

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA

Facultad de Educación

“Guía de apoyo para desarrollar en los niños y en las niñas la autoestima y la estima hacia otros como estrategias que favorecen la convivencia pacífica en los centros escolares de nivel primario”

Trabajo de graduación presentado por Karim Desirée Monterroso Escalante para optar al grado académico de Licenciada en Psicopedagogía

Guatemala  
2009



“Guía de apoyo para desarrollar en los niños y en las niñas la autoestima y la estima hacia otros como estrategias que favorecen la convivencia pacífica en los centros escolares de nivel primario”

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA

Facultad de Educación

“Guía de apoyo para desarrollar en los niños y en las niñas la autoestima y la estima hacia otros como estrategias que favorecen la convivencia pacífica en los centros escolares de nivel primario”

Trabajo de graduación presentado para optar al grado académico de  
Licenciada en Psicopedagogía

Guatemala  
2009


Vo. Bo. :

(f)   
\_\_\_\_\_  
Doctora Violeta García Rodríguez

Tribunal Examinador:

(f)   
\_\_\_\_\_  
Doctora Violeta García Rodríguez

(f)   
\_\_\_\_\_  
Licenciada Lilian Aguilar de Paniagua

(f)   
\_\_\_\_\_  
Licenciada Carlota Escobar de Dávila

Fecha de aprobación: Guatemala, 11 de junio de 2009

## PREFACIO

*<<Aprender a convivir, es mucho más importante que los números y las letras. Los padres deben saberlo. La escuela también.>>*

*José Luis Zurbano, 2002.*

Este trabajo nace en primer lugar de mi convicción acerca del ser humano: Creo que cada ser humano es importante, único y con la capacidad para hacer del mundo un mejor lugar para vivir. Creo además que cada ser humano viene a este mundo con una misión y que si se le da la oportunidad de crecer en un ambiente positivo y lleno de amor podrá desarrollar lo mejor de sí mismo y dejar una huella irrepetible en cada ámbito en el que se desenvuelva.

Este trabajo nace además por el deseo de compartir con otros educadores, con padres y madres de familia mis experiencias como educadora, así como los aprendizajes adquiridos como estudiante de la carrera de Psicopedagogía en la Universidad del Valle de Guatemala. Es mi intención que ellos puedan contar con una herramienta que les sirva de apoyo y orientación para desarrollar, en los niños(as), la autoestima y estima hacia otros como estrategias que favorecen la convivencia pacífica en los centros escolares de nivel primario. Espero, además, contribuir de alguna manera a la formación de una generación con cultura de paz. Ya que los niños y las niñas de hoy serán los hombres y las mujeres del mañana.

Presento este trabajo para optar al título de Licenciada en Psicopedagogía, logro que dedico en primer lugar a Dios por regalarme la vida y por ser la luz que ilumina mi vida cada día, a mis papás por su apoyo, su amor y por enseñarme, cada día con su

ejemplo, que todos los seres humanos sin distinción alguna son dignos de ser valorados y respetados; a mi familia en general, especialmente a Isabella, Oscar David, Andrea Sofía y a Cristian Gabriel que con su inocencia, su ternura y sus deseos de vivir me recuerdan que vale la pena construir para ellos una mejor sociedad.

Finalmente dedico este trabajo a todos los niños (as), educadores(as), padres y madres de Guatemala. Esperando dejar en ellos un rayo de luz y de esperanza. Una inspiración para que juntos trabajemos para lograr una cultura de paz.

Deseo, además, agradecer a la Licenciada Jacqueline de León por su especial apoyo, durante el proceso inicial de este trabajo de graduación. Así mismo agradezco a mi Asesora, Doctora Violeta García Rodríguez, por su tiempo, guía y apoyo durante la elaboración de este documento.

## ÍNDICE

	Página
PREFACIO .....	vi
RESUMEN .....	x
 Capítulos	
I. INTRODUCCIÓN .....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	3
A. El desarrollo de la autoestima como pilar Fundamental de una convivencia pacífica .....	3
1. Definición de autoestima.....	3
2. Importancia del desarrollo de la autoestima .....	5
B. Estima hacia otros .....	11
1. Definición de estima .....	11
2. Importancia del desarrollo de la estima hacia otros para lograr una convivencia pacífica .....	11
3. Pluralismo .....	13
a. Ámbitos de la diversidad .....	13
4. Respeto a las diferencias individuales .....	14

5. Tolerancia .....	15
a. Ámbitos de la tolerancia .....	15
b. Límites de la tolerancia .....	16
6. Diálogo .....	16
a. El lenguaje .....	17
1. Expresión de sentimientos. ....	18
b. Saber escuchar a otros .....	19
7. Trabajo en equipo .....	19
a. Cooperación .....	20
b. Solidaridad .....	22
8. Amistad .....	23
C. Cultura de paz .....	25
D. Cómo educar para la paz .....	26
1. Convivencia pacífica .....	26
a. Ámbitos de la convivencia .....	27
b. Normas para la convivencia .....	28
III. CONSIDERACIONES FINALES .....	30
IV. BIBLIOGRAFÍA .....	31
V. ANEXOS .....	35

## RESUMEN

Este trabajo representa el esfuerzo y deseo de dar a conocer tanto a educadores como padres y madres de familia una guía de apoyo para desarrollar en los niños y en las niñas la autoestima y la estima hacia otros como estrategias que favorecen la convivencia pacífica en los centros escolares de nivel primario. La presentación del mismo ha sido organizada en dos partes: La fundamentación teórica y la guía dirigida a educadores, padres y madres de familia.

Se puede decir entonces que en la primera parte, presentada en este documento, el lector podrá conocer la importancia que tiene para la convivencia pacífica el desarrollo de la autoestima y de la estima hacia otros. Así como la importancia de establecer, tanto en el hogar como en el centro educativo, un ambiente agradable, cordial, pacífico, con normas claras, en donde se de la oportunidad a los niños(as) de realizar actividades que les permitan desarrollar su autoestima y estima hacia los (las) demás.

En la segunda parte de este trabajo, presentada en un documento adjunto, el lector podrá conocer una serie de estrategias generales, que se pueden aplicar en el diario vivir, así como de actividades interactivas que han sido realizadas satisfactoriamente, por la autora de este trabajo, con niños(as), de 6 a 12 años de edad, tanto de manera individual como grupal.

## I. INTRODUCCIÓN

La familia y el centro escolar representan el primer contacto de un ser humano en sociedad. Es aquí en donde cada ser humano aprende los fundamentos que lo regirán a lo largo de su vida. Tanto padres de familia como docentes pueden marcar ya sea de manera positiva o negativa la vida de cada persona que esté al alcance de sus manos. Es por ello que la información y formación acerca de cómo favorecer el desarrollo de sus educandos(as) o hijos(as) es fundamental.

Este trabajo tiene el propósito de contribuir con los educadores, padres y madres de familia proporcionándoles un documento que les permita favorecer, en los niños(as), el desarrollo de la autoestima y estima hacia otros como estrategias que favorecen la convivencia pacífica en los centros escolares. Una guía que sea accesible, que les sirva de apoyo y orientación; que incluya tanto fundamentos teóricos como estrategias prácticas.

Son varios los factores que pueden favorecer la convivencia pacífica en los centros escolares. Pero se consideró el desarrollo de la autoestima como una estrategia inicial. Pues con ello se busca que los niños(a) se valoren, cuiden y respeten así mismos pero que además estén en mejor disponibilidad para aprender a estimar a otros; si los seres humanos se estiman unos a otros podrán convivir pacíficamente a pesar de sus diferencias. Ya que el desarrollo de la estima conlleva, además del conocimiento de los otros seres humanos, el aprendizaje de valores tales como igualdad, respeto, tolerancia y solidaridad. Valores que favorecen la convivencia pacífica.

Para lograr el propósito planteado se ha elaborado este trabajo en dos partes. La primera parte, presentada en este documento, es la fundamentación teórica:

Se inicia, entonces, este trabajo con una revisión bibliográfica que permite recopilar y presentar, en esta primera parte, información teórica acerca de la importancia del desarrollo de la autoestima y estima hacia otros para la convivencia pacífica.

Se aborda, además, en esta parte la temática de la cultura de paz y la temática de cómo educar para la paz. En donde se realiza la importancia de establecer, tanto en el hogar como en el centro educativo, un ambiente agradable, cordial, pacífico, con normas claras, en donde se de la oportunidad a los niños(as) de realizar actividades que les permitan desarrollar su autoestima y estima hacia los (las) demás. Se describe así mismo la importancia de enseñar a los niños(as) con el ejemplo. De vivir cada día de acuerdo a los valores que se enseñan.

La segunda parte de este trabajo, presentada en un documento adjunto, es en sí la guía dirigida a educadores, padres y madres de familia. La cual consiste en una recopilación de estrategias generales, que se pueden aplicar en el diario vivir, así como de actividades interactivas que han sido realizadas satisfactoriamente, por la autora de este trabajo, con niños(as), de 6 a 12 años de edad, tanto de manera individual como grupal.

La guía cuenta además con recursos como cuentos, fábulas, juegos, tarjetas con ilustraciones, hojas de trabajo y tablas de cotejo para evaluar el desarrollo de las actividades. Presenta, además, información que busca concientizar a los educadores, padres y madres de familia con respecto a la importancia de enseñar con el ejemplo; busca también promover el respeto y tolerancia a las diferencias individuales

## II. MARCO TEÓRICO

### A. El desarrollo de la autoestima como pilar fundamental de una convivencia pacífica

Son varios los factores que pueden favorecer la convivencia pacífica en los centros escolares. Pero se pensó en el desarrollo de la autoestima como una estrategia inicial, debido a que se considera que:

- ❖ Se hace necesario partir del desarrollo de una buena autoestima, para que esta se convierta en un cimiento sólido del desarrollo de las habilidades sociales que se hacen necesarias para una buena resolución de conflictos.  
( Gómez, 2002:136 )
- ❖ El desarrollo de la autoestima implica primero aprender a relacionarse consigo mismo. Antes de aprender a relacionarse con otros.
- ❖ Si un ser humano se valora primero a sí mismo estará en mayor disponibilidad de reconocer que los otros seres humanos también merecen ser valorados y tratados con respeto. Logrando así relacionarse de manera cordial y pacífica con otros.

#### 1. Definición de autoestima. Se le ha definido como:

<<El sentimiento de la propia valía personal, el valorarse y quererse a sí mismo o a sí misma. >> (Gobierno de La Rioja, 2005:33)

<< La disposición de experimentarse a sí mismo como alguien competente de hacer frente a los retos básicos de la vida y como alguien merecedor de la felicidad>> (Branden, 1995:5 en Barrientos, 2006: 3)

<<Los sentimientos y creencias que tenemos acerca de nosotros mismos>> (Feldman, 2002: 8)

La autoestima conlleva un proceso que va desde el autoconocimiento, el autoconcepto, la autoaceptación hasta el autorespeto. Dada la importancia de este proceso para el desarrollo de la autoestima se procederá a definir cada uno de estos componentes:

- ❖ **Autoconocimiento:** Se refiere al conocimiento de sí mismo. Lo cual incluye conocer bien nuestros gustos, habilidades, forma de actuar y pensar. En la medida que una persona progresa en el conocimiento de sí misma podrá darse cuenta de que es única y especial. Podrá sentirse muy bien. (Gobierno de La Rioja, 2005: 33)
- ❖ **Autoconcepto:** Se refiere a la información que cada persona tiene acerca de sí misma. (Gobierno de la Rioja, 2005: 6) Se puede decir que esa información le proporciona una imagen y opinión propia.
- ❖ **Autoaceptación:** Se refiere a que una persona además de valorar sus fortalezas puede aceptar sus debilidades. Lo cual no significa conformismo. La aceptación es el primer paso hacia la superación personal. Es sentirse a gusto consigo mismo. (Gobierno de la Rioja, 2005: 42)
- ❖ **Autorespeto:** Se refiere al trato verbal (expresiones positivas) y físico (cuidado del cuerpo) que una persona se da a sí misma. (Gobierno de la Rioja, 2005: 54). Significa creer que se tiene derecho a la vida y a ser feliz. (Branden, 1995: 4 en Barrientos, 2006: 4)

Se puede concluir este inciso diciendo que autoestima es el valor que cada persona se da así misma. Pero para que ese juicio de valor sobre sí mismo sea positivo se hace necesario pasar por un proceso que de la oportunidad de conocer

fortalezas, debilidades y diferencias dignas de ser valoradas y respetadas. Esto implica autoconocimiento, autoconcepto, autoaceptación y autorespeto.

**2. Importancia del desarrollo de la autoestima.** La imagen y sentimientos que las personas tienen de sí mismas influyen determinantemente en los diferentes aspectos de su vida. Si su imagen es positiva tendrá una mejor convivencia con otras personas, un mejor desempeño académico y/o laboral, se cuidará mejor, resolverá de manera más efectiva sus problemas y obtendrá buenos resultados en lo que se proponga. En definitiva se sentirá más a gusto y feliz consigo mismo y con deseos de compartir esa felicidad con los demás. (Gobierno de la Rioja, 2005: 33)

Según Jean Feldman (2002: 9) Los niños(as) con autoestima positiva experimentan una sensación de bienestar interna y frecuentemente presentan estas características:

- ❖ Optimismo
- ❖ Entusiasmo respecto a la vida
- ❖ Confianza
- ❖ Seguridad
- ❖ Tienen más amigos y son más activos socialmente
- ❖ Se muestran:
  - Interesados y preocupados por los demás
  - Corteses
  - Felices y con sentido del humor
  - Dispuestos a asumir riesgos
  - Capaces de fijar metas y demorar la gratificación
  - Independientes y autodirectivos
  - Adaptables y flexibles

Se puede decir que los niños (as) que han desarrollado positivamente su autoestima presentan características que favorecen una convivencia pacífica.

La convivencia pacífica se da cuando las personas aprenden a vivir juntas en un ambiente de cordialidad y de respeto mutuo. Pero para lograr este ambiente es necesario que los niños y niñas aprendan a valorarse a sí mismos primero. Es decir que si ellos desarrollan su autoestima tendrán una mayor disponibilidad para aprender a estimar a otros. Pues como lo menciona Paula Gómez (2002:136):

<<Si las personas no se aman, aceptan y no se respetan no podrán querer, aceptar, tolerar, ni respetar a los demás. >>

Por otro lado Jean Feldman (2002: 9) menciona que aquellos niños(as) con autoestima negativa, generalmente, presentan estas características:

- ❖ Timidez
- ❖ Inseguridad
- ❖ Dificultad para llevarse bien con otros
- ❖ Imitan las conductas de otros
- ❖ Se conceden poca importancia
- ❖ Se quejan por todo y culpan a otros
- ❖ Se muestran:
  - Cambiantes
  - Negativos
  - Egoístas
  - Estresados
  - Sumisos o Agresivos

Los niños (as) que tienen autoestima negativa presentan características que los hacen más propensos a tener dificultad para relacionarse con otros. Es decir que

podrían verse mayormente involucrados en episodios de violencia o acoso escolar ya sea como víctimas, acosadores u observadores pasivos.

La violencia escolar es aquella que ocurre en el contexto escolar. Se refiere a aquellas conductas echas por un educando(a) o varios de ellos(as) con la intención de dañar a otro (a), ya sea de manera física o emocional.

María Díaz (2006: 11) menciona que:

<<La violencia escolar reproduce un modelo de organización social caracterizado por el dominio y la sumisión, que representa la antítesis de los valores democráticos de igualdad, tolerancia y paz, con los que se identifica nuestra sociedad.>>

El acoso escolar (Bullying): Es una forma de violencia que se produce de manera sistemática, prolongada, dentro del contexto escolar y en situaciones de desigualdad entre la víctima y el acosador. Frecuentemente el acosador está apoyado por un grupo de compañeros(as), mientras que la víctima está sola e indefensa y no encuentra la manera de salir por sí misma del acoso. (Díaz, 2006: 7)

William Voors (2005: 24 a 27) menciona que las conductas acosadoras pueden darse en 3 formas:

- ❖ Acoso verbal (Insultos, apodos, burlas, etc.)
- ❖ Acoso físico (Golpes, empujones, tocar partes íntimas, etc.)
- ❖ Acoso relacional (Exclusión mediante la indiferencia y rechazo)

María Díaz (2006:7) agrega 2 categorías más:

- ❖ Coacción (Obligar a la víctima a hacer cosas bajo amenaza)
- ❖ Agresión a los objetos (robar, esconder o romper los objetos de la víctima)

Con respecto al acoso físico Voors (2005: 24) menciona que conforme los niños(as) van creciendo y van desarrollando la masa muscular las conductas agresivas se vuelven más violentas y peligrosas. Hasta el punto de involucrar cuchillos y/o armas de fuego.

Con relación a las armas se sabe que aproximadamente 135 mil jóvenes de los Estados Unidos las llevan a las escuelas (Sánchez; V. 2003: 185)

Las investigaciones con respecto al tema del maltrato entre compañeros, hasta la fecha, son pocas. Sin embargo estudios tanto nacionales (MINEDUC, 2008: 2) como internacionales (Ortega, 1998: 51 a 64) revelan que del 10% al 25%. de los estudiantes pueden estar involucrados ya sea como agresores o como víctimas.

De acuerdo a la Inspección de Educación de la C.A.P.V. del Gobierno Vasco (2007:12) las consecuencias del acoso escolar son las siguientes:

- ❖ Para la víctima: (Quien sufre el acoso)
  - Fracaso escolar
  - Trauma psicológico
  - Daños físicos
  - Insatisfacción
  - Infelicidad

- Problemas de personalidad
- Riesgo para su desarrollo equilibrado

❖ Para el acosador: (Quien produce el acoso)

- Conductas delictivas
- Usar la agresión como forma de obtener poder
- Ver la violencia como algo aceptable y recompensado
- Uso de la violencia en cualquiera de sus ámbitos futuros (trabajo, familia, etc.)

❖ Para los observadores: (Testigos del acoso)

- Mostrarse pasivos y complacientes (Por temor a ser agredidos)
- Tomar modelos equivocados (Imitar las conductas violentas)
- Sentimientos de culpabilidad (Aguilar,2008: Conferencia Bullying)

Guido Aguilar (2008, conferencia Bullying) menciona que la víctima de acoso puede presentar, también, las siguientes consecuencias:

- ❖ Sentir falta de pertenencia a un grupo
- ❖ Evitar todo contacto social
- ❖ Caer en el alcoholismo y/o drogadicción
- ❖ Desarrollar ira reprimida y deseos de venganza
- ❖ Algunos pueden tener deseos de quitarse la vida y/o deseos de quitarle la vida a aquellos que les hacen daño

Las consecuencias de los actos violentos, de gran magnitud, sucedidos en diferentes escuelas del mundo han sido presentadas en diferentes medios de

comunicación. BBC news en su edición Web ha presentado una cronología de acontecimientos, de esta magnitud, en escuelas de Estados Unidos. Los cuales se presentan a continuación:

<<Marzo 2005: Un alumno de Minnesota mata a nueve personas y luego se quita la vida.

Abril 2003: Un adolescente mata al director de una escuela en Pensilvania

Marzo 2001: Un alumno abre fuego en una escuela de California y mata a dos estudiantes.

Febrero 2000: Una niña de seis años de edad muere por los disparos de otro alumno.

Noviembre de 1999: Un estudiante mata a una compañera de aula de 13 años de edad en Nuevo México.

Mayo 1999: Alumno mata a seis estudiantes en Georgia.

Abril 1999: Dos adolescentes asesinan a 12 estudiantes y un profesor y luego se suicidan en la escuela secundaria de Columbine, en Colorado. >>

Estos hechos nos muestran que las consecuencias de la violencia escolar pueden llegar a ser devastadoras. En Guatemala, afortunadamente, hasta el día de hoy, no se tiene conocimiento de sucesos de la magnitud de los anteriormente mencionados. Sin embargo se puede apreciar gracias a los pocos estudios nacionales que la violencia escolar se está dando. Por lo que es importante mencionar en este punto que el presente trabajo lleva, de manera implícita, el deseo de contribuir a prevenir la violencia escolar. Es por ello que desde una perspectiva positiva y formadora se aborda la temática de la convivencia pacífica y se propone el desarrollo de la autoestima y estima hacia los demás como estrategias que favorecen la misma en los centros educativos. Por lo que es oportuno mencionar en este momento que al fortalecer la autoestima de los niños(as) se les está proporcionando, además, una herramienta útil contra los acosadores (Bullying) y agresores. Ya que como lo menciona Paula Gómez (2002: 135 y 137)

- ❖ Quienes poseen una alta autoestima tienden a rechazar relaciones que puedan hacerles daño.

- ❖ Los agresores, por lo general, buscan molestar a aquellos que son más inseguros y menos válidos.
- ❖ Cuando se tiene baja autoestima resulta más fácil unirse al grupo de agresores por el deseo de pertenecer a un grupo y/o por el miedo de ser agredidos (a pesar de no estar de acuerdo con las prácticas del mismo )
- ❖ Quienes tienen baja autoestima utilizan la violencia expresiva e instrumental de manera habitual.

Se puede concluir este inciso diciendo que se propone el desarrollo de la autoestima como el primer paso hacia la convivencia pacífica en los centros escolares ya que con ello se busca que los niños(a) se valoren, cuiden y respeten así mismos pero que además estén en mejor disponibilidad para aprender a estimar a otros.

## **B. Estima hacia otros**

Se ha considerado, en la elaboración de la guía, el desarrollo de la estima hacia a otros como la segunda estrategia para favorecer la convivencia pacífica. Pero antes de exponer su importancia se presentará su definición.

- 1. Definición de estima.** Según la Real Academia Española, estima es considerar y apreciar a otro(a) por alguna característica o circunstancia especial.

El desarrollo de la estima hacia otros, también, conlleva un proceso que implica conocimiento, aceptación y respeto por los demás.

- 2. Importancia del desarrollo de la estima hacia otros para lograr una convivencia pacífica.** Se ha mencionado con anterioridad que solo si un ser

humano se valora primero a sí mismo estará en mayor disponibilidad de reconocer que los otros seres humanos también merecen ser valorados y tratados con respeto. Pero es importante reconocer que se hace necesario encausar esa disponibilidad ayudando a los niños(as) a entender que:

- ❖ Los que le rodean también son seres humanos con cualidades importantes de descubrir y valorar.
- ❖ Los demás también pueden tener sus puntos de vista y tienen derecho de defenderlos
- ❖ Los seres humanos, a pesar de la diversidad, pueden convivir pacíficamente si entre ellos existe un trato mutuo de respeto, tolerancia, cooperación, solidaridad y por qué no de amistad.

En definitiva se habla de llevarlos a comprender que: “Yo” soy un ser valioso, que merezco ser tratado con consideración y aprecio pero: “Los demás” también son seres valiosos y merecen ser tratados con consideración y aprecio.

Si los seres humanos se estiman unos a otros podrán convivir pacíficamente a pesar de sus diferencias. Pues el desarrollo de la estima conlleva, además del conocimiento de los otros seres humanos, el aprendizaje de valores tales como igualdad, respeto, tolerancia y solidaridad. Valores que permiten obtener una sociedad más justa y pacífica. (Gobierno de la Rioja, 2005: 5)

Tanto la familia como el centros educativo representan el primer contacto de un ser humano en sociedad. Es aquí en donde cada ser humano aprende los fundamentos que lo regirán a lo largo de su vida. Es por todo ello la importancia de lograr que los niños(as) aprendan en ambos lugares los valores que conlleva el desarrollo de la estima. Ya que estos favorecen la convivencia pacífica.

**3. Pluralismo.** Es reconocer y aceptar que existe la diversidad (diferencias entre los seres humanos). Ya sean estas físicas, culturales, ideológicas, étnicas o de cualquier otra índole.

La Real Academia Española le define como: Un sistema en el que se acepta o reconoce la variedad de doctrinas o puntos de vista

José Luis Zurbano (2001: 74) considera que es indispensable aceptar que las personas son diferentes. Pues esto es un requerimiento básico para la convivencia pacífica.

**a. Ámbitos de la diversidad.** Cuando se desarrolla la autoestima y estima hacia los demás se reconoce que cada ser humano es único y especial. Se manifiesta de manera implícita que existe la diversidad y que a pesar de las diferencias se puede convivir pacíficamente.

José Luis Zurbano (2001: 74) dice que:

<<La diversidad es un hecho. Los seres humanos nacen y se hacen distintos. Cada uno vive con unas características propias, que constituyen su identidad y lo diferencian de los demás. >>

Los ámbitos de diversidad más característicos en los seres humanos, según José Luis Zurbano (2001: 74) son los siguientes:

- ❖ **Diversidad física:** Rasgos físicos, (estatura, peso, talla, etc.) sexualidad.
- ❖ **Diversidad psicológica:** Sentimientos y afectividad.

- ❖ **Diversidad étnica y cultural:** Rasgos humanos, (antiguamente llamados razas) rasgos culturales (tradiciones, costumbres, vestimenta, lengua)
- ❖ **Diversidad ideológica, religiosa y moral:** Ideas, creencias, opiniones, religión, valores morales.
- ❖ **Diversidad personal:** Intereses, aficiones, formas de vida.
- ❖ **Diversidad social:** Forma de comprender cómo funciona la sociedad y la política.

Es preciso enseñar a los niños(as) a reconocer, respetar y valorar la diversidad del ser humano. Ya que es esta diversidad la que permite el funcionamiento y desarrollo pacífico de la sociedad. (Zurbano, 2001: 74)

**4. El respeto a las diferencias individuales.** Es una actitud de amabilidad y consideración hacia todos los seres humanos, a pesar de sus diferencias personales. Mediante esta actitud se reconoce que todos los seres humanos, desde que nacen y sin distinción alguna, merecen ser tratados con respeto.

