión se reflexionará junto con las y los participantes si les costó o no trabajo elegir el animal para representar a cada miembro de su familia y en cualquiera de los dos casos ¿por qué?



DANDO ALAS.indd 104 22/04/19 13:47

# Sesión 4.3. Violencia Familiar



OBJETIVO
Identificar los tipos de violencia que pueden surgir dentro de la familia.
Reconocerse como sujetos de derecho.
Poner en práctica herramientas que les permitan autocuidarse.

MATERIALES
Memorama

Bolsas de papel

Tijeras, cinta adhesiva y pegamento



Pinturas y revistas



TIEMPO
Dos horas




## Desarrollo

### Reflexión guiada sobre el cuento "Córrele"

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Ya que previamente se leyó el cuento "Correle" y se expuso brevemente el dibujo que realizarón los participates, se realizará una reflexión, para ello debes recordarles que previamente leyeron el cuento. Posteriormente, el facilitador o facilitadora conducirá la participación de las niñas y niños en torno a las siguientes ideas: Tenemos derecho a que nos respeten, tenemos derecho a que respeten nuestro cuerpo. Es importante mencionar que no es adecuado que los adultos utilicen la violencia para educar y que es falsa la idea de "mis papás me pegan porque me quieren" puesto que el cariño y la violencia son dos cosas completamente diferentes. El cariño se manifiesta de otra manera.

Cabe recordar que cuando son agredidos, las niñas o los niños, muchas veces se sienten culpables y creen que se lo merecen porque "se portaron mal", es importante que el facilitador o facilitadora trabaje este aspecto recalcando que esta idea también es falsa.



DANDO ALAS.indd 105 22/04/19 13:47

## Reflexión acerca de la violencia

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

A partir de una "sopa de letras", se propiciará la participación de las niñas y niños, a través de preguntas como: ¿Saben qué es la violencia familiar?, ¿qué pasa cuando en una familia hay violencia?, ¿cuántas formas de maltrato conocen?, ¿creen que amenazar con golpear, poner apodos, pellizcar, dar nalgadas, no cuidar a los hijos, no darles de comer, no atenderlos cuando están enfermos sea una forma de maltrato?, ¿por qué? Se repartirán tarjetas preparadas con anterioridad, con ejemplos escritos de conducta violenta, y se les pedirá a las niñas, niños y adolescentes que las clasifiquen en los rubros correspondientes.

Memorama: Se preparan previamente tarjetas con pares de palabras relacionadas con la violencia. Se doblan a la mitad y se les ponen números al azar. Para la actividad, las tarjetas se pegarán en el pizarrón con el número a la vista de las y los participantes. Por turnos, cada niña o niño dirá un par de números hasta encontrar las palabras iguales. Se hará una reflexión para cada par completado.

## Actividad plástica "Chaleco de protección"

**Tiempo sugerido:** 50 minutos

Esta actividad sobre la violencia consiste en la confección de un chaleco por participante donde, de manera simbólica, se incluirá todo lo que le hace sentir bien y que le protege de la violencia. Cada participante realizará un chaleco con pellón (material muy maleable), y después pintarán o recortarán imágenes que relacione con el bienestar, así se irá construyendo el chaleco de protección de cada participante. Se les ayudará a recordar qué es lo que los hace sentir muy bien para que se vea reflejado en cada chaleco.

## Limpieza

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Se asignarán a cada participante tareas específicas, por ejemplo: quienes se encarguen de recoger los materiales, de barrer, tirar la basura, etc.

## Presentación del chaleco de protección

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Los participantes desfilarán uno por uno frente al grupo para mostrar su chaleco.

## Plenaria

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

En esta sesión se reflexionará en torno a si los participantes tuvieron dificultades para elegir los elementos o imágenes que les hacen sentir bien, y se invitará a que cada uno elija una imagen de su chaleco y comente brevemente lo que representa o significa.



DANDO ALAS.indd 106 22/04/19 13:47



## Ficha de trabajo

### Cuento: "Córrele"

**(Tomado de Marta Romo, Libros del Rincón, SEP).**

A las personas desde hace siglos, les da mucho trabajo hablar, por eso prefieren, ¡GOLPEAR! En este país el maltrato a los niños está prohibido. Nadie, absolutamente nadie tiene derecho a golpearte.

¡Ni siquiera tu mamá o tu papá!

Tampoco tus maestros, parientes o los otros niños.

Así que tampoco se vale que tú le pegues a nadie. Ni a tu hermanito, ni a la vecina, o al perro o al gato, a nadie.

¡Piensa otras maneras para resolver problemas!

Es mucho mejor hablar, tocar, acariciar, negociar, reparar, escuchar, sudar, esperar, que ¡golpear! Todos tenemos un cuerpo para nosotros solos.

Cada quien tiene el suyo propio. Así que no podemos permitir que otros nos hagan algo que nos desagrade o lastime. Debemos conservarlo en las mejores condiciones.

Todos los niños necesitan "límites", para crecer contentos y sentirse seguros. Los límites son como la rayita hasta donde se puede llegar, son los ¡no! Ya basta, hasta aquí, ya no, ya párale.

Lástima que algunos adultos no saben decir no, si no es golpeando.

Si tú ves que va a haber golpes o maltratos, no te arriesgues, ¡vete de ahí volando!

¡CÓRRELE!

¡Patitas pa' que las quiero!

Miriam se peinó como a ella le gustaba y aprendió que tanto las niñas, los niños y las personas adultas tienen derecho a expresarse, a decir lo que sí y lo que no les gusta.

Regresa cuando todo esté en calma y trata de hablar. Si algún adulto te quiere pegar, estando solo o acompañado, dile que se ponga con uno de su tamaño o que busque un boxeador, luchador o costal de golpes. En caso de que todo esto no resulte, explícale seriamente, buscando un buen momento, que:

1. Nadie tiene derecho a pegarle a nadie, sea chico o grande.
2. Que los niños aprenden mejor de otras formas.
3. Que muchos quedan dañados para siempre.
4. Que sabes que son mentiras que cuando te dan nalgadas les duele más a ellos.



DANDO ALAS.indd 107 22/04/19 13:47

5. Que las nalgas son para sentarse, la cabeza para pensar y llevar lindos peinados y la boca para hablar y cantar.

6. Explícales que los niños maltratados aprenden a golpear y de grandes resuelven sus problemas a golpes.

¡Que mejor ahí le paramos!

## Glosario

**Golpes:**

Entiéndase por golpes las nalgadas, pellizcos, bofetadas, coscorrones, jalones de pelo, chanclazos, gisazos, golpes con reglas y borradores, cinturonazos, insultos y demás estilos de maltratar.

**¡Córrele!:**

Es una orden que te debes dar a ti mismo para reunir todas tus fuerzas y aprovechar el impulso antes de que te invada el miedo para salir de ahí; volando, patinando, chiflando, disfrazándote, haciéndote invisible, o como sea pero, ¡córrele!



DANDO ALAS.indd 108 22/04/19 13:47

# Sesión 5. Educación emocional

## Desarrollo

### Cercanía física

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

Se les indicará a los participantes que:

- Tomen de la mano a una persona cercana, que será su pareja inicial.
- Escuchen las instrucciones del facilitador o facilitadora, quien dará inicio a la dinámica al indicar partes del cuerpo que los participantes tendrán que tocarse mutuamente con su pareja. Ejemplo: nariz con nariz, hombro con pie, frente con estómago. Se darán tres instrucciones.
- A continuación se gritará "¡cambio!" y cada persona buscará otra pareja.
- A quien quede solo o a quien sea pareja de quien acaba de terminar de dar instrucciones, le tocará un nuevo turno para dar tres instrucciones, gritar "¡cambio!" y continuar.

### Reglas y expectativas

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Se realizará en dos partes:

**a.** Las y los participantes se dividirán en equipos de seis y cada integrante compartirá sus opiniones e ideas sobre las reglas y expectativas para el taller, con discusiones o cuestionamientos constructivos. Un integrante será el encargado de anotar estas ideas en una hoja, ordenándolas con un número.

**b.** En una hoja de rotafolio previamente dispuesta, cada equipo, usando los plumones, anotará un concepto resumido de sus sugerencias, siempre y cuando sean diferentes a las ya escritas.

### Aprecio de la mirada

**Tiempo sugerido:** 10 minutos

Se formará un círculo estrecho y se pedirá que una persona en el círculo empiece apreciando la mirada de la persona que está a su derecha. Se explicará que debe compartirse con el grupo la emoción que ven en la mirada de esa persona, así como las cualidades que aprecian en sus ojos.

#### OBJETIVOS

Que las niñas, niños y adolescentes reconozcan la importancia de las emociones en la vida cotidiana.
Que las niñas, niños y adolescentes conozcan las cinco habilidades emocionales básicas: autoconocimiento, motivación, manejo de emociones, empatía y relaciones interpersonales.
Que las niñas, niños y adolescentes practiquen una escucha constructiva.