El artículo No. 1 de la *Declaración Universal de Derechos Humanos*, aprobada y proclamada el 10 de diciembre de 1948 por la Asamblea General de las Naciones Unidas (ONU) dice:

<<Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros. >>

Por su parte Luis Zurbano (2001: 75) menciona que todos los seres humanos nacen en igualdad de necesidades, derechos y obligaciones. A pesar de poseer diferentes rasgos físico, ideológicos o de cualquier otra índole.

Para lograr una convivencia pacífica y prevenir la violencia escolar en los centros educativos, también, es importante que los niños(as) aprendan el respeto a las diferencias individuales. Ya que este propicia un ambiente en el que prevalece la justicia y la paz.

**5. Tolerancia.** Es aceptar a los otros tal como son, aunque ellos tengan actitudes y formas de pensar distintas a las propias. (Zurbano, 2001: 76)

La tolerancia está íntimamente relacionada con el respeto a las diferencias individuales. Ya que aceptar (tolerar) que otros tengan diferentes formas de pensar y actuar permite reaccionar con amabilidad y consideración (respeto) ante esas diferencias.

José Zurbano (2001: 77) considera que para poder aceptar a las personas como son se hace necesario lo siguiente:

- ❖ Comprender las diferencias como una exigencia o derecho de la condición humana.
- ❖ Llevar con paciencia lo que no concuerde con las ideas o sentimientos personales.
- ❖ Admitir la diversidad como algo que puede enriquecer a la humanidad.
- ❖ Valorar la libertad de cada persona sin olvidar el bien común o universal.
- ❖ Conocer a las personas y descubrir sus valores personales.

**a. Ámbitos de la tolerancia.** Según José Zurbano (2001: 77) los ámbitos, de las personas, que se deben aprender a tolerar son los siguientes:

- ❖ Creencias y prácticas religiosas.
- ❖ Valores distintos a los propios.
- ❖ Ideas y prácticas políticas diferentes a las propias.
- ❖ Opiniones y comportamientos contrarios a los propios.
- ❖ Lenguas, culturas y etnias diversas

**b. Límites de la tolerancia.** La tolerancia también tiene sus límites. Es decir que no todo puede ser tolerado. Esto se debe a que hay ideas, actitudes o situaciones que pueden atentar contra la libertad, seguridad y/o dignidad de las personas.

José Zurbano (2001: 77) menciona que los seres humanos no deben tolerar lo siguiente:

- ❖ Lo que vaya en contra de la dignidad humana (discriminación, etc.)
- ❖ Lo que ponga en peligro la vida de los seres humanos (terrorismo, agresiones físicas y morales, marginación)
- ❖ Lo que impida la libertad.
- ❖ La violencia en todas sus expresiones.
- ❖ Las violaciones de los derechos básicos de la humanidad.

Para favorecer la intolerancia de los niños(as) contra todas aquellas cosas que pueden ponerles en peligro es importante, además, enseñarles a decir “No”. Porque saber cuándo pueden decir que “No” les va ayudar a evitar que otros les obliguen a hacer lo que no desean y lo que puede hacerles daño. (Gobierno de la Rioja, 2005:81)

**6. El Diálogo.** Es definido por José Zurbano (2001: 80) como una conversación,

entre dos o más personas, en la que se expresan opiniones o puntos de vista similares o diferentes, pero en un ambiente de respeto y tolerancia.

Para que ocurra el diálogo, según José Zurbano, (2001: 81) es necesario que las personas tengan:

- ❖ Conciencia de que nadie es poseedor de la verdad absoluta.
- ❖ Fundamento y sinceridad al expresar sus opiniones y sentimientos.
- ❖ Conciencia de que las opiniones y posturas de los demás también pueden tener fundamentos.
- ❖ Voluntad de comprender y respetar las razones y planteamientos de los demás.
- ❖ Actitud positiva ante las ideas, proyectos y sentimientos de los demás.
- ❖ Serenidad y calma para poder mantener el control de las emociones.

Por su parte el Gobierno de La Rioja (2002: 15) menciona que para mantener una buena comunicación con los demás es necesario:

- ❖ Aceptar que existen pensamientos distintos a los propios
- ❖ Dar opiniones personales cuando se crea necesario
- ❖ Respetar la opinión de otros aunque no coincidan con los propios
- ❖ Saber escuchar.
- ❖ Saber expresar con claridad los pensamientos y sentimiento propios.

**a. El lenguaje.** Es el medio de comunicación de los seres vivos. A los seres humanos les da la oportunidad de expresar sus pensamientos,

conocimientos, sentimientos y emociones. Les permite la interacción social, crear lazos positivos y transmitir valores. (La Rioja, 2002: 95)

Pero para que se de una buena comunicación es necesario que las personas utilicen entre ellas un lenguaje claro, preciso, común y comprensible. (Zurbano, 2001: 81)

**1. Expresión de sentimientos.** Cuando los seres humanos expresan sus sentimientos, (sensaciones que se producen el interior de una persona como resultado de las experiencias vividas) dan lugar a una comunicación sincera. Pero para que esa comunicación se de en un ambiente de cordialidad, que favorezca la convivencia, es importante aprender a decir lo que se siente de manera respetuosa. (Gobierno de La Rioja, 2002: 15)

Para poder expresar, adecuadamente, los sentimientos es necesario que los niños(as) aprendan, primero, a identificar, a valorar y a controlar sus sentimientos. (Gobierno de La Rioja, 2002:25)

Todos los sentimientos son aceptables (positivos o negativos) y favorecen la interacción entre las personas si son expresados de manera respetuosa, oportuna y clara. (Gobierno de La Rioja, 2002: 26)

Expresar los sentimientos negativos, de manera adecuada, puede ayudar a:

- ❖ Mejorar las relaciones sociales.
- ❖ Prevenir actitudes violentas.
- ❖ Aumentar la confianza y el crédito de la persona que lo expresa (Ya que es capaz de decir tanto las cosas positivas como las negativas.

- ❖ Mejorar las actitudes de otras personas.
- ❖ Solucionar problemas en el momento oportuno, previniendo futuras molestias.

(Gobierno de La Rioja, 2002: 29, 56, 61)

**b. Saber escuchar a otros.** Es prestar atención a lo que otros dicen, sin hacer interrupciones. Se esté o no de acuerdo con lo que se escucha.

Saber escuchar, según el Gobierno de la Rioja (2002: 7) tiene los siguientes efectos positivos:

- ❖ Contribuye a que se dé una buena comunicación
- ❖ Permite acceder a otros puntos de vista.
- ❖ Permite el enriquecimiento intelectual (Aprender de los demás)
- ❖ Desarrolla la capacidad de influir en los demás.
- ❖ Aumenta la capacidad de entender la postura de los otros
- ❖ Facilita la mediación y los acuerdos.
- ❖ Favorece un clima de cooperación.
- ❖ Favorece las relaciones interpersonales
- ❖ Estimula el pensamiento y el sentido crítico.

Permitir que otros expresen sus pensamientos y sentimientos es tan importante como expresar los pensamientos y sentimientos propios. Esto favorece el diálogo y como consecuencia de ello se pueden dar interacciones humanas más positivas.

- 7. Trabajo en equipo.** Es ayudar entre todos para que se logre un objetivo.  
(Gobierno de La Rioja, 2002: 38)

Los seres humanos desde pequeños forman parte de diversos grupos (la familia, la clase, los vecinos, etc.) y estos grupos requieren en muchas ocasiones de su ayuda para lograr metas que buscan el bien común. Por lo que es preciso desarrollar previamente en ellos una serie de habilidades básicas tales como: Respeto, tolerancia, escucha, comunicación, colaboración, solidaridad, etc. (Gobierno de La Rioja, 2002: 38)

Aspectos positivos del trabajo en equipo:

- ❖ Favorece las relaciones sociales del ser humano.
- ❖ Favorece el seguimiento de reglas.
- ❖ Aumenta la cohesión del grupo.
- ❖ Mejora el autoestima, la motivación, el rendimiento académico y el clima afectivo de los (las) educandos(as).
- ❖ Contribuye a desarrollar el sentido de pertenencia a un grupo.

(Gobierno de La Rioja, 2002: 38)

El trabajo en equipo es una maravillosa oportunidad de convivencia humana. Es un caminar juntos para lograr una misión, compartiendo objetivos e ideales. En donde cada miembro debe asumir un rol y responsabilizarse por las tareas asignadas, entendiendo que forma parte importante de un equipo de trabajo.

**a. Cooperación.** Es el ingrediente más importante para que se dé el trabajo en equipo.

La colaboración exige tres actitudes básicas:

- ❖ Confianza en los demás
  - ❖ Abandonar las preferencias individuales
  - ❖ Compartir las ganancias o resultados con el equipo de trabajo
- Zurbano (2001: 88)

Para que se dé la colaboración es necesario desarrollar las siguientes habilidades:

- ❖ Tolerancia
- ❖ Respeto a las diferencias individuales
- ❖ Flexibilidad: Estar abiertos a los cambios.
- ❖ Saber expresar los puntos de vista personales
- ❖ Escuchar a otros
- ❖ Estar abierto a las sugerencias y peticiones
- ❖ Aceptar las decisiones del grupo
- ❖ Valorar las aportaciones de los otros
- ❖ Dejar participar a los demás
- ❖ Participar activamente
- ❖ Manifestar simpatía y comprensión
- ❖ Actuar democráticamente
- ❖ Aceptar las reglas y normas establecidas
- ❖ Asumir las responsabilidades
- ❖ Reconocer las ventajas de la colaboración.

Zurbano (2001: 92)

Ventajas de la cooperación:

- ❖ Facilita la comunicación, el intercambio y el análisis de las experiencias que se viven en clase.
- ❖ Todos pueden suministrar y necesitar ayuda.
- ❖ Favorece:
  - Las relaciones interpersonales de los (las) educandos (as)
  - El modelaje de conductas positivas: La tolerancia, el respeto, la reciprocidad, la responsabilidad, etc.

**b. Solidaridad.** Se puede definir, según José Zurbano, (2001: 95) como:

<<El principio moral por el que uno vive unido a otras personas, compartiendo sus necesidades e intereses y prestándoles, en la medida de lo posible, la ayuda que necesitan>>

La solidaridad puede florecer cuando los seres humanos son capaces de compadecer el sufrimiento y entender las necesidades de otras personas como si fueran propias. Se puede decir, además, que el eje de la solidaridad es el amor al prójimo. (Zurbano, 2001: 95)

La convivencia pacífica no puede darse en ausencia de la solidaridad. Ya que el resultado de ello serían: Las injusticias, las marginaciones y los problemas sociales. Es por ello la importancia de formar la solidaridad en los niños(as). (Zurbano, 2001: 95)

Actitudes y habilidades que favorecen la solidaridad:

- ❖ Conocer las necesidades más importantes de las personas, en general, y de las personas de la comunidad (familia, centro educativo, barrio, etc.)
- ❖ Rechazar la discriminación, marginación e injusticia.
- ❖ Sensibilidad ante los diferentes problemas de la humanidad
- ❖ Bondad y ternura en las relaciones interpersonales.
- ❖ Desprendimiento y generosidad.
- ❖ Respetar y colaborar con los compañeros.
- ❖ Deseos de ayudar
- ❖ Responsabilidad en la resolución de los problemas y conflictos colectivos.
- ❖ Ser participativos

(Zurbano, 2001: 96)

**8. Amistad.** La amistad es importante para la felicidad de un ser humano. Ya que es el resultado de una relación en la que las personas se brindan cariño, ayuda, respeto y diversión mutuamente. (Gobierno de La Rioja, 2005: 54)

Los niños (as) que tienen un grupo de amigos juegan más, se relacionan mejor, reciben afecto, una mayor atención y además satisfacen la necesidad de pertenencia a un grupo. Son niños (as) que por lo general se sienten más seguros. (Gobierno de La Rioja, 2002: 39)

Se puede decir entonces que la elección, creación y mantenimiento de amigos(as) es un buen indicador del bienestar y felicidad de los niños(as). (Gobierno de La Rioja, 2002: 39)

La convivencia de los (las) escolares puede resultar más agradable y pacífica si se cultiva la amistad entre los miembros de una misma aula. Ya que en un grupo en el que se brindan apoyo, respeto, tolerancia y afecto de manera mutua inevitablemente se darán interacciones positivas que permitan una mejor convivencia.

Habilidades necesarias para poder desarrollar amistades:

- ❖ Ser amables y corteses (saludar, decir gracias, por favor, etc.)
- ❖ Saber escuchar con respeto, aún cuando no se piense igual que los demás.
- ❖ Ser respetuosos y tolerantes
- ❖ Saber compartir opiniones o afectos.
- ❖ Expresar adecuadamente pensamientos y sentimientos
- ❖ Saber pedir y dar ayuda
- ❖ Saber decir que no.
- ❖ Estar atento (a) a las necesidades de los amigos
- ❖ Saber aceptar los halagos
- ❖ Ser capaz de pedir disculpas cuando sea necesario
- ❖ Saber cumplir con los compromisos adquiridos
- ❖ Saber compartir las cosas personales
- ❖ Seguir normas
- ❖ Saber ganar y perder.

(Gobierno de La Rioja, 2002: 33)

Es importante además que los (las) niños(as) aprendan a elegir amistades. Es decir que aprendan a elegir grupos de verdaderos amigos y que aprendan a alejarse de

aquellos compañeros o grupos en donde les hacen daño (violencia escolar) y/o se les presiona para que hagan cosas que no les gustan o que les hacen daño.

### **C. Cultura de paz**

La cultura de paz es definida por La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) como:

<<Un conjunto de valores, actitudes, tradiciones, comportamientos y estilos de vida basados en la democracia, la tolerancia, la solidaridad, cooperación, diversidad cultural, diálogo, promoción del desarrollo, la educación para la paz, la libre circulación de información y la mayor participación de la mujer como enfoque integral para prevenir la violencia y los conflictos>>

Formar a los niños(as) en una cultura de paz es hacer que comprendan y respeten la libertad, la justicia, los derechos humanos, la diversidad cultural, la tolerancia, la igualdad y la solidaridad. Así como despertar en ellos la voluntad por participar en el desarrollo de la sociedad y el rechazo por la violencia. (UNESCO, 2001)

Se puede decir entonces que desarrollar en los niños(as) la estima hacia los demás contribuye a la formación de una cultura de paz. Pues como se ha mencionado con anterioridad el desarrollo de la estima conlleva, además del conocimiento de los otros seres humanos, el aprendizaje de valores tales como igualdad, respeto, tolerancia y solidaridad. Valores que favorecen una cultura de paz.

Tanto la *Declaración sobre una Cultura de Paz de la UNESCO* (ver anexo 1) como la *Declaración de los Derechos Universales de la ONU* (ver anexo2) incluyen principios que impulsan y definen lo que es una cultura de paz. Ambas declaraciones son una orientación y un estímulo para todos los seres humanos que desean fomentar

la paz en los diferentes ámbitos en los que se desenvuelven. (Centros educativos, parlamentos, salas de prensa, empresas, hogares, lugares de recreación, etc.)

#### **D. Cómo educar para la paz**

Contar con un sistema de valores, tradiciones y conductas como el que se contempla en una cultura de paz y que se pueda replicar, cada día, en los diferentes ámbitos de convivencia solo es posible si un ser humano tiene la oportunidad de vivir y crecer en un ambiente que:

- ❖ Sea agradable, cordial y pacífico
- ❖ Se estime a los demás a pesar de sus diferencias.
- ❖ Se enseñe con el ejemplo

El ejemplo de los papás, mamás y docentes es fundamental en la formación de los niños(as). Por lo tanto, como lo menciona José Zurbano, (2001: 103) es importante tener presente que para enseñar paz hay que ser un ejemplo de paz. Hay que pensar, hablar y actuar de acuerdo a lo que se está enseñando.

**1. La convivencia pacífica.** Es la que se logra cuando las personas aprenden a vivir juntas en un ambiente de cordialidad y de respeto mutuo. Cuando la forma de relacionarse entre ellas se basa en una cultura de paz.

Para lograr la convivencia pacífica en los centros educativos es necesario que todos los miembros de la comunidad educativa se estimen unos a otros, que los adultos, cada día, hagan algo para fomentar la cultura de paz en los diferentes ámbitos en los que se desenvuelvan, (hogar, comunidad, familia, amigos y/o en su lugar de trabajo) que proporcionen a los niños (as) un ambiente de tranquilidad,

seguridad, amor y ejemplos de aprecio y consideración, tanto hacia sí mismos como hacia los demás. Para que los niños(as) puedan observarlos e imitarlos en sus relaciones con los compañeros del centro escolar.

**a. Ámbitos de la convivencia.** Según José Zurbano (2001:70) los principales ámbitos de convivencia, en los que un ser humano se relaciona y complementa, son los siguientes:

- ❖ **La familia:** Considerado el núcleo básico de la sociedad, en donde se nace, crece y se comparten lazos físicos y afectivos con los miembros que la conforman.
- ❖ **El centro educativo:** Considerado un lugar de encuentro y aprendizaje con personas de similares características y necesidades.
- ❖ **Los amigos (as):** Seres humanos que se brindan cariño, ayuda, respeto y diversión mutuamente, con quienes se descubre y experimenta la vida.
- ❖ **El trabajo:** Lugar en donde se establecen “relaciones profesionales” y se comparten tareas.
- ❖ **Grupos de afinidad:** Personas que comparten actividades en común, ya sea por diversión, cultura, deporte, política o religión
- ❖ **Ámbitos institucionales:** En donde conviven personas que comparten el mismo espacio geográfico y la misma realidad histórica, cultural, política o humana. (barrio, municipio, departamento, país, etc.)

Los primeros ámbitos en los que sociabiliza un ser humano son su hogar y su centro educativo. En ambos lugares aprende los fundamentos que lo regirán a lo largo de su vida. Es por ello que ambos lugares representan el lugar ideal para sentar las bases de una cultura de paz que permita a los niños (as) de hoy convivir pacíficamente con sus compañeros(as) y amigos(as) del centro educativo y que permita a los hombres y mujeres del mañana convivir pacíficamente con las personas

que conformen los diferentes ámbitos en los que se desenvuelvan (familia, amigos(as), lugares de trabajo, grupos de afinidad, comunidad, etc.)

**b. Normas para la convivencia.** Para lograr la convivencia pacífica en los centros escolares es necesario, además, establecer específicamente cuáles son aquellas conductas que son aceptables. Es decir establecer normas de convivencia (Conductas positivas que deben ser interiorizadas y respetadas por todos) dentro de la familia y el centro escolar (Zurbano, 2001:177). Es importante, también, hacerles ver a los niños(as) que no todo puede ser tolerado y que la razón para ello es porque hay ideas, actitudes o situaciones que pueden atentar contra su seguridad y/o dignidad de personas. (Violencia, discriminación, etc.).

Cuando un niño(a) no cumpla con una norma establecida, tanto en el hogar como en el centro escolar, deberá ser corregido con respeto a su integridad física y a su dignidad de ser humano. Ya que corregir con métodos autoritarios o violentos le darán una idea contradictoria de lo que es la convivencia pacífica. Pues esa forma de corregir le dará un modelo negativo de resolución de conflictos y de trato hacia los demás seres humanos.

María Díaz (2006: 14) comenta que cuando se enseña a respetar normas sin caer en el autoritarismo ni en la negligencia (insultos, golpes, etc.) se favorece la convivencia pacífica y se previene la violencia escolar. Ya que con los métodos autoritarios y violentos los adultos dan a los niños(as) un modelo de dominio – sumisión (abuso de poder- humillación) que el niño(a) puede replicar, más adelante, en sus relaciones con otras personas.

Para lograr la convivencia pacífica, en los centros educativos, además de enseñar con el ejemplo y establecer normas, también es necesario que docentes, padres y madres de familia realicen actividades con los niños (as) que les permitan aprender a:

- ❖ Explorar y conocer su ámbito familiar y escolar
- ❖ Utilizar el lenguaje como medio para comunicarse.
- ❖ Escuchar a los demás con respeto y atención
- ❖ Identificar y controlar sus emociones y sentimientos
- ❖ Expresar sus pensamientos y sentimientos
- ❖ Conocer a las personas y descubrir sus valores personales.
- ❖ Explorar y conocer acerca de otras culturas y etnias
- ❖ Tener hacia los (las) demás, sin discriminación alguna, actitudes positivas de convivencia tales como: afectividad, respeto, tolerancia solidaridad y colaboración.
- ❖ Aceptar que existen pensamientos distintos a los propios
- ❖ Valorar las aportaciones de los otros
- ❖ Dejar participar a los demás
- ❖ Mantener una actitud positiva ante las ideas, proyectos y sentimientos de los demás, aún cuando estos no concuerden con los propios
- ❖ Valorar la dignidad de las personas
- ❖ Rechazar la violencia buscando la solución de los conflictos a través de la reflexión y del diálogo.
- ❖ Cumplir las normas de convivencia establecidas en el grupo, así como los hábitos sociales y las buenas costumbres
- ❖ Ser sensibles a las situaciones de violencia, injusticia y subdesarrollo que se viven en el mundo, especialmente en su comunidad
- ❖ Compartir las cosas personales
- ❖ Tener espíritu deportivo (saber ganar y perder)

### III. CONSIDERACIONES FINALES

La convivencia pacífica se da cuando las personas aprenden a vivir juntas en un ambiente de cordialidad y de respeto mutuo.

Se considera que favorecer el desarrollo de la autoestima, en los niños(as), es el primer paso hacia la convivencia pacífica en los centros escolares. Ya que con ello se busca que los niños(a) se valoren, cuiden y respeten así mismos pero que además estén en mejor disponibilidad para aprender a estimar a otros; si los seres humanos se estiman unos a otros podrán convivir pacíficamente a pesar de sus diferencias. Pues el desarrollo de la estima conlleva, además del conocimiento de los otros seres humanos, el aprendizaje de valores tales como igualdad, respeto, tolerancia, y solidaridad. Valores indispensables para lograr una cultura de paz.

Es importante mencionar que para favorecer el desarrollo de la autoestima y estima hacia otros es necesario que tanto educadores como padres y madres de familia le den a los niños(as) la oportunidad de vivir y crecer en un ambiente agradable, cordial, pacífico, con normas claras. Un ambiente en donde los adultos promuevan actividades que les permitan a los niños(as) desarrollar su autoestima y estima hacia los (las) demás. En donde además se les enseñe con el ejemplo. Para que de esta manera los niños(as) tengan modelos positivos que puedan replicar en sus relaciones con los compañeros(as) del centro escolar.

Finalmente se considera importante contar con una guía que sirva de apoyo y orientación, como la que se incluye en la segunda parte de este trabajo, que les permita tanto a educadores como a padres y a madres de familia crear ese ambiente que les permita desarrollar en los niños y en las niñas la autoestima y la estima hacia otros.

#### IV. BIBLIOGRAFÍA

Barrientos, Pablo. 2006. <<Estudio sobre la relación entre la autoestima y la intimidación escolar en adolescentes>> Tesis Universidad del Valle de Guatemala. Facultad de Ciencias Sociales. Departamento de Psicología. 62 págs.

*Boletín 2 Ajetab'al*. 2008. Ministerio de Educación de Guatemala. Ciudad Guatemala. 21 págs. Disponible en red: <http://www.mineduc.gob.gt/digeduca>

*Cronología: tiroteos en escuelas de EE.UU.* BBC. 2007. BBC Mundo. Disponible en red: [http://news.bbc.co.uk/hi/spanish/international/newsid\\_6561000/6561437.stm](http://news.bbc.co.uk/hi/spanish/international/newsid_6561000/6561437.stm)

*Declaración Universal de Derechos Humanos*. 1948. Organización de las Naciones Unidas (ONU). Disponible en red: <http://www.un.org/spanish/aboutun/hrights.htm>

*Declaración y Programa de Acción sobre una Cultura de Paz*. 1999. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). Disponible en red: <http://www.unesco.org/cpp/sp/proyectos/suncofp.pdf>

Díaz, María. 2006. *El acoso escolar y la prevención de la violencia desde la familia*. Madrid, Dirección General de Familia, Comunidad de Madrid. págs. 84. Disponible en línea: [http://www.educa.madrid.org/binary/570/GUIA\\_ACOSO\\_ESCOLAR.pdf](http://www.educa.madrid.org/binary/570/GUIA_ACOSO_ESCOLAR.pdf)

Diccionario de la lengua española. 2001. Real Academia Española. 22ª. ed. Madrid.  
Disponible en red: <http://www.rae.es>

Feldman, Jean. 2002. *Autoestima ¿Cómo desarrollarla?* 2ª. ed. Madrid, Narcea S.A.  
págs. 263

Gómez, Paula. 2002. <<Capítulo 7: Estrategias didácticas para trabajar las habilidades sociales en el contexto escolar>>. *Guía de orientación. Estrategias educativas para la prevención de la violencia. Mediación y diálogo*. Madrid, Cruz Roja juventud. Departamento Central. págs. 134-158. Disponible en red: [http://www.cruzrojajuventud.org/portal/page?\\_pageid=94,53081&\\_dad=portal30&\\_schema=PORTAL30](http://www.cruzrojajuventud.org/portal/page?_pageid=94,53081&_dad=portal30&_schema=PORTAL30)

*Guía de actuación en los centros educativos ante el maltrato entre iguales*. 2000. Inspección Educativa de la C. A. P. V. Vitoria-Gasteiz, Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco. 42 págs. Disponible en red: [http://www.hezkuntza.ejgv.euskadi.net/r43573/es/contenidos/informacion/dia6\\_erasoak\\_agresiones/es\\_erasoak/adjuntos/tratu\\_txarrak\\_c.pdf](http://www.hezkuntza.ejgv.euskadi.net/r43573/es/contenidos/informacion/dia6_erasoak_agresiones/es_erasoak/adjuntos/tratu_txarrak_c.pdf)

*Guía didáctica Un reto en la escuela: Los derechos humanos y la convivencia*. 2007. Cruz Roja Juventud España; Ministerio de educación de España. Madrid, Cruz Roja Juventud España. 100 págs. Disponible en red: [http://www.cruzrojajuventud.org/pls/portal30/docs/PAGE/SITE\\_CRJ\\_2/UN%20RETO%20EN%20LA%20ESCUELA/UN%20RETO%20EN%20LA%20ESCUELA%20LOS%20DERECHOS%20HUMANOS%20Y%20LA%20CONVIVENCIA.GU%CD A%20DID% C1TICA.PDF](http://www.cruzrojajuventud.org/pls/portal30/docs/PAGE/SITE_CRJ_2/UN%20RETO%20EN%20LA%20ESCUELA/UN%20RETO%20EN%20LA%20ESCUELA%20LOS%20DERECHOS%20HUMANOS%20Y%20LA%20CONVIVENCIA.GU%CD A%20DID% C1TICA.PDF)

*Informe de resultados. Bullying en la ciudad de Guatemala.* 2008. Ministerio de Educación de Guatemala. Guatemala. 27 págs. Disponible en red: [www.mineduc.gob.gt/digeduca](http://www.mineduc.gob.gt/digeduca)

Ortega, Rosario y colaboradores. 1998. <<La Convivencia Escolar: qué es y cómo abordarla>>. Programa educativo de prevención de maltrato entre compañeros y compañeras. Sevilla, Consejería de educación y ciencia. Junta de Andalucía. 262 págs. Disponible en red: [www.educacionenvalores.org/IMG/pdf/convivenciaqosarioortega.pdf](http://www.educacionenvalores.org/IMG/pdf/convivenciaqosarioortega.pdf)

Ortega, Rosario; Del R. Rosario. 2003. La violencia escolar. Barcelona, Editorial Graó. 133 págs.

Sánchez, Pedro ; V. Ángel. 2003. *Teoría y práctica de la orientación en la escuela: Un enfoque Psicológico.* México, Manual Moderno. 241 págs.

<<Tomo 1: La autoestima>>. 2005. *Programa Buenos tratos.* Investigaciones y Programas Educativos S.L. Logroño. Gobierno de La Rioja, Consejería de Juventud, Familia y Servicios Sociales. 113 págs. Disponible en red: <http://www2.elkarrekin.org/elk/bizihez/documento%20total%20bullying/doc97autoestima1larioja.pdf>

<<Tomo: 3: Resolución de problemas>>. 2002. *Programa Buenos tratos.* Investigaciones y Programas Educativos S.L. Logroño. Gobierno de La Rioja, Consejería de Juventud, Familia y Servicios Sociales. 85 págs. Disponible en red: <http://www2.elkarrekin.org/elk/bizihez/documento%20total%20bullying/doc100resolucionproblemas3larioja.pdf>

Voors, William. 2005. *Bullying. El acoso escolar*. Barcelona, Ediciones Oniro, S.A. págs. 173

Zurbano, José Luis. 2002. *Educación para la convivencia y para la paz. Educación Infantil*. Navarra, Gobierno de Navarra. Departamento de educación y cultura. 212 págs. Disponible en red: [http://www.pnte.cfnavarra.es/publicaciones/pdf/conv\\_inf.pdf](http://www.pnte.cfnavarra.es/publicaciones/pdf/conv_inf.pdf)

\_\_\_\_\_; 2002 a. *Educación para la convivencia y para la paz. Educación Primaria*. Navarra, Gobierno de Navarra. Departamento de educación y cultura. 258 págs. Disponible en red: [http://www.pnte.cfnavarra.es/publicaciones/pdf/conv\\_pri.pdf](http://www.pnte.cfnavarra.es/publicaciones/pdf/conv_pri.pdf)

# V. Anexos

# Anexo 1



## Asamblea General

Distr.  
GENERAL

A/RES/53/243  
6 de octubre de 1999

---

Quincuagésimo tercer período de sesiones  
Tema 31 del programa

### RESOLUCIONES APROBADAS POR LA ASAMBLEA GENERAL

[*sin remisión previa a una Comisión Principal (A/53/L.79)*]

#### 53/243. Declaración y Programa de Acción sobre una Cultura de Paz

##### A

##### DECLARACIÓN SOBRE UNA CULTURA DE PAZ

*La Asamblea General,*

*Recordando* la Carta de las Naciones Unidas, incluidos los propósitos y principios enunciados en ella,

*Recordando también* que en la Constitución de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura se declara que “puesto que las guerras nacen en la mente de los hombres, es en la mente de los hombres donde deben erigirse los baluartes de la paz”,

*Recordando además* la Declaración Universal de Derechos Humanos<sup>1</sup> y otros instrumentos internacionales pertinentes del sistema de las Naciones Unidas,

---

<sup>1</sup> Resolución 217 A (III).

*Reconociendo* que la paz no sólo es la ausencia de conflictos, sino que también requiere un proceso positivo, dinámico y participativo en que se promueva el diálogo y se solucionen los conflictos en un espíritu de entendimiento y cooperación mutuos,

*Reconociendo también* que el final de la guerra fría ha ampliado las posibilidades de reforzar una cultura de paz,

*Expresando profunda preocupación* por la persistencia y la proliferación de la violencia y los conflictos en diversas partes del mundo,

*Reconociendo* la necesidad de eliminar todas las formas de discriminación e intolerancia, incluidas las basadas en la raza, el color, el sexo, el idioma, la religión, la opinión política o de otra índole, el origen nacional, étnico o social, la propiedad, las discapacidades, el nacimiento u otra condición,

*Recordando* su resolución 52/15, de 20 de noviembre de 1997, en que proclamó el año 2000 “Año Internacional de la Cultura de la Paz”, y su resolución 53/25, de 10 de noviembre de 1998, en que proclamó el período 2001-2010 “Decenio Internacional de una cultura de paz y no violencia para los niños del mundo”,

*Reconociendo* la importante función que sigue desempeñando la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura en la promoción de una cultura de paz,

*Proclama solemnemente* la presente Declaración sobre una Cultura de Paz con el fin de que los Gobiernos, las organizaciones internacionales y la sociedad civil puedan orientar sus actividades por sus disposiciones a fin de promover y fortalecer una cultura de paz en el nuevo milenio:

#### *Artículo 1*

Una cultura de paz es un conjunto de valores, actitudes, tradiciones, comportamientos y estilos de vida basados en:

- a)* El respeto a la vida, el fin de la violencia y la promoción y la práctica de la no violencia por medio de la educación, el diálogo y la cooperación;
- b)* El respeto pleno de los principios de soberanía, integridad territorial e independencia política de los Estados y de no injerencia en los asuntos que son esencialmente jurisdicción interna de los Estados, de conformidad con la Carta de las Naciones Unidas y el derecho internacional;
- c)* El respeto pleno y la promoción de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales;
- d)* El compromiso con el arreglo pacífico de los conflictos;
- e)* Los esfuerzos para satisfacer las necesidades de desarrollo y protección del medio ambiente de las generaciones presente y futuras;
- f)* El respeto y la promoción del derecho al desarrollo;

- g) El respeto y el fomento de la igualdad de derechos y oportunidades de mujeres y hombres;
  - h) El respeto y el fomento del derecho de todas las personas a la libertad de expresión, opinión e información;
  - i) La adhesión a los principios de libertad, justicia, democracia, tolerancia, solidaridad, cooperación, pluralismo, diversidad cultural, diálogo y entendimiento a todos los niveles de la sociedad y entre las naciones;
- y animados por un entorno nacional e internacional que favorezca a la paz.

#### *Artículo 2*

El progreso hacia el pleno desarrollo de una cultura de paz se logra por medio de valores, actitudes, comportamientos y estilos de vida propicios para el fomento de la paz entre las personas, los grupos y las naciones.

#### *Artículo 3*

El desarrollo pleno de una cultura de paz está integralmente vinculado a:

- a) La promoción del arreglo pacífico de los conflictos, el respeto y el entendimiento mutuos y la cooperación internacional;
- b) El cumplimiento de las obligaciones internacionales contraídas en virtud de la Carta de las Naciones Unidas y el derecho internacional;
- c) La promoción de la democracia, el desarrollo de los derechos humanos y las libertades fundamentales y el respeto y cumplimiento universales de éstos;
- d) La posibilidad de que todas las personas a todos los niveles desarrollen aptitudes para el diálogo, la negociación, la formación de consenso y la solución pacífica de controversias;
- e) El fortalecimiento de las instituciones democráticas y la garantía de la participación plena en el proceso del desarrollo;
- f) La erradicación de la pobreza y el analfabetismo y la reducción de las desigualdades entre las naciones y dentro de ellas;
- g) La promoción del desarrollo económico y social sostenible;
- h) La eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer promoviendo su autonomía y una representación equitativa en todos los niveles de la adopción de decisiones;
- i) El respeto, la promoción y la protección de los derechos del niño;

j) La garantía de la libre circulación de información en todos los niveles y la promoción del acceso a ella;

k) El aumento de la transparencia y la rendición de cuentas en la gestión de los asuntos públicos;

l) La eliminación de todas las formas de racismo, discriminación racial, xenofobia e intolerancia conexas;

m) La promoción de la comprensión, la tolerancia y la solidaridad entre todas las civilizaciones, los pueblos y las culturas, incluso hacia las minorías étnicas, religiosas y lingüísticas;

n) El respeto pleno del derecho a la libre determinación de todos los pueblos, incluidos los que viven bajo dominación colonial u otras formas de dominación u ocupación extranjera, como está consagrado en la Carta de las Naciones Unidas y expresado en los Pactos internacionales de derechos humanos<sup>2</sup>, así como en la Declaración sobre la concesión de la independencia a los países y pueblos coloniales contenida en la resolución 1514 (XV) de la Asamblea General, de 14 de diciembre de 1960.

#### *Artículo 4*

La educación a todos los niveles es uno de los medios fundamentales para edificar una cultura de paz. En ese contexto, es de particular importancia la educación en la esfera de los derechos humanos.

#### *Artículo 5*

Los gobiernos tienen una función primordial en la promoción y el fortalecimiento de una cultura de paz.

#### *Artículo 6*

La sociedad civil ha de comprometerse plenamente en el desarrollo total de una cultura de paz.

#### *Artículo 7*

El papel informativo y educativo de los medios de difusión contribuye a promover una cultura de paz.

#### *Artículo 8*

Desempeñan una función clave en la promoción de una cultura de paz los padres, los maestros, los políticos, los periodistas, los órganos y grupos religiosos, los intelectuales, quienes realizan actividades científicas, filosóficas, creativas y artísticas, los trabajadores sanitarios y de actividades humanitarias, los trabajadores sociales, quienes ejercen funciones directivas en diversos niveles, así como las organizaciones no gubernamentales.

---

<sup>2</sup> Resolución 2200 A (XXI), anexo.

*Artículo 9*

Las Naciones Unidas deberían seguir desempeñando una función crítica en la promoción y el fortalecimiento de una cultura de paz en todo el mundo.

*107a. sesión plenaria  
13 de septiembre de 1999*

**B**

PROGRAMA DE ACCIÓN SOBRE UNA CULTURA DE PAZ

*La Asamblea General,*

*Teniendo en cuenta* la Declaración sobre una Cultura de Paz aprobada el 13 de septiembre de 1999,

*Recordando* su resolución 52/15, de 20 de noviembre de 1997, en que proclamó el año 2000 “Año Internacional de la Cultura de la Paz” y su resolución 53/25, de 10 de noviembre de 1998, en que proclamó el período 2001-2010 “Decenio Internacional de una cultura de paz y no violencia para los niños del mundo”,

*Aprueba* el siguiente Programa de Acción sobre una Cultura de Paz:

*A. Objetivos, estrategias y agentes principales*

1. El Programa de Acción constituiría la base del Año Internacional de la Cultura de la Paz y del Decenio Internacional de una cultura de paz y no violencia para los niños del mundo.
2. Se alienta a los Estados Miembros a que adopten medidas para promover una cultura de paz en el plano nacional, así como en los planos regional e internacional.
3. La sociedad civil debería participar en los planos local, regional y nacional a fin de ampliar el ámbito de las actividades relativas a una cultura de paz.
4. El sistema de las Naciones Unidas debería reforzar las actividades que realiza en pro de una cultura de paz.
5. La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura debería mantener su función esencial en la promoción de una cultura de paz y contribuir a ello de forma significativa.
6. Deberían fomentarse y afianzarse las asociaciones entre los diversos agentes que se indican en la Declaración para un movimiento mundial en favor de una cultura de paz.
7. Una cultura de paz se promovería mediante el intercambio de información entre los agentes sobre sus iniciativas a este respecto.

/...

8. La ejecución eficaz del Programa de Acción exige la movilización de recursos, incluidos recursos financieros, por parte de los gobiernos, las organizaciones y los particulares interesados.

*B. Consolidación de las medidas que adopten todos los agentes pertinentes en los planos nacional, regional e internacional*

9. Medidas para promover una cultura de paz por medio de la educación:

a) Revitalizar las actividades nacionales y la cooperación internacional destinadas a promover los objetivos de la educación para todos con miras a lograr el desarrollo humano, social y económico y promover una cultura de paz;

b) Velar por que los niños, desde la primera infancia, reciban instrucción sobre valores, actitudes, comportamientos y estilos de vida que les permitan resolver conflictos por medios pacíficos y en un espíritu de respeto por la dignidad humana y de tolerancia y no discriminación;

c) Hacer que los niños participen en actividades en que se les inculquen los valores y los objetivos de una cultura de paz;

d) Velar por que haya igualdad de acceso de las mujeres, especialmente de las niñas, a la educación;

e) Promover la revisión de los planes de estudio, incluidos los libros de texto, teniendo en cuenta la Declaración y el Plan de Acción Integrado sobre la Educación para la Paz, los Derechos Humanos y la Democracia<sup>3</sup> de 1995, para lo cual la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura prestaría cooperación técnica si así se le solicitara;

f) Promover y reforzar las actividades de los agentes que se indican en la Declaración, en particular la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, destinadas a desarrollar valores y aptitudes que favorezcan una cultura de paz, incluidas la educación y la capacitación en la promoción del diálogo y el consenso;

g) Reforzar las actividades en marcha de las entidades pertinentes del sistema de las Naciones Unidas destinadas a impartir capacitación y educación, cuando corresponda, en las esferas de la prevención de los conflictos y la gestión de las crisis, el arreglo pacífico de las controversias y la consolidación de la paz después de los conflictos;

h) Ampliar las iniciativas en favor de una cultura de paz emprendidas por instituciones de enseñanza superior de diversas partes del mundo, incluidas la Universidad de las Naciones Unidas, la Universidad para la Paz y el proyecto relativo al Programa de universidades gemelas y de Cátedras de la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

---

<sup>3</sup> Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, *Actas de la Conferencia General, 28a. reunión, París, 25 de octubre a 16 de noviembre de 1995*, vol. 1: *Resoluciones*, resolución 5.4, anexos.

10. Medidas para promover el desarrollo económico y social sostenible:

*a)* Tomar medidas amplias basándose en estrategias adecuadas y objetivos convenidos a fin de erradicar la pobreza mediante actividades nacionales e internacionales, incluso mediante la cooperación internacional;

*b)* Reforzar la capacidad nacional para aplicar políticas y programas destinados a reducir las desigualdades económicas y sociales dentro de las naciones, por medio, entre otras cosas, de la cooperación internacional;

*c)* Promover soluciones efectivas, equitativas, duraderas y orientadas al desarrollo para los problemas de la deuda externa y el servicio de la deuda de los países en desarrollo, por medio, entre otras cosas, del alivio de la carga de la deuda;

*d)* Reforzar las medidas que se adopten a todos los niveles para aplicar estrategias nacionales en pro de la seguridad alimentaria sostenible, incluida la formulación de medidas para movilizar y aprovechar al máximo la asignación y utilización de recursos obtenidos de todas las fuentes, incluso gracias a la cooperación internacional, como los recursos procedentes del alivio de la carga de la deuda;

*e)* Adoptar más medidas para velar por que el proceso de desarrollo sea participativo y por que los proyectos de desarrollo cuenten con la plena participación de todos;

*f)* Incluir una perspectiva de género y el fomento de la autonomía de mujeres y niñas como parte integrante del proceso de desarrollo;

*g)* Incluir en las estrategias de desarrollo medidas especiales en que se atiendan las necesidades de mujeres y niños, así como de grupos con necesidades especiales;

*h)* Reforzar mediante la asistencia al desarrollo después de los conflictos los procesos de rehabilitación, reintegración y reconciliación de todos los involucrados en el conflicto;

*i)* Incluir medidas de creación de capacidad en las estrategias y proyectos de desarrollo dedicados a la sostenibilidad del medio ambiente, incluidas la conservación y la regeneración de la base de recursos naturales;

*j)* Eliminar obstáculos que impidan la realización del derecho de los pueblos a la libre determinación, en particular de los pueblos que viven bajo dominación colonial u otras formas de dominación u ocupación extranjera, que afectan negativamente a su desarrollo social y económico.

11. Medidas para promover el respeto de todos los derechos humanos:

*a)* Aplicar cabalmente la Declaración y Programa de Acción de Viena<sup>4</sup>;

---

<sup>4</sup> A/CONF.157/24 (Parte I), cap. III.

b) Alentar la formulación de planes de acción nacionales para promover y proteger todos los derechos humanos;

c) Fortalecer las instituciones y capacidades nacionales en la esfera de los derechos humanos, incluso por medio de instituciones nacionales de derechos humanos;

d) Realizar y aplicar el derecho al desarrollo establecido en la Declaración sobre el derecho al desarrollo<sup>5</sup> y la Declaración y Programa de Acción de Viena;

e) Lograr los objetivos del Decenio de las Naciones Unidas para la educación en la esfera de los derechos humanos, 1995-2004<sup>6</sup>;

f) Difundir y promover la Declaración Universal de Derechos Humanos a todos los niveles;

g) Prestar más apoyo a las actividades que realiza la Alta Comisionada de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos en el desempeño de su mandato establecido en la resolución 48/141 de la Asamblea General, de 20 de diciembre de 1993, así como las responsabilidades establecidas en resoluciones y decisiones subsiguientes.

#### 12. Medidas para garantizar la igualdad entre mujeres y hombres:

a) Integrar la perspectiva de género en la aplicación de todos los instrumentos internacionales pertinentes;

b) Intensificar la aplicación de los instrumentos internacionales en que se promueve la igualdad entre mujeres y hombres;

c) Aplicar la Plataforma de Acción de Beijing aprobada en la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer<sup>7</sup> con los recursos y la voluntad política que sean necesarios y por medio, entre otras cosas, de la elaboración, la aplicación y el seguimiento de los planes de acción nacionales;

d) Promover la igualdad entre mujeres y hombres en la adopción de decisiones económicas, sociales y políticas;

e) Seguir fortaleciendo las actividades de las entidades pertinentes del sistema de las Naciones Unidas destinadas a eliminar todas las formas de discriminación y violencia contra la mujer;

f) Prestar apoyo y asistencia a las mujeres que han sido víctimas de cualquier forma de violencia, incluso en el hogar, el lugar de trabajo y durante los conflictos armados.

---

<sup>5</sup> Resolución 41/128, anexo.

<sup>6</sup> Véase A/49/261-E/1994/110/Add.1, anexo.

<sup>7</sup> *Informe de la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer, Beijing, 4 a 15 de septiembre de 1995* (publicación de las Naciones Unidas, No. de venta: S.96.IV.13), cap. I, resolución 1, anexo II.

13. Medidas para promover la participación democrática:

- a) Consolidar todas las actividades destinadas a promover principios y prácticas democráticos;
- b) Hacer especial hincapié en los principios y prácticas democráticos en todos los niveles de la enseñanza escolar, extraescolar y no escolar;
- c) Establecer y fortalecer instituciones y procesos nacionales en que se promueva y se apoye la democracia por medio, entre otras cosas, de la formación de funcionarios públicos y la creación de capacidad en ese sector;
- d) Fortalecer la participación democrática por medio, entre otras cosas, de la prestación de asistencia electoral a petición de los Estados interesados y de conformidad con las directrices pertinentes de las Naciones Unidas;
- e) Luchar contra el terrorismo, la delincuencia organizada, la corrupción, así como la producción, el tráfico y el consumo de drogas ilícitas y el blanqueo de dinero, por su capacidad de socavar la democracia e impedir el pleno desarrollo de una cultura de paz.

14. Medidas encaminadas a promover la comprensión, la tolerancia y la solidaridad:

- a) Aplicar la Declaración de Principios sobre la Tolerancia y el Plan de Acción de Seguimiento del Año de las Naciones Unidas para la Tolerancia<sup>8</sup> (1995);
- b) Apoyar las actividades que se realicen en el contexto del Año de las Naciones Unidas del Diálogo entre Civilizaciones, que se celebrará en 2001;
- c) Estudiar más a fondo las prácticas y tradiciones locales o autóctonas de solución de controversias y promoción de la tolerancia con el objetivo de aprender de ellas;
- d) Apoyar las medidas en que se promueva la comprensión, la tolerancia y la solidaridad en toda la sociedad, en particular con los grupos vulnerables;
- e) Seguir apoyando el logro de los objetivos del Decenio Internacional de las Poblaciones Indígenas del Mundo;
- f) Apoyar las medidas en que se promueva la tolerancia y la solidaridad con los refugiados y las personas desplazadas, teniendo en cuenta el objetivo de facilitar su regreso voluntario y su integración social;
- g) Apoyar las medidas en que se promueva la tolerancia y la solidaridad con los migrantes;

---

<sup>8</sup> A/51/201, apéndice I.

*h)* Promover una mayor comprensión, tolerancia y cooperación entre todos los pueblos, por medio, entre otras cosas, de la utilización adecuada de nuevas tecnologías y la difusión de información;

*i)* Apoyar las medidas en que se promueva la comprensión, la tolerancia, la solidaridad y la cooperación entre los pueblos y entre las naciones y dentro de ellas.

15. Medidas destinadas a apoyar la comunicación participativa y la libre circulación de información y conocimientos:

*a)* Apoyar la importante función que desempeñan los medios de difusión en la promoción de una cultura de paz;

*b)* Velar por la libertad de prensa y la libertad de información y comunicación;

*c)* Hacer uso eficaz de los medios de comunicación en la promoción y difusión de la información sobre una cultura de paz contando con la participación, como corresponda, de las Naciones Unidas y de los mecanismos regionales, nacionales y locales pertinentes;

*d)* Promover la comunicación social a fin de que las comunidades puedan expresar sus necesidades y participar en la adopción de decisiones;

*e)* Adoptar medidas acerca del problema de la violencia en los medios de información, incluidas las nuevas tecnologías de comunicación, entre otras, la Internet;

*f)* Incrementar las medidas destinadas a promover el intercambio de información sobre las nuevas tecnologías de la información, incluida la Internet.

16. Medidas para promover la paz y la seguridad internacionales:

*a)* Promover el desarme general y completo bajo control internacional estricto y efectivo, teniendo en cuenta las prioridades establecidas por las Naciones Unidas en la esfera del desarme;

*b)* Inspirarse, cuando proceda, en las experiencias favorables a una cultura de paz obtenidas de las actividades de "conversión militar" realizadas en algunos países del mundo;

*c)* Destacar la inadmisibilidad de la adquisición de territorios mediante la guerra y la necesidad de trabajar en pro de una paz justa y duradera en todas las partes del mundo;

*d)* Alentar la adopción de medidas de fomento de la confianza y actividades para la negociación de arreglos pacíficos de los conflictos;

*e)* Tomar medidas para eliminar la producción y el tráfico ilícitos de armas pequeñas y ligeras;

*f)* Apoyar actividades, a los niveles nacional, regional e internacional, encaminadas a la solución de problemas concretos que se produzcan después de los conflictos, como la desmovilización y la reintegración de excombatientes en la sociedad, así como de refugiados y personas desplazadas, la

ejecución de programas de recogida de armas, el intercambio de información y el fomento de la confianza;

g) Desalentar y abstenerse de adoptar cualquier medida unilateral que no esté en consonancia con el derecho internacional y la Carta de las Naciones Unidas y dificulte el logro pleno del desarrollo económico y social de la población de los países afectados, en particular mujeres y niños, impida su bienestar, cree obstáculos para el goce pleno de sus derechos humanos, incluido el derecho de todos a un nivel de vida adecuado para su salud y bienestar y el derecho a los alimentos, la atención médica y los servicios sociales necesarios, al tiempo que se reafirma que los alimentos y los medicamentos no deben utilizarse como instrumento de presión política;

h) Abstenerse de adoptar medidas de coacción militar, política, económica o de cualquier otra índole, que no estén en consonancia con el derecho internacional y la Carta y cuyo objetivo sea atentar contra la independencia política o la integridad territorial de los Estados;

i) Recomendar que se dé la consideración adecuada a la cuestión de las repercusiones humanitarias de las sanciones, en particular para las mujeres y los niños, con miras a reducir al mínimo las consecuencias humanitarias de las sanciones;

j) Promover una mayor participación de la mujer en la prevención y la solución de conflictos y, en particular, en las actividades en que se promueva una cultura de paz después de los conflictos;

k) Promover iniciativas de solución de conflictos como el establecimiento de días de tranquilidad para llevar a cabo campañas de vacunación y distribución de medicamentos, corredores de paz para permitir la entrega de suministros humanitarios y santuarios de paz para respetar el papel fundamental de las instituciones sanitarias y médicas, como hospitales y clínicas;

l) Alentar la capacitación en técnicas de entendimiento, prevención y solución de conflictos impartida al personal interesado de las Naciones Unidas, las organizaciones regionales pertinentes y los Estados Miembros, previa petición, cuando corresponda.