#### MATERIALES

Lista de bloqueadores, una por participante

Hojas blancas, lápices y hojas para rotafolios



Marcadores



#### TIEMPO

Cuatro horas






DANDO ALAS.indd 109 22/04/19 13:47

## Traducción

**Tiempo sugerido:** 15 minutos

Se solicitarán tres voluntarias o voluntarios. Uno de ellos hablará en español, otro en un idioma inventado y el tercero será el encargado de intentar traducir ese lenguaje inventado. Se le indicará a quien traduce que debe poner mucha atención en los gestos, el tono, la mímica, etc., para poder hacer traducir y emitir el mensaje. Al final se comparte y se reflexiona sobre la experiencia entre todo el grupo y la importancia de poder expresar claramente y con respeto nuestras ideas y sentimientos. Se sugiere lanzar algunas preguntas detonadoras como: ¿fue difícil entender el mensaje?, ¿alguna vez se han sentido como el traductor sin entender que dice la otra persona?




## Bloqueadores

**Tiempo sugerido:** 60 minutos

Se dividirá al grupo en parejas que se rotarán tres veces, una por cada parte del ejercicio.

En la primera parte del ejercicio, la mitad de los integrantes del grupo transmitirá un mensaje a la otra mitad (en parejas) y los receptores los ignorarán (10 minutos).

En la segunda parte, la mitad de los integrantes del grupo transmitirá a la otra mitad (en parejas) un mensaje que para ellos sea significativo y los receptores interferirán a la mitad del mensaje, y desviarán la conversación hacia otro tema (10 minutos).

En la tercera parte del ejercicio, la mitad de los integrantes del grupo transmitirá un mensaje a la otra mitad (en parejas) y los receptores darán consejos o criticarán al hablante (10 minutos).

Finalmente, los emisores describirán las emociones que sintieron como resultado del ejercicio. El grupo comentará la importancia que tiene la escucha en la comunicación afectiva.



DANDO ALAS.indd 110 22/04/19 13:47



## Cercanía física y afectiva entre las y los participantes

**Tiempo sugerido:** 20 minutos

Se formarán parejas (de preferencia con integrantes que no se conozcan), tomarán turnos para escucharse mutuamente. Se les indicará que quien tenga el turno de escucha mantenga el contacto visual con el hablante y se sugiere que puede tomarle de las manos, si el hablante acepta.

El tema del cual hablarán se sugiere que toque los siguientes aspectos:

- ¿Qué ha sido bueno recientemente en mi vida? y
- ¿Qué está siendo difícil en mi vida o con personas significativas para la persona hablante?

## Buenos y malos hábitos de comunicación

**Tiempo sugerido:** 40 minutos

Se les indicará a las y los participantes que formen equipos de cuatro o cinco integrantes y que sostengan una conversación libre sobre temas de su interés, pueden ser la familia, películas u otros eventos sociales o culturales.

Se pedirá a los equipos que identifiquen en la lista de facilitadores y bloqueadores los elementos presentes en el ejercicio que acaban de hacer. Cada equipo expondrá sus conclusiones. De manera grupal, se harán reflexiones acerca de las conclusiones.

## Testimoniales: problemas en la comunicación

**Tiempo sugerido:** 30 minutos

Se comunicará a las y los participantes la importancia de la confidencialidad para la realización de este ejercicio. Posteriormente selecciona a cinco voluntarios y se les indicará que piensen en al menos una situación que ellos conozcan o hayan experimentado relacionada con problemas en la comunicación. Luego, bajo la coordinación del facilitador o facilitadora, deberán describir esta situación a detalle al resto del grupo, explicando qué emoción fueron experimentando durante la situación, mientras el resto del grupo deberá representar esa emoción con algún gesto, indica que debe ser en silencio y el participante que esté contando su experiencia deberá ir eligiendo a aquellos que representen mejor la emoción que está exponiendo.

## Testimoniales: buena comunicación

**Tiempo sugerido:** 25 minutos

En este ejercicio, también es importante comunicar a las y los participantes sobre la confidencialidad. Se seleccionará a cinco voluntarios y se les indicará que piensen en al menos una situación que ellos conozcan o hayan experimentado relacionada con una buena comunicación. Bajo la coordinación del facilitador o facilitadora, deberán describirla con detalle al resto del grupo y se les indicará que deben compartirla expresando la emoción correspondiente (5 minutos por persona).



DANDO ALAS.indd 111 22/04/19 13:47

## Ficha de trabajo

### Bloqueadores: obstáculos para la comunicación

- Estados emocionales que perturban la atención, la comprensión y el recuerdo de los mensajes.
- Posición inflexible.
- Culpar, acusar o recriminar a otros/as.
- Amenazar o hacer exigencias rígidas, del tipo "tendrías que..."
- Propósito indefinido. Inconsistencia, incoherencia o inestabilidad de los mensajes.
- Generalización del tipo "siempre" o "nunca".
- Presión de tiempo.
- Generar respuestas anticipadas.
- No ponerse en el lugar del otro/a.



DANDO ALAS.indd 112 22/04/19 13:47