*107a. sesión plenaria  
13 de septiembre de 1999*

# Anexo 2

# **DECLARACION UNIVERSAL DE LOS DERECHOS HUMANOS**

El 10 de diciembre de 1948, la Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó y proclamó la Declaración Universal de Derechos Humanos, cuyo texto completo figura en las páginas siguientes. Tras este acto histórico, la Asamblea pidió a todos los Países Miembros que publicaran el texto de la Declaración y dispusieran que fuera "distribuido, expuesto, leído y comentado en las escuelas y otros establecimientos de enseñanza, sin distinción fundada en la condición política de los países o de los territorios".

## **PREÁMBULO**

Considerando que la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad intrínseca y de los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana;

Considerando que el desconocimiento y el menosprecio de los derechos humanos han originado actos de barbarie ultrajantes para la conciencia de la humanidad, y que se ha proclamado, como la aspiración más elevada del hombre, el advenimiento de un mundo en que los seres humanos, liberados del temor y de la miseria, disfruten de la libertad de palabra y de la libertad de creencias;

Considerando esencial que los derechos humanos sean protegidos por un régimen de Derecho, a fin de que el hombre no se vea compelido al supremo recurso de la rebelión contra la tiranía y la opresión;

Considerando también esencial promover el desarrollo de relaciones amistosas entre las naciones;

Considerando que los pueblos de las Naciones Unidas han reafirmado en la Carta su fe en los derechos fundamentales del hombre, en la dignidad y el valor de la persona humana y en la igualdad de derechos de hombres y mujeres, y se han declarado resueltos a promover el progreso social y a elevar el nivel de vida dentro de un concepto más amplio de la libertad;

Considerando que los Estados Miembros se han comprometido a asegurar, en cooperación con la Organización de las Naciones Unidas, el respeto universal y efectivo a los derechos y libertades fundamentales del hombre, y

Considerando que una concepción común de estos derechos y libertades es de la mayor importancia para el pleno cumplimiento de dicho compromiso;

**LA ASAMBLEA GENERAL proclama la presente DECLARACIÓN UNIVERSAL DE DERECHOS HUMANOS** como ideal común por el que todos los pueblos y naciones deben esforzarse, a fin de que tanto los individuos como las instituciones, inspirándose constantemente en ella, promuevan, mediante la enseñanza y la educación, el respeto a estos derechos y libertades, y aseguren, por medidas progresivas de carácter nacional e internacional, su reconocimiento y aplicación universales y efectivos, tanto entre los pueblos de los Estados Miembros como entre los de los territorios colocados bajo su jurisdicción.

### **Artículo 1.**

- Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.

### **Artículo 2.**

- Toda persona tiene todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración, sin distinción alguna de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.
- Además, no se hará distinción alguna fundada en la condición política, jurídica o internacional del país o territorio de cuya jurisdicción dependa una persona, tanto si se trata de un país independiente, como de un territorio bajo administración fiduciaria, no autónomo o sometido a cualquier otra limitación de soberanía.

### **Artículo 3.**

- Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona.

### **Artículo 4.**

- Nadie estará sometido a esclavitud ni a servidumbre, la esclavitud y la trata de esclavos están prohibidas en todas sus formas.

### **Artículo 5.**

- Nadie será sometido a torturas ni a penas o tratos crueles, inhumanos o degradantes.

### **Artículo 6.**

- Todo ser humano tiene derecho, en todas partes, al reconocimiento de su personalidad jurídica

### **Artículo 7.**

- Todos son iguales ante la ley y tienen, sin distinción, derecho a igual protección de la ley. Todos tienen derecho a igual protección contra toda discriminación que infrinja esta Declaración y contra toda provocación a tal discriminación.

### **Artículo 8.**

- Toda persona tiene derecho a un recurso efectivo ante los tribunales nacionales competentes, que la ampare contra actos que violen sus derechos fundamentales reconocidos por la constitución o por la ley.

### **Artículo 9.**

- Nadie podrá ser arbitrariamente detenido, preso ni desterrado.

### **Artículo 10.**

- Toda persona tiene derecho, en condiciones de plena igualdad, a ser oída públicamente y con justicia por un tribunal independiente e imparcial, para la determinación de sus derechos y obligaciones o para el examen de cualquier acusación contra ella en materia penal.

### **Artículo 11.**

- 1. Toda persona acusada de delito tiene derecho a que se presuma su inocencia mientras no se pruebe su culpabilidad, conforme a la ley y en juicio público en el que se le hayan asegurado todas las garantías necesarias para su defensa.

- 2. Nadie será condenado por actos u omisiones que en el momento de cometerse no fueron delictivos según el Derecho nacional o internacional. Tampoco se impondrá pena más grave que la aplicable en el momento de la comisión del delito.

## **Artículo 12.**

- Nadie será objeto de injerencias arbitrarias en su vida privada, su familia, su domicilio o su correspondencia, ni de ataques a su honra o a su reputación. Toda persona tiene derecho a la protección de la ley contra tales injerencias o ataques.

## **Artículo 13.**

- 1. Toda persona tiene derecho a circular libremente y a elegir su residencia en el territorio de un Estado.

- 2. Toda persona tiene derecho a salir de cualquier país, incluso del propio, y a regresar a su país.

## **Artículo 14.**

- 1. En caso de persecución, toda persona tiene derecho a buscar asilo, y a disfrutar de él, en cualquier país.

- 2. Este derecho no podrá ser invocado contra una acción judicial realmente originada por delitos comunes o por actos opuestos a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

## **Artículo 15.**

- 1. Toda persona tiene derecho a una nacionalidad.

- 2. A nadie se privará arbitrariamente de su nacionalidad ni del derecho a cambiar de nacionalidad.

## **Artículo 16.**

- 1. Los hombres y las mujeres, a partir de la edad núbil, tienen derecho, sin restricción alguna por motivos de raza, nacionalidad o religión, a casarse y fundar una familia, y disfrutarán de iguales derechos en cuanto al matrimonio, durante el matrimonio y en caso de disolución del matrimonio.
- 2. Sólo mediante libre y pleno consentimiento de los futuros esposos podrá contraerse el matrimonio.
- 3. La familia es el elemento natural y fundamental de la sociedad y tiene derecho a la protección de la sociedad y del Estado.

### **Artículo 17.**

- 1. Toda persona tiene derecho a la propiedad, individual y colectivamente.
- 2. Nadie será privado arbitrariamente de su propiedad.

### **Artículo 18.**

- Toda persona tiene derecho a la libertad de pensamiento, de conciencia y de religión; este derecho incluye la libertad de cambiar de religión o de creencia, así como la libertad de manifestar su religión o su creencia, individual y colectivamente, tanto en público como en privado, por la enseñanza, la práctica, el culto y la observancia.

### **Artículo 19.**

- Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye el de no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas, sin limitación de fronteras, por cualquier medio de expresión.

### **Artículo 20.**

- 1. Toda persona tiene derecho a la libertad de reunión y de asociación pacíficas.
- 2. Nadie podrá ser obligado a pertenecer a una asociación.

### **Artículo 21.**

- 1. Toda persona tiene derecho a participar en el gobierno de su país, directamente o por medio de representantes libremente escogidos.
- 2. Toda persona tiene el derecho de acceso, en condiciones de igualdad, a las funciones públicas de su país.
- 3. La voluntad del pueblo es la base de la autoridad del poder público; esta voluntad se expresará mediante elecciones auténticas que habrán de celebrarse periódicamente, por sufragio universal e igual y por voto secreto u otro procedimiento equivalente que garantice la libertad del voto

### **Artículo 22.**

- Toda persona, como miembro de la sociedad, tiene derecho a la seguridad social, y a obtener, mediante el esfuerzo nacional y la cooperación internacional, habida cuenta de la organización y los recursos de cada Estado, la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales, indispensables a su dignidad y al libre desarrollo de su personalidad.

### **Artículo 23.**

- 1. Toda persona tiene derecho al trabajo, a la libre elección de su trabajo, a condiciones equitativas y satisfactorias de trabajo y a la protección contra el desempleo
- 2. Toda persona tiene derecho, sin discriminación alguna, a igual salario por trabajo igual
- 3. Toda persona que trabaja tiene derecho a una remuneración equitativa y satisfactoria, que le asegure, así como a su familia, una existencia conforme a la dignidad humana y que será completada, en caso necesario, por cualesquiera otros medios de protección social.
- 4. Toda persona tiene derecho a fundar sindicatos y a sindicarse para la defensa de sus intereses.

### **Artículo 24.**

Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo y a vacaciones periódicas pagadas.

### **Artículo 25.**

- 1. Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios; tiene asimismo derecho a los seguros en caso de desempleo, enfermedad, invalidez, vejez u otros casos de pérdida de sus medios de subsistencia por circunstancias independientes de su voluntad.
- 2. La maternidad y la infancia tienen derecho a cuidados y asistencia especiales. Todos los niños, nacidos de matrimonio o fuera de matrimonio, tienen derecho a igual protección social.

### **Artículo 26.**

- 1. Toda persona tiene derecho a la educación. La educación debe ser gratuita, al menos en lo concerniente a la instrucción elemental y fundamental. La instrucción elemental será obligatoria. La instrucción técnica y profesional habrá de ser generalizada; el acceso a los estudios superiores será igual para todos, en función de los méritos respectivos.
- 2. La educación tendrá por objeto el pleno desarrollo de la personalidad humana y el fortalecimiento del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales; favorecerá la comprensión, la tolerancia y la amistad entre todas las naciones y todos los grupos étnicos o religiosos, y promoverá el desarrollo de las actividades de las Naciones Unidas para el mantenimiento de la paz.
- 3. Los padres tendrán derecho preferente a escoger el tipo de educación que habrá de darse a sus hijos.

### **Artículo 27.**

- 1. Toda persona tiene derecho a tomar parte libremente en la vida cultural de la comunidad, a gozar de las artes y a participar en el progreso científico y en los beneficios que de él resulten.
- 2. Toda persona tiene derecho a la protección de los intereses morales y materiales que le correspondan por razón de las producciones científicas, literarias o artísticas de que sea autora.

## **Artículo 28.**

Toda persona tiene derecho a la protección de los intereses morales y materiales que le correspondan por razón de las producciones científicas, literarias o artísticas de que sea autora.

## **Artículo 29.**

- 1. Toda persona tiene deberes respecto a la comunidad, puesto que sólo en ella puede desarrollar libre y plenamente su personalidad.
- 2. En el ejercicio de sus derechos y en el disfrute de sus libertades, toda persona estará solamente sujeta a las limitaciones establecidas por la ley con el único fin de asegurar el reconocimiento y el respeto de los derechos y libertades de los demás, y de satisfacer las justas exigencias de la moral, del orden público y del bienestar general en una sociedad democrática.
- 3. Estos derechos y libertades no podrán, en ningún caso, ser ejercidos en oposición a los propósitos y principios de las Naciones Unidas.

## **Artículo 30.**

- Nada en esta Declaración podrá interpretarse en el sentido de que confiere derecho alguno al Estado, a un grupo o a una persona, para emprender y desarrollar actividades o realizar actos tendientes a la supresión de cualquiera de los derechos y libertades proclamados en esta Declaración.

UNIVERSIDAD DEL VALLE DE GUATEMALA

Facultad de Educación

“Guía de apoyo para desarrollar en los niños y en las niñas la autoestima y la estima hacia otros como estrategias que favorecen la convivencia pacífica en los centros escolares de nivel primario”

Trabajo de graduación presentado por Karim Monterroso  
para optar al grado académico de Licenciada en Psicopedagogía

Guatemala  
2009



**“Guía de apoyo para desarrollar en los niños y en las niñas la autoestima y la estima hacia otros como estrategias que favorecen la convivencia pacífica en los centros escolares de nivel primario”**



# ÍNDICE

	Página
I. Introducción .....	1
II. Conozcamos un poco más acerca de la convivencia pacífica .....	3
A. ¿Qué es la convivencia pacífica? .....	3
B. ¿Cómo lograr la convivencia pacífica? .....	3
III. ¿Cómo desarrollar en niños y niñas de 6 a 12 años la autoestima y la estima hacia otros? .....	9
A. Desarrollo de la autoestima .....	9
1. Objetivo general .....	10
2. Estrategias generales que favorecen un buen desarrollo de la autoestima en los niños y niñas .....	10
3. Sesiones .....	15
4. Recursos .....	32
5. Evaluación del desarrollo de las actividades .....	33
B. Desarrollo de la estima .....	34
1. Objetivo general .....	37
2. Estrategias generales que favorecen un buen desarrollo de la autoestima en los niños y niñas .....	37
3. Sesiones .....	40
4. Recursos .....	58
5. Evaluación del desarrollo de las actividades .....	59
IV. Referencias bibliográficas .....	60
V. Recursos didácticos .....	62

## I. INTRODUCCIÓN

La familia y el centro educativo representan el primer contacto de un ser humano en sociedad. Es aquí en donde cada ser humano aprende los fundamentos que lo regirán a lo largo de su vida. Tanto padres de familia como docentes pueden marcar ya sea de manera positiva o negativa la vida de cada persona que esté al alcance de sus manos. Es por ello que la información y formación acerca de cómo favorecer el desarrollo de sus educandos(as) o hijos(as) es fundamental.

Esta guía fue creada con la intención de apoyar y orientar a aquellos educadores(as) padres y madres de familia que estén interesados en contribuir a desarrollar en los niños y en las niñas la autoestima y estima hacia otros como estrategias que favorecen la convivencia pacífica en los centros escolares.

Al inicio de la guía se les invita a conocer un poco más acerca de la convivencia pacífica, se les incentiva a proporcionar a los niños(as) un ambiente de tranquilidad, seguridad, normas claras, amor y ejemplos de aprecio y consideración, tanto hacia sí mismos como hacia los demás. Para que sus pequeños(as) puedan observarlos e imitarlos en sus relaciones con los compañeros del centro escolar.

Son varios los factores que pueden favorecer la convivencia pacífica en los centros escolares. Pero se consideró el desarrollo de la autoestima como una estrategia inicial. Ya que con ello se busca que los niños(a) se valoren, cuiden y respeten así mismos pero que además estén en mejor disponibilidad para aprender a estimar a otros; si los seres humanos se estiman unos a otros podrán convivir pacíficamente a pesar de sus diferencias. Ya que el desarrollo de la estima conlleva, además del conocimiento de los otros seres humanos, el aprendizaje de valores tales como igualdad, respeto, tolerancia, y solidaridad. Valores que contribuyen a lograr una convivencia pacífica.

Para favorecer al desarrollo de la autoestima y estima hacia otros se incluyen en esta guía estrategias generales que se pueden aplicar en el diario vivir, así como actividades interactivas, distribuidas en sesiones, que se pueden realizar con niños(as), de 6 a 12 años de edad, tanto de manera individual como grupal.

La guía cuenta además con recursos como cuentos, fábulas, juegos, tarjetas con ilustraciones, hojas de trabajo y tablas de cotejo para evaluar el desarrollo de las actividades.

## **II. CONOZCAMOS UN POCO MÁS ACERCA DE LA CONVIVENCIA PACÍFICA**

### **A. ¿Qué es la convivencia pacífica?**

La convivencia pacífica es aquella que se logra cuando las personas aprenden a vivir juntas en un ambiente de cordialidad y de respeto mutuo. Cuando la forma de relacionarse entre ellas se basa en una cultura de paz.

La cultura de paz es definida por La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) como:

<<Un conjunto de valores, actitudes, tradiciones, comportamientos y estilos de vida basados en la democracia, la tolerancia, la solidaridad, cooperación, diversidad cultural, diálogo, promoción del desarrollo, la educación para la paz, la libre circulación de información y la mayor participación de la mujer como enfoque integral para prevenir la violencia y los conflictos>>

### **B. ¿Cómo lograr la convivencia pacífica?**

Contar con un sistema de valores, tradiciones y conductas como el que se contempla en una cultura de paz y que se pueda replicar, cada día, en los diferentes ámbitos de convivencia solo es posible si un ser humano tiene la oportunidad de vivir y crecer en un ambiente que:

- ❖ Sea agradable, cordial y pacífico
- ❖ Se estime (considera y aprecia) a los demás a pesar de sus diferencias.
- ❖ Se enseñe con el ejemplo

El ejemplo de los papás, mamás y docentes es fundamental en la formación de los niños(as). Por lo tanto, como lo menciona José Zurbano, (2001: 103) es importante tener presente que para enseñar la convivencia pacífica hay que ser un ejemplo de convivencia pacífica. Hay que pensar, hablar y actuar de acuerdo a lo que se está enseñando.

Para lograr la convivencia pacífica en los centros educativos es necesario que todos los miembros de la comunidad educativa se estimen unos a otros, que los adultos, cada día, hagan algo para fomentar la cultura de paz en los diferentes ámbitos en los que se desenvuelvan, (hogar, comunidad, familia, amigos y/o en su lugar de trabajo) que proporcionen a los niños (as) un ambiente de tranquilidad, seguridad, amor y ejemplos de aprecio y consideración, tanto hacia sí mismos como hacia los demás. Para que los niños(as) puedan observarlos e imitarlos en sus relaciones con los compañeros del centro escolar.

Según José Zurbano (2001:70) los principales ámbitos de convivencia, en los que un ser humano se relaciona y complementa, son los siguientes:

- ❖ **La familia:** Considerado el núcleo básico de la sociedad, en donde se nace, crece y se comparten lazos físicos y afectivos con los miembros que la conforman.
- ❖ **El centro educativo:** Considerado un lugar de encuentro y aprendizaje con personas de similares características y necesidades.
- ❖ **Los amigos (as):** Seres humanos que se brindan cariño, ayuda, respeto y diversión mutuamente, con quienes se descubre y experimenta la vida.
- ❖ **El trabajo:** Lugar en donde se establecen “relaciones profesionales” y se comparten tareas.

- ❖ **Grupos de afinidad:** Personas que se comparten actividades en común, ya sea por diversión, cultura, deporte, política o religión.
- ❖ **Ámbitos institucionales:** En donde conviven personas que comparten el mismo espacio geográfico y la misma realidad histórica, cultural, política o humana. (barrio, municipio, departamento, país, etc.)

Los primeros ámbitos en los que sociabiliza un ser humano son su hogar y su centro educativo. En ambos lugares aprende los fundamentos que lo regirán a lo largo de su vida. Es por ello que ambos lugares representan el lugar ideal para sentar las bases de una cultura de paz que permita a los niños (as) de hoy convivir pacíficamente con sus compañeros(as) y amigos(as) del centro educativo y que permita a los hombres y mujeres del mañana convivir pacíficamente con las personas que conformen los diferentes ámbitos en los que se desenvuelvan (familia, amigos(as), lugares de trabajo, grupos de afinidad y comunidad)

Para lograr la convivencia pacífica en los centros escolares es necesario, además, establecer específicamente, cuales son aquellas conductas que son aceptables. Es decir establecer normas de convivencia (una serie conductas positivas que deben ser interiorizadas y respetadas por todos) dentro de la familia y el centro escolar (Zurbano, 2001:177). Es importante, también, hacerles ver a los niños(as) que no todo puede ser tolerado y que la razón para ello es porque hay ideas, actitudes o situaciones que pueden atentar contra su seguridad y/o dignidad de personas. (Violencia, discriminación, etc.).

Cuando un niño(a) no cumpla con una norma establecida, tanto en el hogar como en el centro escolar, deberá ser corregido con respeto a su integridad física y a su dignidad de ser humano. Ya que corregir con métodos autoritarios o violentos le darán una idea contradictoria de lo que es la convivencia pacífica. Pues esa forma de corregir le dará un modelo negativo de resolución de conflictos y de trato hacia los demás seres humanos.

María Díaz (2006: 14) comenta que cuando se enseña a respetar normas sin caer en el autoritarismo ni en la negligencia (insultos, golpes, etc.) se favorece la convivencia pacífica y se previene la violencia escolar. Ya que con los métodos autoritarios y violentos los adultos dan a los niños(as) un modelo de dominio – sumisión (abuso de poder- humillación) que el niño(a) puede replicar, más adelante, en sus relaciones con otras personas.

Para lograr la convivencia pacífica, en los centros educativos, además de enseñar con el ejemplo y establecer normas, también es necesario que docentes, padres y madres de familia realicen actividades con los niños (as) que les permitan aprender a:

- ❖ Explorar y conocer su ámbito familiar y escolar
- ❖ Utilizar el lenguaje como medio para comunicarse.
- ❖ Escuchar a los demás con respeto y atención
- ❖ Identificar y controlar sus emociones y sentimientos
- ❖ Expresar sus pensamientos y sentimientos
- ❖ Conocer a las personas y descubrir sus valores personales.
- ❖ Explorar y conocer acerca de otras culturas y etnias
- ❖ Tener hacia los (las) demás, sin discriminación alguna, actitudes positivas de convivencia tales como: afectividad, respeto, tolerancia solidaridad y colaboración.
- ❖ Aceptar que existen pensamientos distintos a los propios
- ❖ Valorar las aportaciones de los otros
- ❖ Dejar participar a los demás
- ❖ Mantener una actitud positiva ante las ideas, proyectos y sentimientos de los demás, aún cuando estos no concuerden con los propios
- ❖ Valorar la dignidad de las personas

- ❖ Rechazar la violencia buscando la solución de los conflictos a través de la reflexión y del diálogo.
- ❖ Cumplir las normas de convivencia establecidas en el grupo, así como los hábitos sociales y las buenas costumbres
- ❖ Ser sensibles a las situaciones de violencia, injusticia y subdesarrollo que se viven en el mundo, especialmente en su comunidad
- ❖ Compartir las cosas personales
- ❖ Tener espíritu deportivo (saber ganar y perder)

Para contribuir a la convivencia pacífica en los centros escolares se propone, en esta guía, que se desarrolle en los niños y en las niñas **la estima** (consideración y aprecio) hacia otros. Ya que el desarrollo de la estima hacia los demás conlleva el aprendizaje de valores tales como igualdad, respeto, tolerancia y solidaridad. Valores que favorecen la construcción de una sociedad con cultura de paz. Sin embargo es importante mencionar que no se puede pedir a los niños(as) que aprendan a valorar a otros si primero no se les enseña a valorarse a sí mismos. Es decir que se hace necesario desarrollar primero su **autoestima** para que de esta manera puedan estar en la capacidad de aprender a estimar a otros.

Ya que como lo menciona Paula Gómez (2002:136) :

<<Si las personas no se aman, aceptan y no se respetan no podrán querer, aceptar, tolerar, ni respetar a los demás. >>

Por otro lado es importante mencionar que al fortalecer la autoestima de los niños(as) se les está proporcionando, además, una herramienta útil contra los acosadores y agresores ya que:

- ❖ Quienes poseen una alta autoestima tienden a rechazar relaciones que puedan hacerles daño.
- ❖ Los agresores por lo general buscan molestar a aquellos que son más inseguros y menos validos.
- ❖ Cuando se tiene baja autoestima resulta más fácil unirse al grupo de agresores por el deseo de pertenecer a un grupo y/o por el miedo de ser agredidos (a pesar de no estar de acuerdo con las prácticas del mismo )
- ❖ Quienes tienen baja autoestima utilizan la violencia expresiva e instrumental de manera habitual. (Gómez, 2002: 135-137)

En síntesis se puede decir que para favorecer la convivencia pacífica en los centros escolares se propone en esta guía lo siguiente:

- ❖ **Partir del desarrollo de la autoestima** (aprecio y consideración que cada persona se da así misma) para que los niños(as) puedan estar en la capacidad y disposición de poder aprender a estimar a los(las) demás (apreciarles y considerarles)
- ❖ **Que tanto educadores(as) como padres y madres de familia:**
  - **Enseñen con el ejemplo:** Que vivan cada día de acuerdo a los valores que enseñen y que cuiden especialmente el trato que den a sus hijos(as) o educandos(as)
  - **Establezcan normas claras de convivencia:** Una serie de conductas positivas que deben ser interiorizadas y respetadas por todos
  - **Realicen actividades con los niños (as)** que les permitan desarrollar su autoestima y estima hacia los (las) demás.

### III. ¿CÓMO DESARROLLAR EN NIÑOS Y NIÑAS DE 6 A 12 AÑOS LA AUTOESTIMA Y LA ESTIMA HACIA OTROS?

#### A. Desarrollo de la autoestima

Para favorecer el desarrollo de la autoestima, se incluyen en esta guía:

- ❖ Una serie de estrategias generales que, tanto los educadores(as) como los padres y madres de familia, pueden aplicar en el diario vivir
- ❖ Actividades, para los niños(as), divididas en 10 sesiones de trabajo. Se recomienda realizar una sesión cada semana y seguir el orden en el que son presentadas para llevar un mejor control de las mismas.
- ❖ Un objetivo general
- ❖ Objetivos específicos para cada sesión, con la intención de que se pueda ir evaluando el desarrollo y progreso de los niños y niñas.
- ❖ Una tabla de cotejo para evaluar el cumplimiento de todos los objetivos específicos que se plantean en la guía.

Las actividades que se proponen, en este inciso, presentan las siguientes características:

- ❖ En su mayoría, son interactivas
- ❖ Utilizan las técnicas de:
  - **Bibliorecurso:** Lectura de cuentos como un medio de aprendizaje.

- **Artes expresivas:** Actividades manuales como coloreado, recorte y dibujo que permiten expresar ideas, sentimientos y para favorecen aprendizajes.
- ❖ Están diseñadas para brindar la oportunidad a los niños de tener un mejor **conocimiento, concepto, aceptación y respeto de sí mismos**. Es decir que se busca la manera de desarrollar positivamente su **autoestima**.
- ❖ Son flexibles:
  - Permiten el trabajo tanto de manera individual como colectiva.
  - Pueden adaptarse a las necesidades de cada niño(a) o grupo de trabajo. Por ejemplo: Si el niño no sabe leer o escribir, el educador(a), el papá o la mamá pueden narrar las historias o tarjetas didácticas y ayudarlo a escribir o escribir por el sus ideas y sentimientos.
  - Las sesiones de trabajo pueden ser realizadas en el centro escolar dirigidas por el educador(a) o bien puede ser realizadas en casa dirigidas por el padre o madre de familia. Pero es importante que se tomen en cuenta las modificaciones que se han hecho, para cada ámbito, en algunas sesiones.

## 1. Objetivo general

- ❖ Desarrollar en los niños y en las niñas la autoestima como estrategia que favorece la convivencia pacífica en los centros escolares de nivel primario.

## 2. Estrategias generales que favorecen un buen desarrollo de la autoestima en los niños y niñas.

Para lograr que los niños y niñas logren un buen desarrollo de su autoestima es necesario, como se ha mencionado con

anterioridad, que los adultos proporcionen a los niños (as), día a día, un ambiente de tranquilidad, seguridad y amor (buenos tratos). Un ambiente en donde los adultos sean un ejemplo digno de imitar, tanto en su forma de tratar a otros como en su forma de tratarse a sí mismos. Es decir que tanto educadores(as) como padres y madres de familia deben ser un buen modelo de autoestima. Es por ello que, en esta sección, se incluyen una serie de estrategias generales que pueden aplicarse en el diario vivir y favorecer un buen desarrollo de la autoestima en los niños y en las niñas. Dichas estrategias se presentan a continuación:

- ❖ Aceptar incondicionalmente a cada niño(a)
- ❖ Tomar en cuenta las opiniones de cada niño (a)
- ❖ Siempre saludar y despedir a los niños(as) afectuosamente
- ❖ Tratar a los niños(as) como individuos. Apremiar sus diferencias y no compararles con otras personas.
- ❖ Prestarle atención a los niños(as) cuando cuenten cosas personales
- ❖ Elogiar los talentos especiales e incentivar a los niños(as) para que los cultiven (Dibujo, pintura, canto, deporte, etc.)
- ❖ Pedir a los niños(as) que hagan cosas que sabemos que pueden realizar bien, con la finalidad de valorar aquello que saben hacer.
- ❖ Dejar, esporádicamente, mensajes para el niño(a) en algún lugar de la casa (mesa, refrigerador, cama, etc.) en donde el padre, la madre o algún otro miembro de la familia le pueda expresar lo mucho que le quieren y lo importante que es para ellos (“Te quiero”, “Te deseo un buen día”, “Éxitos en tus exámenes” “Harás una buena presentación en clase”, etc.)
- ❖ Elogiar las conductas positivas (colaboración, amabilidad, etc.) que muestren de manera espontánea.
- ❖ Decorar el aula y/o cuarto del niño con imágenes de revistas o fotografías que les recuerden momentos alegres, importantes y de éxitos alcanzados o por

alcanzar. (hacerlo juntos y de común acuerdo con el niño(a), respetando sus gustos y su creatividad)

- ❖ Exponer en el aula sus obras artísticas, proyectos, redacciones, etc. e invitar a sus familiares a apreciarlos.
- ❖ Recordarle a los niños(as) anécdotas agradables vividas con ellos.
- ❖ Fomentar en los niños(as) hábitos saludables de vida, alimentación, higiene, ejercicio físico, descanso, respeto a las horas de sueño, etc.
- ❖ Indicar de manera clara y precisa a los niños (as) cómo sus acciones (esfuerzo, dedicación, etc.) influyen en los resultados obtenidos
- ❖ Felicitar a los niños(as) cuando haga bien alguna de las diferentes tareas que se le asignen (escolares, domésticas, etc.)
- ❖ Ofrecer alternativas a los niños (as) cuando cometan errores.
- ❖ Cuando alguien de la familia o del centro escolar cometa un error, hay que evitar los insultos y comentarios descalificadores tales como: “Eres un inútil”, “Ya sabíamos que contigo no se puede”, “No sirves para nada”, etc.
- ❖ Mostrar aprobación, al niño(a) por las cosas que hace bien cada día.
- ❖ Elogiar a los niños(as) por cada esfuerzo que hagan para lograr sus objetivos
- ❖ Dejar que el niño(a) organice una actividad para toda la familia.
- ❖ Dar gracias a los niños/as cuando hagan algo que se les solicitó.
- ❖ Tomarse el tiempo para preguntar y escuchar cómo se sienten los niños(as) ( Cómo les ha ido en el centro educativo, cómo amanecieron, etc. y darles la oportunidad de que cuenten lo que ellos crean conveniente)
- ❖ Confiarle a los niños(as) tareas domésticas, adecuadas a su edad, que les permitan sentirse importantes y útiles. (Regar el jardín, barrer, etc.)
- ❖ Promover veladas familiares en donde se dé la oportunidad a los niños(as) de expresar sus inquietudes, logros, preocupaciones y/o en donde los miembros

de la familia puedan divertirse juntos (hacer algún deporte, juegos de mesa, contar chistes, hacer adivinanzas, lectura de cuentos, etc.)

- ❖ Cuando un niño(a) no cumpla con una norma establecida deberá ser corregido con respeto a su integridad física y a su dignidad de ser humano. (no golpes, no insultos, etc.)
- ❖ Que el padre o madre de familia haga algo especial para el niño(a) con la intención de hacerle sentir amado e importante (Le cocine su comida favorita, Le comente lo mucho que le gusta estar con el o ella, que hagan la actividad favorita de el o ella, etc.)
- ❖ Cuando el niño(a) sienta tristeza:
  - Brindarle mensajes positivos (Pronto encontraremos una solución a tu problema, tu eres capaz de salir adelante, confiamos en ti, etc.).
  - Recordar con él o ella los momentos en los que se ha sentido bien.
  - Hacer con él o ella actividades que lo distraigan y le brinden momentos de alegría (jugar, visitar amigos(as), ejercicio, ver una película juntos, etc.)
  - Darle a los problemas su justa importancia y no agrandarlos.
  - Escuchar al niño(a) con atención y expresarle comprensión

(Gobierno de La Rioja, 2005: 34, 43, 55, 63, 87, 96,104) y

(José Zurbano, 2002: 150,152, 201,202)

Es importante que tanto educadores como padres y madres de familia no confundan el desarrollo de la autoestima:

<<El sentimiento de la propia valía personal, el valorarse y quererse a sí mismo a sí misma. >> (Gobierno de La Rioja, 2005:33)

Con el egocentrismo:

<<Exagerada exaltación de la propia personalidad, hasta considerarla como centro de la atención y actividad generales. >> (Real Academia Española, 2001)

O con la idolatría:

<<Amor excesivo y vehemente a alguien o algo. >> (Real Academia Española, 2001)

Ya que se trata de llevar a los niños y niña a comprender que: “Yo” soy un ser importante, que merezco ser tratado con consideración y aprecio pero también se trata de llevarlos a comprender que: “Los demás” también son seres importantes y merecen ser tratados con consideración y aprecio. Pues todos los seres humanos poseen algo único y especial que pueden aportar a la humanidad para hacer de este un mundo mejor. Es por ello que se considera importante que tanto los educadores(as) como los padres y madres de familia no solo tomen en cuenta las estrategias generales y las actividades para desarrollar autoestima, si no que también lean y pongan en práctica las estrategias generales y las actividades para desarrollar la estima hacia los demás.



**3. Sesiones.** Antes de realizar las sesiones es importante que el adulto que las realice con los niños les haya observado con anterioridad y haya descubierto, en ellos(as), muchas de sus fortalezas y debilidades. Pues es posible que algunos niños(as) necesiten ayuda para descubrirlas.

Por otro lado es importante mencionar que antes de empezar a realizar las sesiones, con el niño(a) o niños(as), se deben leer y comprender las actividades descritas para cada sesión, así como consultar los recursos didácticos, que están al final de la guía, para realizar las actividades de la mejor manera.

Los Recursos didácticos están distribuidos de la siguiente manera:

- ❖ **Recursos 1:** Cuentos y fábulas (con estrategias para realizar su narración y análisis)
- ❖ **Recursos 2:** Materiales que se usarán en algunas sesiones
- ❖ **Recursos 3:** Hojas de trabajo
- ❖ **Recursos 4:** Tabla de cotejo para evaluar los objetivos específicos.

## Sesión No. 1

### ¿SABES LO QUE ME GUSTA HACER?



#### Objetivos específicos:

- ❖ Que cada niño(a):
  - Exprese por medio de un dibujo la actividad que más le gusta realizar.
  - Exprese por medio de dibujos o de un párrafo escrito sus actividades favoritas.
  - Exprese por medio de dibujos o de un párrafo escrito las actividades que no le gusta realizar

#### Actividades:

En el salón de clase o con varios niños:

1. Lanzando una pelota o una esponja preguntar a algunos niños(as): Qué han hecho el fin de semana, o pedirles que cuenten qué les gusta hacer al terminar las tareas en casa.
2. Presentar fichas (pequeños carteles) que contengan diferentes actividades: Niños(as) jugando con sus papás, jugando en bicicleta, con muñecas, pelotas, etc. e ir las pegando en diferentes áreas del salón

3. Invitar a los niños(as) a que se ubiquen en donde está la imagen de lo que más les gusta hacer. Ya ubicados en ese lugar dibujarán, en una hoja, esa actividad que eligieron.
4. Invitar a los niños a regresar a su lugar y pedirles que dibujen, en la parte de atrás de la hoja que ya usaron, un libro abierto: Del lado derecho dibujarán o escribirán lo que más les gusta hacer y del lado izquierdo escribirán aquellas cosas que no les gusta hacer (indicando el por qué)
5. Invitar a los niños a compartir su listado con los demás niños(as) del salón.

**Modificación:**

En casa con el padre o madre de familia con un solo niño(a):

1. Se entregarán las tarjetas al niño(a) para que elija su actividad favorita.
2. Se platicará con él o ella de las diferentes actividades.
3. El padre o madre elige también su actividad favorita
4. Ambos dibujarán un libro abierto (sin ver lo que cada uno(a) está haciendo) y escribirán o dibujarán del lado derecho lo que más les gusta hacer y del lado izquierdo aquellas cosas que no les gusta hacer (indicando el por qué)
5. Compartirán sus listados
6. El padre o madre de familia (ambos si se da el caso) invitarán al niño(a) a realizar con ellos su actividad favorita.

**Sesión No. 2**  
**“A GUSTO CONSIGO MISMO(A)”**



**Objetivo específico:**

- ❖ Que cada niño(a):
  - Escriba en el dibujo de una ventana aquellas cosas que considere que puede hacer bien (fortalezas) y aquellas que no (debilidades)

**Actividades:**

1. Narración de la fábula “ El ciervo y su cornamenta” (Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento.
3. Introducir los conceptos de fortalezas y debilidades:
  - Las fortalezas son todas aquellas cosas que podemos hacer muy bien, son las habilidades que posee cada persona, son sus aspectos positivos, sus cualidades.
  - Las debilidades: Son todas aquellas cosas que nos cuestan hacer, aquellas cosas para las que se tiene menor habilidad o aquellos aspectos que no nos agradan tanto de nosotros mismos.
4. Presentar, en un cartel en forma de ventana, un listado de fortalezas y uno de debilidades. (Ver recursos 2)

5. Explicar y comentar cada uno de los listados
6. Comentar con el niño(a) o niños(as) la importancia de aceptarse y quererse así como son, que las debilidades que se poseen **no son razón para sentirse mal o inferior**. Es decir enseñarle al niño(a) **a sentirse a gusto consigo mismo(a)**, enseñarle a valorar sus fortalezas y a aceptar sus debilidades. Lo cual no significa conformismo. La aceptación es solo el primer paso hacia la superación personal. (Gobierno de la Rioja, 2005: 42)
7. Pedir a los niños(as) que escriban en el dibujo de una ventana, hecha por ellos, en una hoja de papel, un listado de sus fortalezas (en un lado de la ventana) y uno de sus debilidades (en el otro de la ventana). Indicando cuáles son sus fortalezas y cuáles son sus debilidades.

### Sesión No. 3

#### “MÁS VALIOSO QUE CUALQUIER OBJETO”

#### Objetivos específicos:

- ❖ Que cada niño(a):
  - Dibuje un objeto que sea importante para sí mismo(a),
  - Escriba su cualidad más importante



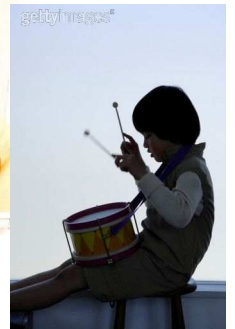
**Actividades:**

1. Narración del cuento “Lazos y vasos” (Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento.
3. Invitar al niño(a) o niños(as) a dibujar y colorear un objeto que sea importante para el.
4. Comentar con el niño(a) o niños(as) la importancia que tienen los seres humanos sobre cualquier objeto del mundo.
5. Comentar con el niño(a) o niños (as) la importancia de cuidarse más que a esos objetos preciados. (tratarse con respeto, cuidar su salud, cultivar habilidades, etc.)
6. Invitar al niño(a) o niños(as) a escribir la cualidad que el considere que mejor lo representa. (En la parte superior de la hoja en donde se dibujo el objeto)
7. Las hojas de trabajo pueden pegarse en salón de clase o en el cuarto del niño(a). Según en donde se haya realizado la actividad.



## Sesión No. 4

### “SOY VALIOSO”



#### Objetivos específicos:

- ❖ Que cada niño(a):
  - Escriba, en el centro de la silueta de su mano, la fortaleza que consideré más importante de sí mismo(a)
  - Escriba, en la silueta de su mano, 5 cualidades, que considere son las más representativas de sí mismo(a).

#### Actividades:

1. Narración del cuento “La Urraca vanidosa” (Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento.
3. Recordar al niño(a) o niños (as) que todos los seres humanos tienen cosas agradables y bonitas. **“Que dentro de cada uno de ellos hay algo que brilla, que vale mucho y que se debe descubrir”** (Nava Sofía Rubio; Suárez María, 2007)
4. Invitar al niño(a) o niños (as) a mencionar cosas positivas de sí mismo(a).
5. Pedir a cada niño(a) que dibuje la silueta de su mano y escriba en la palma de su mano la fortaleza que considere es la más importante en el o ella.

6. Cada niño(a) escribirá en cada dedo, de la mano que dibujó, una cualidad o habilidad de sí mismo.
7. Si la actividad se realiza en casa el padre o madre de familia (ambos si se de el caso) con otros miembros que vivan en casa como abuelitos, etc. pueden hacer su propia mano de cualidades.
8. Entrelazar las manos y luego pegarlas en el salón de clase o cuarto del niño (según en donde se haya realizado la actividad) como simbolismo de unión. Explicar que cada mano representa a cada uno y las virtudes que puede aportar al grupo. (Familiar o escolar)

**Sesión No. 5**  
**“PUEDO HACER  
MUCHAS COSAS BIEN”**



**Objetivos específicos:**

- ❖ Que cada niño(a):
  - Escriba su habilidad intelectual más importante.
  - Escriba su habilidad espiritual más importante
  - Escriba su habilidad física más importante
  - Indique verbalmente la importancia de cuidar su cuerpo



## Actividades:

1. Presentar al niño(a) o niños(as) una caja, decorada, con tapadera (adentro de la caja, en el fondo, pegar un espejo)
2. Contar, al niño(a) o niños(as), que adentro de la caja hay algo muy importante y que al abrirla podrán ver a alguien que deberán amar y respetar siempre.
3. Pasar la caja a cada niño(a) para que pueda ver lo que hay adentro (pedirles que mantengan en secreto lo que han visto hasta que todos hayan visto lo que hay allí)
4. Utilizando un espejo grande se dará la oportunidad a cada niño de:
  - Ver su imagen en el espejo
  - Decir lo que ve y lo que más le gusta.
  - Decir la importancia de cuidar su cuerpo

Se resaltarán:

- La importancia de las funciones que tiene cada parte del cuerpo
  - Que no es necesario que todos seamos físicamente iguales
  - Que todos, a pesar de las diferencias, somos igual de importantes
  - Que lo más importante es valorarnos y respetarnos tal y como somos.
5. Se ayudarán entre los niños(as) a dibujar su silueta del cuerpo, en uno o dos pliegos de papel periódico. (Si la actividad se realiza en casa uno de los padres o ambos si es el caso ayudarán al niño(a) a hacer su silueta. (Ellos también pueden hacer su silueta con la ayuda de su hijo o hija)
  6. Invitar a los niños(as) a escribir en la silueta, sus 3 características o habilidades más importantes, de esta manera:

- En la cabeza una habilidad intelectual (inteligente, creativo, etc.)
- En el corazón una habilidad espiritual (bondadoso, cariñoso, etc.)
- Una habilidad física: La escribirán en aquella parte del cuerpo que les permite expresarla (Pintor(a), nadador(a), guitarrista, bailarín (a), atleta, cantante, etc.)

7. Las siluetas pueden pegarse en el salón de clase o en el cuarto del niño(a) según en donde se realizó la actividad.

## Sesión No. 6

### “CUIDO Y RESPETO MI CUERPO”

#### Objetivos específicos:



❖ Que cada niño(a):

- Realice la hoja de trabajo, que contiene actividades de autocuidado, según las instrucciones que se le den.
- Escriba, en la cartulina que se le dé, la importancia de cuidar su cuerpo



## Actividades:

En el salón de clase:

1. Agrupar a los niños en grupos (de 4 )
2. Repartir entre los niños la tarjetas que ilustran y describen las formas en que cada ser humano puede cuidar su cuerpo (Ver recursos 2)
3. Pedir que en su grupo las observen y lean.
4. Invitarlos(as) a que intercambien las tarjetas entre los grupos.
5. Cada grupo seleccionará un representante: El representante de cada grupo compartirá con la clase una de las tarjetas y mencionará la importancia de la misma.
6. Entregar a cada niño(a) una hoja en donde se ilustran diferentes formas de cuidar el cuerpo ( Ver recursos 3)
7. Invitar a los niños(as) a colorear, recortar y pegar cada imagen en una cartulina que se les entregará
8. Cada niño escribirá en la cartulina, que se le dio, la importancia de cuidar su cuerpo
9. Las cartulinas pueden llevarlas a casa para compartirlas con los miembros de su familia ( Sugerirles que la peguen en un lugar visible para todos y todas)

**Modificación:**

En casa con uno o pocos niños:

1. El padre o madre de familia ( ambos si se da el caso) alternará la lectura de la tarjetas con el niño(a) o con los otros miembros de la familia que participen (otros hermanos, primos o abuelitos)
2. Reflexionar acerca de la importancia de lo que se indica en cada tarjeta
3. Entregar al niño(a) una hoja en donde se ilustran diferentes formas de cuidar el cuerpo ( Ver recursos 3)
4. Invitar al niño(a) o niños(as) a colorear, recortar y pegar cada imagen en una cartulina que se les entregará
5. Pedir al niño(a) o niños(as) que escriban en la cartulina, que se le dio, la importancia de cuidar su cuerpo
6. Pegar la cartulina en un lugar visible para todo(as)



**Sesión No. 7**  
**“SOY ESPECIAL Y MEREZCO SER  
TRATADO CON RESPETO”**



**Objetivos específicos:**

- ❖ Que cada niño(a):
  - Exprese por qué merece el respeto de los demás.
  - Nombre una cualidad de sí mismo.
  - Realice su hoja de trabajo de acuerdo a las instrucciones que se le den.

**Actividades:**

1. Lectura del cuento “La Cotorra” ( Ver recursos 1 )
2. Análisis de la lectura: hablar acerca de que cada uno tiene algo especial. Cada uno pensará en algo bonito de sí mismo.
3. Recalcar la importancia de lo especial que es cada uno. Que ellos al igual que otras personas merecen ser tratados con respeto (hablaremos de lo que es el respeto y de las características de las personas que respetan: Atentos, cordiales, solidarios, considerados)
4. Comentar con el niño(a) o niños(as) la siguiente frase: **“Todos los seres humanos desde que nacen merecen ser tratados con respeto”** (preguntarles qué piensan de eso)

5. Dar a cada niño(a) una hoja en donde se encuentra la figura de un niño sin terminar (Ver recursos 3) para que ellos la completen a su gusto y creatividad (con témperas, crayones papel de china, etc.)
6. Cada niño(a) debe escribir, en la playera de la figura que completó, la fortaleza que más lo representa.
7. En la parte superior de la hoja dirá: **“Soy especial y merezco ser tratado con respeto. Lo que yo soy es lo que importa”** (Canfiel y Hansen, 1995)
8. Cada niño(a), si así lo desea, podrá compartir lo que escribió con el resto de sus compañeros.

## Sesión No. 8

### “SOY ÚNICO(A) Y ESPECIAL”

#### Objetivos específicos:

- ❖ Que cada niño (a) :
  - Decore su chaleco de cualidades
  - Escriba, en su chaleco, las dos fortalezas que mejor le describen.

#### Actividades:

1. Narración del cuento “El caballito enano” ( Ver recursos 1)



2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento: Recordar a los niños que cada ser humano, al igual que el caballito del cuento, tiene características únicas y especiales.
3. Dar a cada niño(a) un pliego de papel periódico ,en forma de chaleco,( Ver recursos 2)
4. Cada niño(a) decorará el chaleco, según su creatividad y usando los materiales que el o ella prefiera. Pero deberá pegar 6 rectángulos de cartulina en el Chaleco. ( Se sugiere que el tamaño de los rectángulos sea de 12 centímetros de largo y 4 centímetros de ancho )
5. Cada niño escribirá en dos de los rectángulos las fortalezas que mejor lo describen.
6. En uno de los rectángulos su educador (a) de grado escribirá algo positivo de el o ella y en los otros 4 rectángulos su papá o mamá (ambos si es el caso) escribirán las fortalezas que aprecien de su hijo(a)

## Sesión No. 9

### “COSAS QUE PUEDO HACER Y COSAS QUE PUEDO MEJORAR”



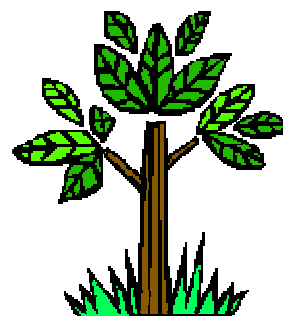
#### Objetivos específicos:

- ❖ Que cada niño(a):
  - Dibuje, en una hoja, un árbol que tenga copa, frutas, tronco y raíces.

- Escriba, en el árbol dibujado por el o ella, sus fortalezas, debilidades y aquello que le fortalece en la vida.

### **Actividades:**

1. Narración del cuento “Cierta cesta” ( Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento: Retomar el tema de fortalezas y debilidades propias.
3. Platicar con el niño(a) o niños(as) acerca de las ocasiones en que se cometen errores o se presenta problemas, así como de las distintas formas de solucionar problemas. (buscar opciones, esforzarse más, poner más atención a lo que se hace, intentar de nuevo, pedir ayuda, etc.)
4. Pedir a cada niño(a) que dibuje, en una hoja, un árbol con su copa, frutas, tronco y raíces.
5. Pedirle a cada niño(a) que escriba en el árbol de la siguiente forma:
  - En cada fruta, sus cualidades
  - En las hojas, sus debilidades
  - En el tronco, lo que le mantiene fuerte en las dificultades
  - En las raíces, los problemas experimentados
6. Pegar cada hoja en el salón de clase o en el cuarto del niño(a) según en donde se haya realizado la actividad.



## Sesión No. 10

### ¿QUIÉN SOY Y CÓMO SOY?



#### Objetivo específico:

❖ Que cada niño(a):

- Indique “Quién soy” y “Cómo soy” por medio de una narración o secuencia de imágenes.

#### Actividades:

1. Recordar con el niño(a) o niños(as) que cada uno es un ser con características especiales, importante y únicas.
2. Pedir al niño(a) o niños(as) que cierren los ojos y recuerden sus fortalezas y debilidades, que recuerde su aspecto físico, que recuerden su mejor habilidad intelectual, física y espiritual.
3. Presentar, en un cartel, un listado palabras que expresan “Quién soy” y “Como soy” (Ver recursos 2)
4. Se invitará al niño(a) o niños (as) a realizar una narración o secuencia de imágenes (dibujos, fotografías, recortes de revista o periódico, presentación de Power Point, etc.) en donde expresen “Quién soy” y “Cómo soy”

#### 4. Recursos

- ❖ Fichas con ilustraciones de actividades y juegos
- ❖ Esponja o pelota
- ❖ Cartel en forma de ventana con un listado de fortalezas y uno de debilidades. (Ver recursos 2)
- ❖ Cuentos: (Ver recursos 1)
  - El ciervo y su ornamenta
  - Lazos y vaso
  - La urraca vanidosa
  - La cotorra
  - El caballito enano
  - Cierta cesta
- ❖ Hojas en blanco tamaño carta u oficio (6 para cada niño o niña)
- ❖ Lápices
- ❖ Crayones
- ❖ Cartulinas de colores
- ❖ Revistas
- ❖ Tijeras
- ❖ Goma
- ❖ Espejo grande
- ❖ Caja, decorada, con tapadera y espejo pegado, en el fondo.
- ❖ Pliegos de papel periódico
- ❖ Una hoja de trabajo para cada niño o niña: ( Ver recursos 3)
  - Hoja con la figura de un niño sin terminar
  - Hoja en donde se ilustran diferentes formas de cuidar el cuerpo
- ❖ Tarjetas que ilustran y describen las formas en que cada ser humano puede cuidar su cuerpo (Ver recursos 2)
- ❖ Listado palabras que expresan “Quién soy” y “Como soy” (Ver recursos 2)

**5. Evaluación del desarrollo de las actividades.** Ésta se realizará mediante la observación del cumplimiento de los objetivos planteados para cada sesión y utilizando una tabla de cotejo para cada niño(a). (Ver recursos 4)

La tabla de cotejo como se mencionó anteriormente evalúa el cumplimiento de los objetivos específicos de cada sesión. Por lo tanto la misma se va completando después de cada sesión, marcando con una “X” la casilla de “SÍ” cuando el niño(a) haya realizado la actividad y con “X” en la casilla de “NO” cuando el niño(a) se haya negado a participar o a realizar la actividad indicada.

No se espera que las actividades como dibujos, lectura, coloreo, recorte y escritura sean realizadas de manera perfecta. Es posible que algunos niños(as) necesiten ayuda para realizar algunas actividades o para descubrir sus fortalezas y debilidades. Lo cual es válido y puede ser marcado como un “SÍ”. Pero se recomienda hacer anotaciones en la tabla para indicar que se ayudó al niño en el cumplimiento del objetivo. Indicar si se le ayudó en las actividades manuales, de lectura, etc. O si se le ayudó específicamente en el descubrimiento de sus fortalezas y debilidades. Es importante mencionar que si al finalizar las 10 sesiones el niño(a) aún sigue sin reconocer sus habilidades, por sí solo, será necesario buscar nuevas actividades. Se recomienda no repetir las sesiones para no aburrir al niño (a) con las mismas actividades. Por lo tanto se sugiere consultar con el consejero o psicólogo escolar para que Él pueda sugerir nuevas actividades y tratar el caso de manera específica.



## B. Desarrollo de la estima hacia otros

Se ha considerado, en la elaboración de esta guía, el desarrollo de la estima hacia a otros como la segunda estrategia para favorecer la convivencia pacífica. Ya que como se ha mencionado con anterioridad solo si un ser humano se valora primero a sí mismo estará en mayor disponibilidad de reconocer que los otros seres humanos también merecen ser valorados y tratados con respeto. Pero es importante reconocer que se hace necesario encausar esa disponibilidad ayudando a los niños(as) a entender que:

- ❖ Los que le rodean también son seres humanos con cualidades importantes de descubrir y valorar.
- ❖ Los demás también pueden tener sus puntos de vista y tienen derecho de defenderlos
- ❖ Los seres humanos, a pesar de ser de la diversidad, pueden convivir pacíficamente si entre ellos existe un trato mutuo de:
  - **Respeto a las diferencias individuales:** Actitud de amabilidad y consideración hacia todos los seres humanos, a pesar de sus diferencias personales. Mediante esta actitud se reconoce que todos los seres humanos, desde que nacen y sin distinción alguna, merecen ser tratados con respeto.
  - **Tolerancia:** Aceptar a los otros tal como son, aunque ellos tengan actitudes y formas de pensar distintas a las propias.(Zurbano, 2001: 76)
  - **Cooperación:** Ayudar entre todos para que se logre un objetivo. (Gobierno de La Rioja, 2002: 38)

- **Solidaridad:** Entender el sufrimiento y las necesidades de otras personas como si fueran propias. Brindar ayuda a otras personas, según sus posibilidades. (Zurbano, 2001: 95)
- **Amistad:** Relación en la que las personas se divierten juntas, se brindan cariño, ayuda y respeto mutuamente. (Gobierno de La Rioja, 2005: 54)

En definitiva se habla de llevarlos a comprender que: “Yo” soy un ser valioso, que merezco ser tratado con consideración y aprecio pero: “Los demás” también son seres valiosos y merecen ser tratados con consideración y aprecio. Por lo tanto las actividades que se proponen para el desarrollo de la estima hacia otros podrán realizarse hasta que se hayan concluido las actividades propuestas para el desarrollo de la autoestima. (Inciso “A”)

Para favorecer el desarrollo de la estima hacia otros se incluyen en esta guía:

- ❖ Una serie de estrategias generales que tanto los educadores(as) como los padres y madres de familia pueden aplicar en el diario vivir.
- ❖ Actividades, para los niños(as), divididas en 10 sesiones de trabajo. Se recomienda realizar una sesión cada semana y seguir el orden en el que son presentadas para llevar un mejor control de las mismas
- ❖ Un objetivo general
- ❖ Objetivos específicos para cada sesión, con la intención de que se pueda ir evaluando el desarrollo y progreso de los niños y niñas.
- ❖ Una tabla de cotejo para evaluar el cumplimiento de todos los objetivos específicos que se plantean en la guía.

Las actividades que se proponen presentan las siguientes características:

- ❖ En su mayoría, son interactivas
- ❖ Fomentan en los niños(as) el respeto, aceptación, unidad, solidaridad y la amistad a pesar de las diferencias individuales.
- ❖ Están orientadas a dar la oportunidad a los niños(as) de valorar la fuerza positiva que se puede tener en un grupo en el que sus miembros se estiman unos a otros.
- ❖ Utilizan las técnicas de:
  - **Bibliorecurso:** Lectura de cuentos como un medio de aprendizaje.
  - **Artes expresivas:** Actividades manuales como pintado, recorte y dibujo que permiten expresar ideas, sentimientos y para favorecen aprendizajes.
  - **Juego:** Diferentes juegos como medios de aprendizaje.
- ❖ Son flexibles:
  - Permiten el trabajo tanto de manera individual como colectiva.
  - Pueden adaptarse a las necesidades de cada niño(a) o grupo de trabajo. Por ejemplo: Si el niño no sabe leer o escribir, el educador(a), el papá o la mamá pueden narrar las historias o tarjetas didácticas y ayudarlo a escribir o escribir por el sus ideas y sentimientos.
  - Las sesiones de trabajo pueden ser realizadas en el centro escolar dirigidas por el educador(a) o bien puede ser realizadas en casa dirigidas por el padre o madre de familia. Pero es importante que se tomen en cuenta las modificaciones que se han hecho, para cada ámbito, en algunas sesiones.

## 1. Objetivo general

- ❖ Desarrollar en los niños y en las niñas la estima hacia otros como estrategia que favorece la convivencia pacífica en los centros escolares de nivel primario.

## 2. Estrategias generales que favorecen un buen desarrollo de la

**estima en los niños y niñas.** Para lograr que los niños y niñas logren un buen desarrollo de la estima hacia los demás es necesario que los adultos proporcionen a los niños (as), día a día, además de un ambiente de tranquilidad, seguridad y amor (buenos tratos). Un ambiente en donde los adultos sean un ejemplo digno de imitar, tanto en su forma de tratar a otros como en su forma de tratarse a sí mismos. Es decir que tanto educadores(as) como padres y madres de familia deben ser un buen modelo de estima hacia los demás seres humanos. Es por ello que en la guía se proponen una serie de estrategias generales que los adultos pueden aplicar en el diario vivir para favorecer el buen desarrollo de la estima de los niños(as). Dichas estrategias se presentan a continuación:

- ❖ Ser modelo de actitudes positivas:
  - Valorar la dignidad de las personas y sus derechos fundamentales, estableciendo con ellas relaciones de aceptación y de respeto
  - Convivir con otras personas y grupos sociales a los que se pertenece, en un clima de afectividad, de respeto, de colaboración y de ayuda mutua
  - Rechazar cualquier tipo de discriminación (de sexo, raza, clase social, creencias políticas, religiosas, etc.)

- Mostrar sensibilidad y solidaridad ante los problemas y necesidades de los otros.
- Omitir, en las relaciones con otras personas, las actitudes de dominio y de sumisión.
- Utilizar, ante los conflictos, la reflexión y el diálogo. Rechazar todo tipo de violencia:
  - ✓ Violencia verbal (insultos, apodos, burlas, etc.)
  - ✓ Violencia física (golpes, empujones, tocar partes íntimas, etc.)
- Respetar las opiniones de otras personas.
- Saber reconocer cuando se cometen errores, ser capaces de pedir perdón y de perdonar a los otros.
- Respetar y cuidar las cosas que pertenecen a los otros, las instalaciones escolares y los lugares públicos
- Respetar las normas de casa, centro educativo y lugares públicos
- Aceptar a cada niño(a) tal y como es.
- Colaborar en las actividades cotidianas de casa, centro educativo y de la comunidad en la que se vive
- Realizar actividades de voluntariado: Dedicar parte del tiempo libre para participar en proyectos que no sean a favor de sí mismo, sino a favor de los demás. (ayudando en centros comunitarios, iglesias, asociaciones, etc.)
- Reconocer y respetar los derechos de las personas como obligaciones propias.
- Saludar y despedir afectuosamente a todas las personas sin ningún tipo de discriminación

- Mostrar una actitud de preocupación cuando una persona se cae, se enferma o tiene una dificultad. Buscar la manera de ayudarlo.
- Respetar la diversidad en los niños(as): Ritmos de aprendizaje, etnias, etc.
- Practicar la escucha efectiva:
  - ✓ Escuchar con respeto a todas las personas sin distinción alguna: Escuchar todas las intervenciones, respetar el turno de palabra, cuando se haga una pregunta, dar tiempo para la respuesta.
  - ✓ Mira a la persona que habla
  - ✓ Repetir lo que se ha entendido, para evitar malos entendidos.
- ❖ Organizar actividades deportivas o juegos de mesa en donde se dé la oportunidad de hacer trabajo de equipo. (juegos de pelota, mímica, adivinanzas, concursos, etc.)
- ❖ Realizar con los niños(as) juegos de mesa adecuados a la edad, tales como: Juego de memoria, damas chinas, españolas, ajedrez, palillos chinos, jenka, cartas, luisa, lotería, subidas y resbalones, etc. Para desarrollar el seguimiento de instrucciones, respeto de turno y cumplimiento de normas.
- ❖ Tener fotos o ilustraciones en las que se den situaciones de estima hacia otros.
- ❖ Supervisar el uso que hacen, los niños(as), de los medios de comunicación y de la tecnología en general: Televisión, libros, radio, Internet, juegos de video, etc. Ya que los niños tienden a imitar lo que ven y escuchan.
- ❖ Es importante que los padres:
  - Vean la televisión con sus hijos y comenten con ellos los programas.
  - No dejen solos a los niños ante el televisor y/o computadora por mucho tiempo.

- Fomenten en los niños(as) otras formas de diversión (lectura, música, deporte, etc.)
  
- ❖ Darle la oportunidad a los niños(as) de compartir aprendizajes y juegos con personas de diferente sexo, edad, cultura, ideología o religión en un ambiente cordial.
  
- ❖ Establecer normas claras tanto en el hogar como en el centro escolar
  
- ❖ Utilizar el diálogo y la reflexión en lugar del castigo físico o los insultos cuando un niño(a) cometa un error o no siga una norma. Hacerle ver las consecuencias de sus actos.
  
- ❖ Evitar hacer énfasis en las actitudes agresivas del niño(a).
  
- ❖ Valorar y elogiar las actitudes de respeto, tolerancia, solidaridad y de cooperación.
  
- ❖ Tener rincones de juego que den la oportunidad a los niños de compartir juguetes y materiales con otros niños(as)
  
- ❖ Organizar rifas o ventas de comida para obtener, entre todos(as) fondos que permitan comprar libros de cuentos, pelotas o juegos de mesa para el salón de clase.

(Gobierno de la Rioja, 2002: 105) y ((José Zurbano, 2002: 9, 106, 150, 151, 156 )

**3. Sesiones.** Es importante mencionar que antes de empezar a realizar las sesiones, con el niño(a) o niños(as), se deben leer y comprender las actividades descritas para cada sesión, así como consultar los recursos didácticos, que están al final de la guía, para realizar las actividades de la mejor manera.

Los Recursos didácticos están distribuidos de la siguiente manera:

- ❖ **Recursos 1:** Cuentos y fábulas (con estrategias para realizar su narración y análisis)
- ❖ **Recursos 2:** Materiales que se usarán en algunas sesiones
- ❖ **Recursos 3:** Hojas de trabajo
- ❖ **Recursos 4:** Tabla de cotejo para evaluar los objetivos específicos.

**Sesión No. 1**  
**“DESCUBRO Y MANEJO**  
**MIS EMOCIONES”**



**Objetivos específicos:**

- ❖ Que cada niño(a):
  - Dibuje las emociones que le hacen sentir bien
  - Dibuje las emociones que le hacen sentir mal
  - Escriban soluciones para las emociones que les hacen sentir mal.

**Actividades:**

1. Narración del cuento “Hansel y Gretel” (Ver recursos 1)

2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento. (Emociones experimentadas por los personajes, preguntar si los niños se han experimentado en alguna ocasión esas emociones, qué han hecho cuando sienten lo mismo que los personajes, etc.)
3. Presentar tarjetas con diferentes emociones y escalas de emociones.  
(Ver recursos 2)
4. Entregar una hoja a cada niño(a) y pedirle que la divida a la mitad (con un línea hecha con lápiz) para que :
  - En el lado derecho: Dibujen caras que expresen aquellas emociones que los hacen sentir bien (alegría, satisfacción, etc.) y que escriban el nombre de cada emoción dibujada.
  - En el lado izquierdo: Dibujen caras que expresen aquellas emociones que les hacen sentir mal. (miedo, tristeza, etc.) y que escriban el nombre de cada emoción dibujada.
5. Comentar que está bien sentir las diferentes emociones, que todos tienen derecho a sentirse tristes, enojados, etc. Pero que es importante buscar soluciones para sentirse mejor y no quedarse para siempre con esa emoción que les hacen sentir mal.
6. Encontrar, entre todos(as) soluciones para sentirse mejor cuando se experimenten emociones que no son agradables o que les hacen sentir mal:
  - **Cuando estamos tristes:** Contarle a los papás o educadores, jugar con los amigos, con los papás, con las mascotas, leer, escuchar música, etc.
  - **Cuando estamos enojados:** Retirarnos por un momento de las personas con las que estamos enojados, hablar después con ellos de lo que nos molesta, respirar lentamente, contar hasta 10 antes de responder, etc.

- **Cuando estemos asustados:** Buscar ayuda, con una persona de confianza (los papás, docentes, etc.

(Ver recursos 2: Fichas con soluciones para ser leídas con el o los niños(as) y servir como decoración del aula o cuarto del niño o niña)

7. Cada niño(a) puede escribir algunas de las soluciones, que se pusieron en común. (En la hoja en donde dibujo las caras que expresan diferentes emociones).
8. Las hojas de trabajo pueden pegarse en salón de clase o en el cuarto del niño(a). Según en donde se haya realizado la actividad.

## Sesión No. 2

### “MI DISCO DE EMOCIONES”



#### Objetivos específicos:

- ❖ Que cada niño(a):
  - Participe en el juego de “Memoria de emociones” respetando las instrucciones y normas establecidas.
  - Elabore su disco de emociones experimentadas en la semana.
  - Escriban soluciones para las emociones que les hacen sentir mal.

## Actividades:

1. Recordar con el niño(a) o los niños(as) las diferentes emociones que experimentan los seres humanos. Se pueden utilizar nuevamente las fichas de emociones (Ver recursos 2).
2. Jugar memoria con las tarjetas de emociones. (Ver tarjetas e instrucciones del juego en recursos 2)
  - Variación: Si la actividad se realiza en el salón de clases:
    - ✓ Pegar las tarjetas en el pizarrón o en una pared
    - ✓ Agrupar a los niños en grupos (según el número de estudiantes)
    - ✓ Cada grupo tendrá su turno para participar en el juego. En cada turno se nombrará a un representante, de tal manera que todos los integrantes del grupo puedan pasar al pizarrón y dar vuelta a las tarjetas.
3. Pedir a cada niño(a) que haga una lista de los sentimientos que ha experimentado en la última semana.
4. Invitar a cada niño(a) a que dibuje un círculo, grande, en la hoja que se le dará a cada uno.
5. Cada niño(a) debe asignar un espacio, en el círculo, a cada sentimiento experimentado. Dándole mayor espacio al sentimiento que más haya experimentado durante la semana y menos espacio al que sintió menos durante la semana. ( pedir que escriban el nombre de cada sentimiento de un color diferente )
6. Pedir a cada niño(a) que escriba, afuera del círculo, aquellas cosas que pueden ayudarlo a cambiar aquellas emociones que no le están haciendo sentir bien

7. Las hojas de trabajo pueden pegarse en salón de clase o en el cuarto del niño(a). Según en donde se haya realizado la actividad.

**Sesión No. 3**  
**“SEMEJANZAS Y DIFERENCIAS”**



**Objetivos específicos:**

- ❖ Que cada niño(a):
  - Responda a las preguntas relativas a sus gustos personales, que se encuentran en su hoja de trabajo.
  - Comparta, verbalmente, las respuestas de su hoja de trabajo

**Actividades:**

1. Narración del cuento “ Escuela de animales” (Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento.
3. Hablar de lo que es el respeto y la tolerancia.

4. Mencionar las características de las personas que respetan y son tolerantes: Atentos, cordiales, aceptan a los demás tal y como son, comparten con otros a pesar de sus diferencias, etc.
5. Invitarlos a ser respetuosos con los que no son iguales o no piensan igual que ellos. (Regla de oro: No hacer a otros lo que no te gustaría que te hagan a ti)
6. Dar a cada niño(a) una hoja con preguntas relativas a sus gustos personales. (Ver recursos 3)
7. Pedirle al niño(a) o niños(as) que formen parejas.
8. Indicarles que compartan sus respuestas y que marquen las similitudes y diferencias que tengan con su pareja de trabajo. Recalcando que ambas denominaciones son positivas. Que nada es mejor o peor, solo diferencias.
9. Recordar con el niño(a) o niños(as) que cada persona posee características únicas y especiales dignas de ser valoradas y respetadas.
10. Cada niño escribirá en la hoja de su pareja 2 habilidades o cualidades que aprecie en él o ella.



## Sesión No. 4

### “CONVIVIR PACÍFICAMENTE A PESAR DE LAS DIFERENCIAS”



#### Objetivo específico:

❖ Que cada niño(a):

- Escriba, en la hoja de un árbol, dibujada por el, la cualidad que considere sobresaliente en otra persona.

#### Actividades:

1. Narración del cuento “El pájaro tucán y el puercoespín ” (Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento: Recordar que no es necesario que todas las personas sean físicamente iguales, que todas son igual de importantes, que lo más importante es valorar y respetar a otros tal y como son.
3. Invitarlos a pensar en las características espirituales y habilidades de las personas que los rodean. (amigos, familiares, etc.) y que piensen como esas características positivas (inteligencia, amabilidad, sinceridad, etc.) contribuyen en su familia, comunidad, etc.

4. Cada niño dibujará una hoja de árbol, luego la coloreará y finalmente escribirá el nombre y una cualidad que considere sobresaliente en su compañero, de la silla o escritorio de la par.

➤ Variación:

- ✓ En casa: El niño(a) o niños(as) escriben una cualidad para cada uno de los miembros de su familia (papás, hermanos, tíos, primos y abuelitos) y los padres pueden escribir una cualidad para cada uno de sus hijos.

5. Pegar cada una de las hojas en la parte superior de un tronco de árbol, de cartulina, para formar un árbol de cualidades. Resaltar la importancia de ellos como grupo, especialmente cuando cada uno deja ver lo mejor de sí mismo y aprecia lo mejor de los otros.

## Sesión No. 5

### “LOS DEMÁS TAMBIÉN SON IMPORTANTES”

#### Objetivos específicos:

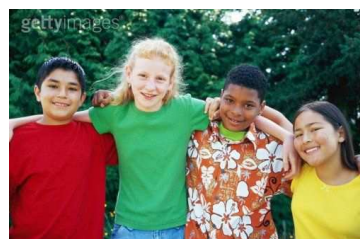


❖ Que cada niño(a):

- Pinte una parte del arco iris de cartulina.
- Escriba una cualidad o habilidad de la persona que se le asigne en el sorteo.

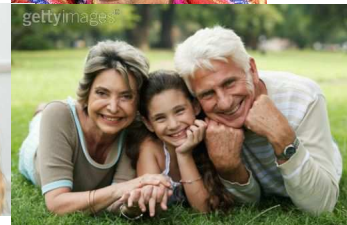
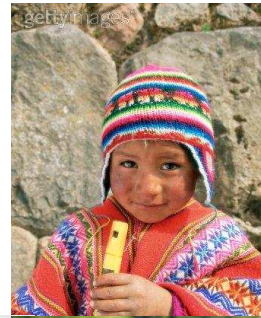
## Actividades:

1. Narración del cuento “ Cómo se hacen los colores del arco iris”  
(Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento. ( Preguntar cuántas veces se han sentido como los colores del arco iris, recordar que cada persona es importante, que nadie es más importante que otro y que cada uno(a) puede aportar muchas cosas positivas a su comunidad )
3. Presentar, en una cartulina, el dibujo de un arco iris. (sin pintar)
4. Pedir a los niños que pinten, entre todos, el arco iris, utilizando crayones o acuarelas.
5. Escribir, con un marcador grueso, el nombre de cada uno de los miembros del salón de clase o de la familia.
6. Sorteo: Repartir papelitos con el nombre de cada uno de los niños(as) del salón de clase o miembros de la familia (darle uno a cada uno y verificar que no haya recibido el nombre de el o ella)
7. Cada niño(a) o integrante de la familia escribirá en el arco iris, a la par del nombre que obtuvo en el sorteo, una cualidad o habilidad que valore en esa persona.
8. Recordar la importancia de ellos como grupo, especialmente cuando cada uno deja ver lo mejor de sí mismo y aprecia lo mejor de los otros. (Apreciarse unos a otros)



## Sesión No. 6

### “**TODOS LOS SERES HUMANOS MERCEN MI RESPETO**”



#### Objetivos específicos:

- ❖ Que cada niño(a):
  - Pegue, en una hoja de papel, ilustraciones de personas físicamente distintas a el o ella.
  - Escriba al menos una cualidad de una persona físicamente distinta a el o ella.

#### Actividades:

1. Narración del cuento “Qué bueno que somos diferentes”
2. Analizar y comentar la lectura: Hablar acerca de que cada uno tiene algo especial. Recordar que lo más importante no está en el aspecto físico de una persona sino en sus habilidades (físicas, espirituales e intelectuales)
3. Mostrar láminas con imágenes de personas diferentes (etnias, culturas, aspecto físico, etc.) y buscar algo que todas esas personas tengan en común. (Son personas, tienen sentimientos, necesitan comida y bebida para sobrevivir, etc.)
4. Hacer énfasis en que todos por ser seres humanos, a pesar de sus diferencias, son importantes y dignos de respeto.

5. Pedir a cada niño(a) que busque en revistas personas que tengan aspectos físicos diferentes a los de el o ella. (peso, altura, color de pelo, ojos, etc.)
6. Cada niño pegará sus recortes en una hoja que tenga la siguiente frase:  
**”Todos los seres humanos, sin distinción, desde que nacen merecen ser tratados con respeto”** (ver recursos 3)
7. Invitar a cada niño(a) a que recuerde aquellas personas, que el o ella conoce, que son físicamente distintas al o ella. Para que luego escriba al menos una cualidad de esa o esas personas en las que pensó. Para ello puede utilizar su hoja en donde pego las ilustraciones.

### Sesión No. 7

#### **“HAY COSAS QUE NO PUEDEN SER TOLERADAS”**

#### **Objetivos específicos:**

- ❖ Que cada niño(a):
  - Ilustre al menos una actitud que no debe ser tolerada por ninguna persona.
  - Ilustre al menos una característica o actitud que debe ser tolerada por todas las personas.



## Actividades:

1. Narración de 3 pequeñas lecturas: “ Qué viva la paz”, ¿Estar en paz quiere decir que no podemos discutir nunca? y “Por qué a veces nos peleamos y nos hacemos daño” (Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de las lecturas. (Recordar cuántas veces se han peleado con alguna persona, si recuerdan las causas, si hubo la posibilidad de evitar esas peleas, cómo han solucionado los problemas que han tenido con otras personas, etc.)
3. Recordar que se pueden llevar bien todas las personas, a pesar de sus diferencias, si las personas se respetan y toleran mutuamente.
4. Recordar que se pueden respetar y tolerar las diferentes formas de pensar, las características físicas diferentes a las propias, otras religiones, etc. Pero agregar **que no todo debe ser tolerado**. Ya que hay ideas, actitudes o situaciones que pueden atentar contra su libertad, su seguridad y/o dignidad. Hacer énfasis en lo que se menciona en la 3ª. lectura: Que ellos(as) pueden decir “NO” cuando algo no les guste, que pueden alejarse de personas o compañeros del centro escolar que le hagan sentir mal y que esto pueden contárselo a sus docentes, papá y/o mamá.
5. Mencionar entre todos aquellas cosas que les hacen sentir mal y aquellas cosas que no pueden ser toleradas (agresiones físicas, insultos, humillaciones, discriminaciones, etc.)
6. Invitarlos a que busquen en revistas, periódicos o que dibujen si así lo prefieren, todo aquello que debe ser tolerado y todo aquello que no debe ser tolerado.
7. Pegar todas esas ilustraciones en un pliego de cartulina dividido en dos partes: De un lado: **Lo que debo tolerar** y del otro lado: **Lo que “NO” debo tolerar**

8. Pegar el cartel en el salón de clases o en el cuarto del niño(a). Según en donde se haya realizado la actividad.

## Sesión No. 8

### “TODOS PODEMOS AYUDAR”

#### Objetivo específico:

❖ Que cada niño(a):

- Escriba al menos una actitud de solidaridad ante cada necesidad que le sea presentada.



#### Actividades:

1. Narración del cuento “ El hongo y los animalitos” (Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento. (cuántas veces actúan las personas como los animalitos del bosque, qué actitudes positivas se aprecian en los personajes del cuento, etc.)
3. Invitar a los niños(as) a pensar situaciones en las que se puede ayudar a otras personas, momentos en los que se puede ser solidario.

4. Presentar ilustraciones o frases que expresen las necesidades que pueden tener otras personas. Para que luego cada niño(a) escriba, en una hoja de papel, las diferentes formas en las que se puede ser solidario(a) ante cada situación presentada.
5. Luego hacer una puesta en común de las actitudes solidarias que ellos han escrito en su hoja.

Ejemplos:

➤ Qué puedes hacer cuando:

- ✓ Un niño(a) que se cae. (Ver si está bien, si se puede levantar, ver si necesita ayuda, llevarlo a la enfermería, etc.)
- ✓ Un niño(a) no llevo refacción al centro escolar (compartir su refacción
- ✓ Un niño(a) no llegó al colegio (preguntar por qué no llegó, hacer apuntes para el o ella, llevarle las tareas a casa, preguntar si necesita algo, etc.)
- ✓ Alguien de la familia o el centro escolar está triste (preguntar que le sucede, si necesita ayuda, etc.)
- ✓ Un compañero(a) del salón de clases olvido traer sus materiales de trabajo o por alguna razón no tiene sus útiles escolares (compartir los materiales con el, etc.)
- ✓ Hay catástrofes en alguna comunidad tales como inundaciones, incendios, terremotos, etc. (ayudar de acuerdo a sus posibilidades con víveres, etc.)



**Sesión No. 9**

**“VAMOS TODOS A COOPERAR”**



**Objetivo específico:**

- ❖ Que cada niño(a):
  - Participe en la actividad del rally, de acuerdo a las instrucciones que se le den.

**Actividades:**

1. Narración del cuento “ El pájaro carpintero” (Ver recursos 1)
2. Comentar y reflexionar acerca de lo sucedido en el cuento (Comentar las actitudes positivas de los personajes, cuál fue el error del pájara carpintero, preguntar cuándo le fue mejor al pájaro, etc.)
3. Comentar la importancia del trabajo en equipo (Todos pueden ayudar para lograr una meta, se pueden lograr cosas de manera más rápida, etc.)
4. Comentar con ellos la siguiente frase: “Nadie es lo suficiente pequeño para ser ignorado”
5. Recordar con el niño(a) o niños(as) lo importante que son todos los seres humanos, que cada uno puede aportar algo positivo, que se debe ser amable con todos los compañeros del salón de clases y con los miembros de su familia, que se puede ayudar y recibir ayuda de los compañeros(as) del salón de clases o de sus familiares cuando se está ante una dificultad o se está

realizando una tarea de grupo y que se deben valorar las aportaciones de cada persona por muy pequeñas que estas parezcan.

6. Recordar la importancia de ellos como grupo, especialmente cuando cada uno aporta lo mejor de sí mismo y aprecia lo mejor de los otros.
7. Invitar a los niños a participar en un rally (Ver instrucciones en recursos 2)

➤ Variación:

- ✓ En casa: Hacer la actividad invitando a otros miembros de la familia: primos, tíos, abuelitos, etc.
- ✓ En el centro educativo: Organizar a los niños por grupos (por filas, mesitas, etc.)

## Sesión No. 10

### “HAGAMOS UN CUENTO ENTRE TODOS”



#### Objetivos específicos:

❖ Que cada niño(a):



- Invente una secuencia para el cuento que se construirá entre todos
- Escriba, en una hoja, la secuencia que inventó.
- Ilustre, la secuencia que inventó para el cuento.

**Actividades:**

1. Explicar al niño(a) o niños(as) que entre todos crearán una versión moderna de un cuento clásico, de una fábula o inventarán entre todos una historia nueva.
2. Primero se elegirá a través de una votación el cuento que se quiere actualizar. Explicándoles a los niños(as) que no es necesario que todos conozcan el cuento clásico, ya que la idea es inventar cosas y personajes nuevos.
3. Hacerles ver que todas las aportaciones son valiosas y que todas serán respetadas.
4. Un adulto (papá, mamá o educador. Según en donde se haga la actividad) inicia el cuento. Ejemplo: En una casa de la ciudad de Guatemala, vive una niña a la que llaman Caperucita azul y.....
5. Se sede la palabra a un niño(a) para que continúen con la historia. Se va dando la palabra, a todos, según el orden en que estén sentados y el último será el encargado de ponerle fin al cuento.
6. Cada quien debe recordar la parte del cuento que aportó, para luego escribirla e ilustrarla (como cada quien lo prefiera)
7. Luego se unirán las diferentes aportaciones de tal manera que adopte la forma de un folletito o libro de cuentos.



## 4. Recursos

### ❖ Cuentos: (Ver recursos 1)

- Hansel y Gretel
- Escuela de animales
- El pájaro tucán y el cuerpo espín
- Cómo se hacen los colores del arco iris
- Qué bueno que somos diferentes
- El hongo y los animalitos
- El pájaro carpintero

### ❖ Lecturas cortas: (Ver recursos 1)

- “Qué viva la paz”
- “Estar en paz quiere decir que no podemos discutir nunca”
- “Por qué a veces nos peleamos y nos hacemos daño”

### ❖ Fichas con soluciones a emociones que hacen sentir mal a los niños.

(Ver recursos 2)

### ❖ Juego de “Memoria de emociones” ( Ver recursos 2)

### ❖ Láminas con imágenes de personas diferentes (etnias, culturas, aspecto físico, etc.)

### ❖ Un tronco de árbol elaborado con cartulina

### ❖ Dibujo de un arco iris, en un pliego de cartulina o papel periódico (sin pintar)

### ❖ Hojas en blanco tamaño carta u oficio (5 para cada niño o niña)

### ❖ Lápices

### ❖ Crayones

### ❖ 2 pliegos de cartulina o papel periódico

### ❖ Revistas

### ❖ Tijeras

### ❖ Goma

- ❖ Marcador grueso
- ❖ Una hoja de trabajo para cada niño o niña: ( Ver recursos 3)
  - Hoja con preguntas relativas a gustos personales.
  - Hoja en donde este escrita la frase: ”Todos los seres humanos, sin distinción, desde que nacen merecen ser tratados con respeto”

**5. Evaluación del desarrollo de las actividades.** Ésta se realizará mediante la observación del cumplimiento de los objetivos planteados para cada sesión y utilizando una tabla de cotejo para cada niño(a) (Ver recursos 4).

La tabla de cotejo como se mencionó anteriormente evalúa el cumplimiento de los objetivos específicos de cada sesión. Por lo tanto la misma se va completando después de cada sesión, marcando con una “X” la casilla de “SÍ” cuando el niño(a) haya realizado la actividad y con “X” en la casilla de “NO” cuando el niño(a) se haya negado a participar o a realizar la actividad indicada.

No se espera que las actividades como dibujos, lectura, coloreo, recorte y escritura sean realizadas de manera perfecta. Es posible que algunos niños(as) necesiten ayuda para llevar a cabo algunas actividades o para descubrir las fortalezas y debilidades de otros. Lo cual al igual que en las actividades de autoestima será válido y puede ser marcado como un “SÍ”. Pero si se considera necesario seguir profundizando en la temática se recomienda no repetir las sesiones para no aburrir al niño (a) con las mismas actividades. Por lo tanto se sugiere consultar con el consejero o psicólogo escolar para que Él pueda sugerir nuevas actividades y tratar el caso, si así fuera necesario, de manera específica



## IV. REFERENCIAS

- ❖ *Declaración y Programa de Acción sobre una Cultura de Paz*. 1999. Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). Disponible en red:  
<http://www.unesco.org/cpp/sp/proyectos/suncofp.pdf>
  
- ❖ Díaz, María. 2006. *El acoso escolar y la prevención de la violencia desde la familia*. Madrid, Dirección General de Familia, Comunidad de Madrid. págs. 84. Disponible en red:  
[http://www.educa.madrid.org/binary/570/GUIA\\_ACOSO\\_ESCOLAR.pdf](http://www.educa.madrid.org/binary/570/GUIA_ACOSO_ESCOLAR.pdf)
  
- ❖ Gómez, Paula. 2002. <<Capítulo 7: Estrategias didácticas para trabajar las habilidades sociales en el contexto escolar>>. *Guía de orientación. Estrategias educativas para la prevención de la violencia. Mediación y diálogo*. Madrid, Cruz Roja juventud. Departamento Central. págs. 134-158. Disponible en red:  
[http://www.cruzrojajuventud.org/portal/page?\\_pageid=94,53081&\\_dad=portal30&\\_schema=PORTAL30](http://www.cruzrojajuventud.org/portal/page?_pageid=94,53081&_dad=portal30&_schema=PORTAL30)
  
- ❖ Nava Sofía; Suárez María. 2007. Taller especialmente para ti. Disponible en red: <http://www.odiseo.com.mx/node/55>

- ❖ <<Tomo 1: La autoestima>>. 2005. *Programa Buenos tratos*. Investigaciones y Programas Educativos S.L. Logroño. Gobierno de La Rioja, Consejería de Juventud, Familia y Servicios Sociales. 113 págs. Disponible en red:  
<http://www2.elkarrekin.org/elk/bizihez/documento%20total%20bullying/doc97autoestima1larioja.pdf>
  
- ❖ Zurbano, José Luis. 2002. *Educación para la convivencia y para la paz. Educación Infantil*. Navarra, Gobierno de Navarra. Departamento de educación y cultura. 258 págs. Disponible en red:  
[http://www.pnte.cfnavarra.es/publicaciones/pdf/conv\\_pri.pdf](http://www.pnte.cfnavarra.es/publicaciones/pdf/conv_pri.pdf)

# V. Recursos didácticos

# RECURSOS 1

**Cuentos, fábulas y lecturas cortas**

# ÍNDICE

	Página
Estrategias para trabajar los cuentos.....	1
Cuentos para favorecer el desarrollo de la autoestima	
❖ El ciervo y su cornamenta.....	2
❖ Lazos y vasos.....	3
❖ La urraca vanidosa.....	5
❖ La guacamaya.....	6
❖ El caballito enano.....	7
❖ Cierta cesta.....	9
Cuentos para favorecer el desarrollo de la estima	
❖ Hansel y Gretel.....	11
❖ Escuela de animales.....	12
❖ El pájaro tucán y el puerco espín.....	13
❖ Cómo se hacen los colores del arco iris.....	14
❖ Qué bueno que somos diferentes.....	16
❖ El hongo y los animalitos.....	17
❖ El pájaro carpintero.....	19
❖ <b>Lecturas cortas</b>	
➤ ¡Qué viva la paz! .....	21
➤ ¿Estar en paz quiere decir que no podemos discutir nunca?	22
➤ ¿Por qué a veces nos peleamos y nos hacemos daño? .....	23

## **Estrategias para trabajar con los cuentos:**

Para un mejor uso de las lecturas que se incluyen en esta guía se sugiere:

- ❖ Relacionar las lecturas con las otras actividades de la sesión.
- ❖ Tomar en cuenta las edades de los niños(a) con los que se realizarán las actividades para que de esta manera la narración de los cuentos puedan ser adaptadas a la edad, necesidades y gustos de los niños.
- ❖ Con los niños más pequeños pueden utilizarse títeres, láminas o bien invitarlos a imaginarse lo que sucede en el cuento.
- ❖ A los niños más grandes 9, 10, 11 y 12 se les pueden narrar la historia (con dibujos o láminas) o bien puede invitárseles a que ellos mismos realicen la lectura de los cuentos.
- ❖ Los cuentos pueden ser presentados también en forma de dramatización con la ayuda de algunos niños(as) u otros miembros de la familia (si se realizan las actividades en casa)
- ❖ Después de la narración o lectura de los cuentos se puede reflexionar y comentar acerca de lo leído haciendo preguntas como:
  - ¿Qué piensas de lo que sucedió en el cuento?
  - ¿Crees que es correcto?
  - ¿Te has sentido alguna vez como el personaje del cuento?
  - ¿Qué características positivas consideras que tienen los personajes del cuento?, etc.

## “El ciervo y su cornamenta”

Érase una vez un ciervo que tenía una bella cornamenta, de la cual estaba tan orgulloso, que acostumbraba a burlarse de los carneritos, creyéndolos inferiores porque ellos no tienen cornamenta. Con frecuencia se miraba en las aguas del arroyo cercano y se decía:

“Qué cornamenta tan bella y fuerte tengo, sin embargo mis patas son tan delgadas, si pudiera cambiarlas por otras, con gusto lo haría”.

Un buen día de verano en que pastaba tranquilamente en la sabana, sintió el rugir de un león y al verlo corrió desesperado pues éste lo seguía, sus patas veloces lo ayudaban a alejarse, pero de pronto su hermosa cornamenta quedó enganchada entre el follaje de los árboles. El ciervo, intentó desesperadamente liberarse, pero le fue imposible, pues entre más luchaba por zafarse, más se le enredaban los cuernos en el follaje.

Mientras el león casi lo alcanzaba, el ciervo con una de sus patas pudo alejar unas ramas primero y otras después hasta que se liberó, y con ágiles movimientos huyó rápidamente para escaparse del león. Luego, ya a salvo se dijo muy arrepentido: “¡Las patas que tanto desprecié me han salvado en la fuga y mi cornamenta que tanto admiraba me traicionó!”, he comprendido que no debo quejarme de mis patas pues ellas son muy veloces”.



## “Lazos y vasos”

Este cuento puede ser narrado de varias formas:

- ❖ Por el adulto, en forma de historia.
- ❖ Con la ayuda de otros niños o miembros de la familia (en forma de dramatización)
- ❖ Con audio (CD adjunto a esta guía)

### Cuento:

MARTA:

Un vaso es un vaso. Pero un vaso de mi mamá, no es cualquier vaso. Tiene una colección de vasos de todos los tamaños, de todos los colores, de todas las formas y de todas las épocas...

ABUELO:

Hija mía, este vaso me parece conocido...

MAMÁ:

Claro papá... en este vaso tomaba el zumo tu papá...

ABUELO:

¿Mi papá?...

**CONTROL: Entra música**

MARTA:

Como lo oís... no sólo tiene el vaso donde se tomaba el zumo mi tatarabuelo. También tiene el vaso donde mi abuelo sirvió el primer vaso de leche que ella se tomó cuando era niña. Imaginaros.

**CONTROL: Entra música de suspenso**

MARTA:

(ASUSTADA) Un día mi mamá estaba recostada en su cuarto, descansando un poco, cuando de pronto...

**CONTROL: Efecto de vasos que se parten y continúa música**

MARTA:

... la catástrofe. Mi mamá se levantó casi dormida, caminó despacio hasta la sala y allí los encontró. Cinco de sus vasos más queridos habían desaparecido. De ellos sólo quedaba ese reguero de vidrios que mi madre miraba fijamente, sin decir ni una sola palabra.

MARTA:

Mamá... perdóname... fue un accidente... te juro que fue sin querer...

**CONTROL: Entra golpe musical**

MAMÁ:

No lo puedo creer...

**CONTROL: Entra música triste**

MARTA:

Tendríais que haber visto su cara... Yo pensaba que mi mamá nunca me iba a perdonar por esto. Poco a poco empecé a sentir un nudo en la garganta...

**CONTROL: Efecto de escoba que barre vidrios**

MARTA:

Yo barría y lloraba... barría y lloraba... y mi mamá sólo me miraba. No aguanté más y le dije: ¿Puedo hacer algo para recuperar tus vasos?

MAMÁ:

(CALMADA) No hija... olvídate de mis vasos... pero por favor ten más cuidado. Últimamente estás muy distraída:

**CONTROL: Entra música**

Olvidas tus cosas, se te caen los platos, rompes los lápices... Seguro que con un poco de concentración podrás evitar esas situaciones...

**CONTROL: Entra música**

MARTA:

Ese día me di cuenta **que yo soy más importante que cualquier cosa en el mundo para mi mamá** y que haga lo que haga, ella siempre estará ahí para ayudarme a ser una mejor persona... especialmente una persona no tan distraída...

## “La urraca vanidosa”

-Una vez mientras paseaba la urraca en el prado, vio pasar a dos pavos reales que desplegaban las plumas de sus hermosas colas.

Al verlos tan hermosos se quedó muda. “Qué maravilla”, pensó; “Qué hermosas plumas de colores”. Impresionada con tal belleza quedó y desde aquel día empezó a atormentarse, pensando que era muy fea. No soportaba su propio aspecto, pensaba que su color tan negro era tan triste...



Un día encontró tiradas algunas plumas de los pavos reales, y rápido tuvo una idea: Se pegó las plumas en la cola con gotas de resina de pino y dijo: ¡Qué satisfecha me siento! Y al mirarme en el agua del río tan bonita, corrí tan rápido como pude para que me vieran mis compañeras.

En cuanto llegué les dije: “Miren qué bonita es mi cola ahora....ya no soy tan fea como ustedes” ¿Y sabéis que hicieron mis amigas? Pues se indignaron y me corrieron diciéndome: -“¡Aunque tengas tres plumas más, sigues siendo una urraca como nosotras!”

Bueno como mis amigas eran tan envidiosas yo me fui volando con los pavos reales; pero ¿Sabéis qué hicieron ellos al verme?, me corrieron también y muy enojados me dijeron: -“¿Cómo te atreves a usar unas plumas que no te pertenecen?”

Así que me quedé sola y rechazada por todos, hasta por mis propias compañeras urracas, las cuales me llamaron “La urraca vanidosa”, pero yo que no engaño a los niños, os voy a decir la verdad. No se trata de que yo sea vanidosa, sino que no estaba conforme con mi presencia, pero ahora me arrepiento, me doy cuenta que estaba equivocada, y os aconsejo que no hagáis lo que yo hice, pues cada uno tiene su propio encanto, y yo no supe encontrar el mío, los pavos reales aunque más bellos que nosotras las urracas, no son mejores.

## “La guacamaya”

Esta es la historia de una guacamaya que estaba descontenta con el color de sus plumas, y no quería ser verde, amarilla y roja como las demás guacamayas, entonces se pintó toda de un color anaranjado.

Un día escuchó a otros animales decir que existía un lugar llamado “La isla de las guacamayas”, en donde vivían unas de bellos colores. Después de mucho averiguar, encontró la dirección y voló hasta la isla.

Cuando llegó las otras guacamayas se preguntaban ¿Qué animal tan raro será ese? y luego la atacaron con picotazos hasta dejarla toda pelada, muerta de frío y rechazada;

Pero aprendió, ese día, una buena lección: Los demás deben aprender a quererte como eres. No reniegues de tu especie, hay otras cualidades más importantes que el color.

La guacamaya descubrió que lo importante es quererse como se es, que hay cosas más bellas como ser una buena, obediente, querer a la familia, ser educada y que esas son cosas para sentirse feliz.



## “El Caballito enano”



Hace mucho tiempo, en un rincón de una finca, nació un caballito negro como el azabache y tan pequeño que parecía un caballito de juguete. Los pájaros que vivían por allí cerca enseguida se alborotaron con la noticia. Todos llegaron volando para contemplarlo de cerca.

\_ ¡Pero qué cosa más mona! ¡Es preciosa esa criatura!\_trinó\_ un pajarito...

\_Mi niño se llamará Pirulí \_ dijo su mamá.

La infancia del caballito fue muy feliz. Pasaba el tiempo trotando con sus compañeros y aprendiendo a hablar con una cotorra medio atolondrada, que le repetía de la mañana a la noche: \_Mamá, papá, mamá, papá.....

Bebiendo en el arroyuelo, mirando salir el sol, galopando a su gusto, por el prado cubierto de clavellinas, era muy feliz el caballito.

Pasaron tres años. Todos los demás caballitos habían crecido y ahora eran caballos grandes; pero Pirulí no; él seguía del mismo tamaño, pero sabía marchar muy bien, pararse en dos patas, y hasta había aprendido a saludar, doblando una rodilla o inclinando la cabeza.

Pero; algo muy malo le sucedió una vez. Pirulí se acercó al corral donde estaban dos hombres, y oyó que uno de ellos decía señalándolo:

\_Este caballo tan chiquitito no puede cargar bultos, ni tirar del carretón, ni llevar un jinete. No sirve para nada.

El caballito se apartó de allí muy triste. Caminó lentamente y se alejó del corral, dirigiéndose a la laguna donde se contempló largo rato, afligido.-No valgo nada, se dijo -soy un caballo de trapo. Y lloró largamente.

Apareció su mamá, que le dijo asustada: \_ ¿Por qué lloras Pirulí?

Pirulí le contó a su madre lo que había escuchado. Su mamá, compadecida al ver la pena de su querido hijito, le dijo dulcemente: -Si eres distinto a los demás caballos, eso no significa que valgas menos. Además, cargar bultos no es lo único que puede hacerse en la vida.

Secándose las lágrimas con la cola, Pirulí aseguró con desconsuelo: \_Pero, mamá, es que se burlan de mí. Y no me gusta que se burlen.\_Pues reclama tu lugar en otra parte. El mundo es ancho para los que confían en sus posibilidades, tú eres pequeño pero sabes hacer muchas cosas que otros caballos no saben hacer. Si no puedes trabajar en esta finca, seguro podrás hacerlo en otro lugar.

Al amanecer de la mañana siguiente Pirulí se marchaba seguro de que encontraría su felicidad, pues él era un caballito muy inteligente.

\_Adiós, mamita.

\_Adiós Pirulí, ¡suerte!, tú sabes que puedes triunfar si te esfuerzas en conseguirlo.

Pasó un año, pasaron dos. Casi nadie se acordaba del caballito enano. Solamente su mamá no lo olvidaba.

Pero un día llegó... ¡EL CIRCO AL PUEBLO! Y todos fueron a verlo.

\_Respetable público: ¡tenemos mucho gusto en presentar al gran Piccolino! ¡El caballo más inteligente del mundo!

Allí estaba entre aplausos Piccolino! ¡El gran Piccolino! Que era negro como el azabache, de rizadas crines y unos ojos grandes y brillantes. Llevaba bridas de tisú de oro, penacho de plumas sobre la frente, y un sillín bordado en hilos de plata, y era chiquitito, ¡Pero tan chiquitito! Y marchaba muy bien y sabía saludar inclinándose y bailar en dos patas...y se veía tan seguro de sí mismo ¡Piccolino era el caballito enano!

## “Cierta Cesta”

Este cuento puede ser narrado de varias formas:

- ❖ Por el adulto, en forma de historia.
- ❖ Con la ayuda de otros niños o miembros de la familia (en forma de dramatización)
- ❖ Con audio (CD adjunto a esta guía)

**CONTROL: Entra efecto balón de basket de la música de Javier y efecto de multitud**

MARTA:

Vamos Javier... está en tus manos...

HÉCTOR:

Necesitamos ganar...

SERGIO:

Esos dos puntos son tuyos, amigo...

**CONTROL: Música de suspenso**

JAVIER:

Jugábamos contra los Leopardos. Perdíamos las Jirafas por un solo punto. Quedaban dos segundos y el marcador era 20 - 19. Los leopardos cometieron una falta y yo fui el encargado de lanzar los dos tiros libres. Sentía que el corazón se me salía del pecho. Me puse en la línea, agaché la cabeza con el balón en mis manos y respiré profundo. Luego miré de frente el aro, estiré mis brazos... el balón se elevó... y entró...

**CONTROL: Entra sonido de la batería**

JAVIER:

Ya estábamos empatados. La alegría del público me llenó de fuerzas para el segundo tiro que me faltaba.... el definitivo ¡¡¡ el que necesitábamos para ganar!!!

**CONTROL: Suena el pito y efecto musical**

JAVIER: Yo repetí la misma operación: respiré profundo... me concentré en el tablero... y lancé... (TRISTE) La pelota se quedó en el aro, dio una vuelta... y se salió...

**CONTROL: Música de desinfla y rechifla... silbidos. Luego entra música suave**

JAVIER:

Quería que la tierra se abriera y me tragara. Todos habían depositado su confianza en mí y les había fallado. Los hinchas de las Jirafas se quedaron mudos. En ese momento terminó el partido. Tendríamos que jugar un tiempo extra para desempatar. Pero antes de volver al campo de juego, el entrenador se me acercó tranquilo y me dijo:

**CONTROL: Ambiente de juego**

ENTRENADOR:

Nadie acierta siempre Javier... y tú eres de los que más te esfuerzas... Ánimo vamos al desempate...

**CONTROL: Entra música animada**

JAVIER:

Esas palabras del entrenador me ayudaron mucho. Recobré la tranquilidad y la confianza que necesitaba para seguir adelante con el partido.

**CONTROL: Entra música animada**

JAVIER:

Ese día ganaron los Leopardos 22 - 20. Pero yo como buena Jirafa mantuve mi cuello bien alto. Cuando las cosas se nos escapan de las manos y las cestas de los aros, uno no puede hacer nada. Sólo tomárselo con calma y esperar otra oportunidad



## “Hansel y Gretel”

(Adaptación)

Hansel y Gretel son dos hermanos que se pierden en el bosque y están muy asustados. Gretel llora pues cree que nunca volverá a su casa. Hansel le dice a su hermana que no se preocupe, que pronto podrán encontrar el camino de regreso a casa.

Después de mucho caminar, ya cuando están muy cansados, encuentran una casita de chocolate y dulces en donde vive una ancianita que les invita a pasar. Los niños se quedan, pero la ancianita resulta ser una señora muy enojada que encierra al niño en una jaula y a la niña la pone a barrer y a limpiar la casa.

Un día cuando la malvada señora abre la jaula. Gretel logra empujarla hacia adentro y Hansel logra salir de la jaula. Los niños consiguen huir y encontrar el camino a su casa.

Al encontrar a su padre se sienten muy felices y lo abrazan muy fuerte.



## “Escuela de animales”

Cuenta una historia que.... varios animales decidieron abrir una escuela en el bosque. Se reunieron y empezaron a elegir las disciplinas a impartir durante el curso.

El pájaro insistió en que la escuela tuviera un curso de vuelo. El pez, que la natación fuera también incluida en el currículo. La ardilla creía que la enseñanza de subir en perpendicular en los árboles era fundamental. El conejo quería, de todas formas, que la carrera fuera también incluida en el programa de disciplinas de la escuela. Y así siguieron los demás animales, sin saber que cometían un grande error.

Todas las sugerencias fueron consideradas y aprobadas. Era obligatorio que todos los animales practicasen todas las disciplinas. Al día siguiente, empezaron a poner en práctica el programa de estudios.

Al principio, el conejo se salió magníficamente en la carrera; nadie corría con tanta velocidad como él. Sin embargo, las dificultades y los problemas empezaron cuando el conejo se puso a aprender a volar. Lo pusieron en una rama de un árbol, y le ordenaron que saltara y volara. El conejo saltó desde arriba, y el golpe fue tan grande que se lastimó las dos piernas. No aprendió a volar, y además no pudo seguir corriendo como antes.

Al pájaro, que volaba y volaba como nadie, le obligaron a excavar agujeros como a un topo, pero claro, no lo consiguió. Por el inmenso esfuerzo que tubo que hacer, acabó lastimando su pico y sus alas, quedando muchos días sin poder volar. Todo por intentar hacer lo mismo que un topo. La misma situación fue vivida por un pez, por una ardilla y un perro que no pudieron volar, saliendo todos heridos.

Al final, la escuela tuvo que cerrar sus puertas. ¿Y saben por qué? Porque los animales llegaron a la conclusión de que todos son diferentes. Cada uno tiene sus virtudes y también sus debilidades. Un gato jamás ladrará como un perro, o nadará como un pez.

No podemos obligar a que los demás sean, piensen, y hagan algunas cosas como nosotros. Ya que lo único que conseguiremos con eso es que ellos sufran por no conseguir hacer algo de igual manera que nosotros, y por no hacer lo que realmente les gusta. Debemos respetar las opiniones de los demás, así como sus capacidades y limitaciones. Si alguien es distinto a nosotros, no quiere decir que él sea mejor ni peor que nosotros. Es apenas alguien diferente a quien debemos respetar.

Autor: Pablo Zevallos – Brasil.

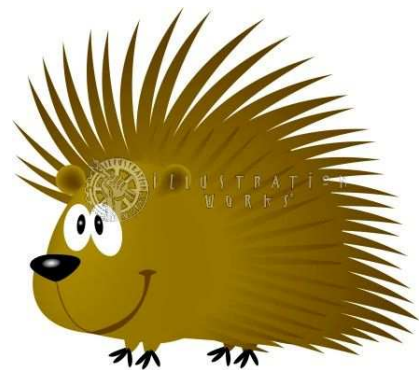
Fuente: <http://www.guiainfantil.com/1088/todos-somos-diferentes.html>



## “El pájaro tucán y el puerco espín”

Había una vez un pájaro tucán y un puerco espín que vivían en el mismo bosque y eran muy, pero muy buenos amigos. ¿Cómo pueden llevarse tan bien?, se preguntaban los animales del bosque, ¿Si un pájaro tucán y un puerco espín son tan diferentes?

"Porque todos sabían que el pájaro tucán tenía plumas suaves y el cuerpo del puerco espín estaba cubierto de espinas duras, y que el pájaro tucán volaba por el cielo mientras el puerco espín caminaba por la tierra. "Es verdad que somos diferentes", dijo el puerco espín a los animales de bosque. Pero podemos llevarnos bien, porque compartimos algo muy importante..." "¿Qué es eso?" preguntaron los animales del bosque. "La amistad y el amor", contestó el puerco espín. Y contento se fue a jugar con el pájaro tucán



Texto: Edna Iturralde

Fuente: <http://www.edufuturo.com/educacion.php?c=2625>

## “Cómo se hacen los colores del arco iris”

Érase una vez.... que los colores del mundo comenzaron a reñir. Todos reclamaban que ellos eran el mejor, el más importante, el más útil, y el favorito.

El Verde dijo, "Claramente yo soy el más importante. Soy el signo de vida y de esperanza. Fui escogido para el pasto, los árboles y las hojas. Sin mí, todos los animales morirían. Miren el campo y verán que yo estoy en la mayoría."

El Azul interrumpió, "Ustedes solo piensan de la tierra, pero consideren los cielos y el mar. Es el agua la que es la base de la vida y es elevada por las nubes del mar profundo. El cielo da espacio, paz y serenidad, sin mi paz Ustedes todos serían nada."

El Amarillo se rió, "Ustedes son todos tan serios. Yo traigo risa, regocijo, y calor al mundo. El sol es amarillo, la luna es amarilla, las estrellas son amarillas. Cada vez que mire un girasol el mundo entero empezará a reír. Sin mí no habría diversión."

El Naranja próximo empezó a tocar su trompeta. "Yo soy el color de la salud y la fortaleza. Puedo ser escaso, pero soy precioso porque sirvo las necesidades de la vida humana. Llevo las más importantes vitaminas. Piensen en las zanahorias, las calabazas, naranjas, mangos, y papayas. Yo no ando rondando por ahí todo el tiempo, sino cuando lleno el cielo a la salida y puesta del sol, mi belleza es tan notable que ninguno da otro pensamiento a ninguno de Ustedes."

El Rojo no podía aguantar por más tiempo, gritó, ¡Yo soy el regente de todos Ustedes Soy sangre — la sangre de la vida! Soy el color de la valentía. Estoy dispuesto a pelear por una causa. Traigo fuego en la sangre. Sin mí, la tierra estaría tan vacía como la luna. Soy el color de la pasión y del amor, la rosa roja y la amapola."

El Púrpura se levantó a su plena altura. Era muy alto y habló con gran pompa. "Soy el color de la realeza y del poder. Los reyes, jefes, y obispos me han siempre escogido a mí, porque soy el signo de autoridad y sabiduría. ¡La gente no me cuestiona! ellos escuchan y obedecen."

Y así los colores fueron jactándose, cada uno convencido de su propia superioridad. Su riña se puso cada vez más ruidosa. Súbitamente hubo un relámpago de luz brillante, el trueno tronó y retumbó.

La lluvia empezó a caer sin clemencia. Los colores se agacharon de miedo, acercándose los unos a los otros para confortarse. En medio del clamor, la lluvia empezó a hablar:

“Ustedes colores, peleándose entre Ustedes, cada uno tratando de dominar al resto. **¿No saben que cada uno de Ustedes fue hecho con un propósito especial, único y diferente?** Únanse de las manos y vengan conmigo.”

Haciendo como a ellos se les dijo los colores se unieron y unieron sus manos. La lluvia continuó: "Desde ahora en adelante, cuando llueva, cada uno de Ustedes se estirará a través del cielo en un gran arco de color como un recordatorio de que Ustedes todos pueden vivir en paz. El Arco Iris es un signo de esperanza para el mañana."

Y así, siempre que una buena lluvia lava al mundo, y un arco iris aparece en el cielo, recordemos en apreciarnos los unos a los otros.



## ¡¡Qué bueno que somos diferentes!!

Todos somos diferentes. Nadira tiene el pelo crepo, negro y brillante. Amanda lo tiene claro, lacio y suave. Rosana es alta, le gustan los caramelos rojos y su mejor amiga se llama Lucía, es bajita y le encantan los caramelos los verdes. Antonio tiene los ojos muy grandes y redondos. Los de Miguel son pequeños y alargados. Amanda tiene miedo a la oscuridad, pero gana a todos en las carreras. A Jorge no le gusta jugar fútbol, en cambio dibuja muy bien.

Un día nuestra maestra recortó muñecas de papel. Todas eran absolutamente iguales. Nos pusimos a pensar acerca de lo aburrido que sería si nosotros fuéramos iguales, como las muñecas.

Si todos tuviéramos el mismo tamaño, el mismo color de piel, de ojos y de cabello sería imposible distinguirnos unos de otros. Si a todos nos gustaran las mismas cosas, no tendríamos nada que intercambiar.

Si todos pensáramos igual, nunca aprenderíamos algo nuevo. Y la música, la comida y la ropa, los libros serían iguales en todas partes a nadie le interesaría hacer descubrimientos.

Aunque no somos iguales, somos parecidos: nos gusta reír, jugar, recibir cariño y estar protegidos. Pero yo no soy como tú y tú no eres como yo: “Yo pienso de manera diferente que tú, siento de diferente manera que tú, hago las cosas de diferente manera”



## “Cuento del hongo y los animalitos”

Un día una hormiga quedó atrapada bajo la lluvia que empezó a caer.

-¿Dónde podré protegerme?

La hormiguita divisó un hermoso hongo y se metió debajo esperando que dejara de llover



“Pero la lluvia era cada vez más fuerte. Después de un rato llegó una mariposa con sus alas tan, pero tan mojadas, que ya no podía ni volar, se arrastró hasta el hongo y dijo”:

-Hormiga, hormiga, ¡déjame cobijarme debajo del hongo! Estoy toda mojada, tengo frío y no puedo volar.

La hormiga le contestó: -El espacio es muy pequeño, pero no importa, estaremos muy apretadas, pero en buena armonía.

“La mariposa y la hormiga se cobijaron en el hongo mientras seguía lloviendo más y más. Al poco rato llegó un pequeño ratoncito corriendo y dijo”:

-¡Déjenme entrar debajo del hongo! Estoy todo empapado.

La hormiga y la mariposa le contestaron: -Bueno casi no hay espacio para ti, pero no importa. ¡Nos apretaremos un poquito para que tú quepas!

“La lluvia era cada vez más fuerte, parecía que no iba a cesar nunca más y en eso llegó una paloma mojada y temblorosa”.

-Todas mis plumas están mojadas, mis alas están cansadas... ¡Déjenme que me seque y descanse bajo el hongo hasta que deje de llover!

El ratoncito le contestó: -Pero es que aquí ya no hay espacio.

Y la paloma les pidió: -Apriétense un poquito...

Entonces el ratoncito dijo: -Está bien vamos todos a apretarnos un poquito más, miren que mojadita está.

“Entonces llegó corriendo una liebre y dijo: -¡Escóndanme que me persigue la zorra!

La hormiga les dijo a los demás: -¡Pobre Liebre! Vamos a apretarnos un poquito más.

Acababan de esconder a la liebre bajo el hongo cuando llegó corriendo la zorra y husmeando enfurecida dijo: -¿Han visto ustedes a la liebre? ¿Seguro que no está escondida aquí?

Y la mariposa le contestó: -¿Cómo podría esconderse aquí si no hay espacio?

Así que la zorra miró a su alrededor refunfuñando y se marchó.

Por fin dejó de llover y el sol volvió a brillar en el cielo radiante

Extrañada la hormiga se pregunta: -¿Cómo es posible? Antes apenas cabía yo solita debajo del hongo y luego hubo sitio para los cinco.

En eso una rana que lo había visto todo desde un sitio cercano se acercó al hongo riendo y croando y le dijo: -¡Amiga hormiga, no te das cuenta que la magia está en la solidaridad! ...cuando nos ayudamos todo se resuelve.

“Finalmente todos miraron el hongo y comprendieron por qué, al principio, la hormiga apenas cabía y, sin embargo, al final los cinco animalitos habían logrado meterse debajo del hongo”

## “El Pájaro carpintero”

Una mañana.... muy temprano, cuando todavía no salía el sol, se escuchaba en todo el bosque el toc-toc de un pájaro carpintero que trabajaba en un árbol.



En ese momento pasó por allí una paloma, que muy amablemente le preguntó:

–“¿Qué haces amigo carpintero?”

–“Estoy haciendo una casita, porque la mía se la llevó el viento y no tengo donde vivir.”

–“¿Y porqué no le pides ayuda a tus vecinos? Ellos te quieren y son muy gentiles contigo, estoy segura de que te ayudarán a hacerla más rápido”

–“Yo no quiero ayuda de nadie” respondió malhumorado el carpintero, “Me basto yo solo para hacerla”.

La paloma se fue cabizbaja, pensando que el carpintero estaba muy equivocado en su proceder.

Al poco rato pasó por allí un pajarillo rojo como la grana, y le preguntó de forma muy cortés al carpintero:

–“¿Quieres que te ayude? Así acabarás más pronto.”

–“No, cardenal” respondió poco amable el carpintero, “Yo solo me basto”.

El cardenal se marchó pensando lo poco inteligente que era el carpintero por rechazar su ayuda.

Al otro día el carpintero se hallaba en plena faena cuando acertó a pasar por allí un conejo, que al ver el esfuerzo del carpintero, se detuvo en medio del camino y muy amable le preguntó:

–“Buenos días, carpintero. ¿Quieres que te eche una manita para acabar tu casita?”

–“No señor” fue la seca respuesta del carpintero, “yo solo me basto”.

Y el conejo se alejó refunfuñando de lo poco amable que había sido el pájaro carpintero.

Y he aquí que de pronto en el bosque se dejó de escuchar el toc-toc del carpintero. Y así durante varios días. Y dio la casualidad que por el árbol del carpintero pasó de nuevo el conejo, que de pronto escucha que alguien se quejaba. Y curioso y muy gentil preguntó:

—“¿Quién se queja de ese modo?”

—“Soy yo” respondió el carpintero. ¡Ay! me duele todo el cuerpo. Por estar solito haciendo mi casita me he caído y no puedo moverme.”

El conejo, al ver al carpintero tan enfermo, y como él era muy amable, llamó a los otros animalitos del bosque, el cardenal, la paloma, y otros más, que entre todos cargaron al carpintero y lo llevaron a curar a la casa del Doctor Pato.

Cuando el carpintero abrió los ojos y miró a su alrededor vio a todos sus amigos junto a él. En ese momento se dio cuenta de lo amables que estos siempre habían sido con él, y a los que había tratado tan mal y poco gentil. Y se sintió tan mal, que se echó a llorar.

—“No llores, carpintero, pero que esto te sirva de lección para que aprendas que todos somos tus amigos, y siempre te vamos a ayudar”.

—“Gracias amigos, respondió el carpintero, ustedes siempre tan amables conmigo y yo tan poco servicial, pero de ahora en lo adelante les pediré de la manera más cortés que me ayuden a hacer mi casita, y cuando terminemos haremos una gran fiesta para celebrar.”



## ¡QUÉ V I VA LA PAZ!

### **Cuando somos muy diferentes, ¿hay más conflictos y menos paz?**

Ser muy diferentes nos da la posibilidad de aprender de los demás. Lo que sería muy aburrido es que fuéramos exactamente iguales.

Podemos ser más ruidosos o más callados. Más abiertas o más tímidas. Haber nacido aquí o allá.

No importa lo diferente que seamos. Lo importante es respetarnos y saber convivir.

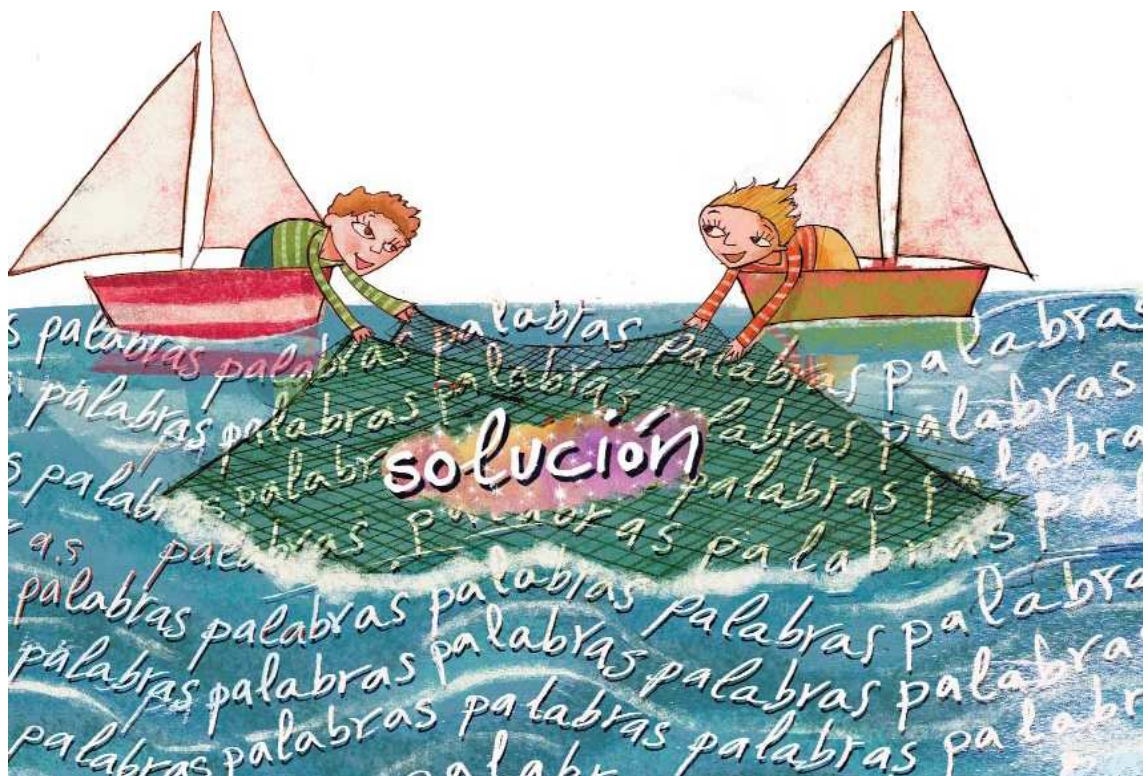
No siempre es fácil, porque a lo mejor un compañero o compañera es más lento cuando hace las tareas o las hace demasiado rápido y tú no lo alcanzas. Pero siempre hay formas de colaborar y ayudarse. Unas veces pondrás tú más de tu parte. Otras veces serán tus compañeros y compañeras.



## ¿Estar en paz quiere decir que no podemos discutir nunca?

¡Nooo! Tenemos formas de pensar o de hacer las cosas muy distintas y es bueno discutir (platicar). Lo que no está bien es pelearse. Podemos hablar una y otra vez hasta que encontremos la solución. ¿Que tú quieres jugar a la cuerda y los amigos y amigas a la pelota? ¡Pues negociamos! Una vez a la pelota y la próxima a la cuerda.

Así encontraremos soluciones que nos convengan a todos y a todas...



## ¿Por qué a veces nos peleamos y nos hacemos daño?

Pelearse es una forma muy poco inteligente de solucionar los problemas. Cuando sientas furia, busca las palabras mágicas: las que expresan lo que sientes, y escucha a tus compañeros y compañeras.

Si aprendemos el valor de las palabras, tendremos la mejor arma para defendernos y negociar. Y si aprendes a decir NO cuando algo no te guste o dejas de ir con compañeros y compañeras que te hagan sentir mal, encontrarás la paz. Y siempre puedes pedir ayuda a papá, mamá o a la maestra o maestro... pero no debemos pelearnos.



# RECURSOS 2

**Materiales que se usarán en algunas sesiones**

# Para favorecer el desarrollo de la autoestima



# Listado de fortalezas y debilidades

FORTALEZAS	DEBILIDADES
<p>Soy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Tolerante</li> <li>❖ Respetuoso</li> <li>❖ Buen amigo</li> <li>❖ Servicial</li> <li>❖ Cortés</li> <li>❖ Estudioso(a)</li> <li>❖ Sincero(a)</li> <li>❖ Obediente</li> <li>❖ Puntual</li> <li>❖ Amable</li> <li>❖ Sonriente</li> <li>❖ Comunicativo(a)</li> <li>❖ Atento(a)</li> <li>❖ Responsable</li> <li>❖ Agradecido(a)</li> <li>❖ Generoso(a)</li> <li>❖ Creativo(a)</li> <li>❖ Buen nadador</li> <li>❖ Artista</li> <li>❖ Deportista</li> <li>❖ Hábil con un instrumento musical</li> <li>❖ Buen cocinero(a)</li> <li>❖ Buen lector</li> </ul>	<p>Soy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Poco tolerante</li> <li>❖ Impaciente</li> <li>❖ Descortés</li> <li>❖ Impuntual</li> <li>❖ Enojado(a)</li> <li>❖ Tímido</li> <li>❖ Irresponsable</li> <li>❖ Mal agradecido(a)</li> <li>❖ Egoísta</li> <li>❖ Mentiroso(a)</li> <li>❖ Chismoso(a)</li> <li>❖ Nervioso(a)</li> </ul> <p>Tengo dificultades en:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Lectura</li> <li>❖ Matemáticas</li> <li>❖ Música</li> <li>❖ Los deportes</li> </ul>

## Algunas palabras que expresan

### "Quién soy" y "Cómo soy"

- ❖ Soy:
  - Un niño(a), me llamo y mi edad es:
  - El mayor de los hermanos
  - El menor de los hermanos
  - La o el único hijo(a)
  
- ❖ Lo que me gusta hacer es....
- ❖ Lo que no me gusta hacer es.....
- ❖ Mis actividades favoritas son.....
- ❖ Mi comida favorita es.....
  
- ❖ Mis características físicas son:
  - Alto o bajo
  - Color de mi pelo es... (negro, café, etc.)
  - El color de mis ojos es... (negros, cafés, azules, etc.)
  - Mi cabello es... (largo, corto, rizado, etc.)
  - El color de mi piel es... (morena, blanca, etc.)
  
- ❖ Mis fortalezas son.... (ser atento(a), responsable, etc.)
- ❖ Mis debilidades son..... (ser miedoso, nervioso, etc.)
- ❖ Soy muy hábil para.... (Nadar, saltar, correr, memorizar, etc.)
- ❖ La cualidad que mejor me define es... (Mi creatividad, la paciencia, etc.)

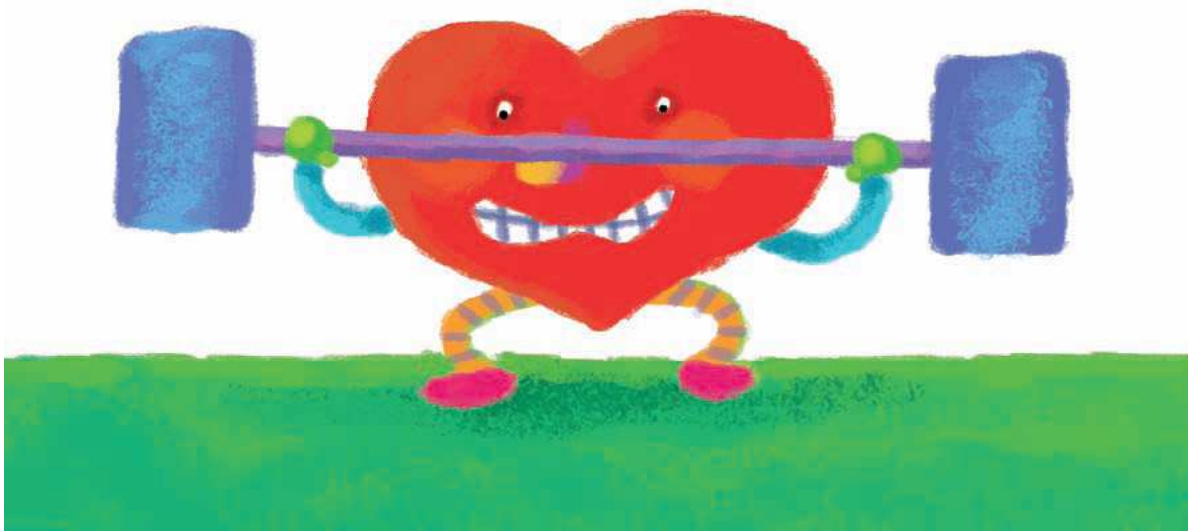
**“Tarjetas que ilustran y describen las formas en que cada ser humano puede cuidar su cuerpo”**

- ❖ Este material es una creación del Centro de Investigación y Documentación Educativa (CIDE) del Ministerio de Educación Y Ciencia de España, del programa: “ Por preguntar que no quede ”
- ❖ Este recurso puede ser fotocopiado o impreso solo si es para ser utilizado con fines didácticos no lucrativos.
- ❖ Este material puede ser visto en el CD adjunto en esta guía.

## ¿Es bueno hacer actividades físicas a lo largo del día?

A lo largo del día hacemos muchas cosas: jugamos al balón, a la cuerda, bailamos, corremos, saltamos, caminamos... y consumimos energía. Cuanta más gastemos, más trabajará nuestro corazón, respiraremos mejor y nuestra sangre llevará más oxígeno al organismo y menos engordaremos...

Entonces el cerebro funcionará más rápido y podremos estudiar con más facilidad. Nos podremos concentrar más y tener más habilidad en los juegos de ajedrez, de adivinanzas, de ordenador...



## ¿Por qué nos gustan tanto las chucherías, los refrescos, los caramelos y los pasteles?

Tienen unos colores tan bonitos y saben tan bien que es casi imposible no comerlos. Además, los anuncios de la Tele dicen que comerlos es fantástico. Pero no es verdad. Los pasteles empaquetados, los caramelos y las patatas fritas tienen mucha grasa y azúcar y cuando los comemos forman un tapón en nuestras venas y pueden hacernos daño y nos engordan. Por eso se les llama "comida basura" o "comida chatarra", es decir, comida desechable.

Es muy difícil no comer chuches y golosinas pero, aunque nos gusten mucho, debemos comer pocas: sólo una vez por semana o en ocasiones especiales.



## RECUERDA QUE...

Quien no come no crece,  
luce triste y enfermo  
como las plantas sin regar.

Aunque no crece mejor  
quien más come,  
sino quien mejor come.



## RECUERDA QUE...

Para prevenir enfermedades,  
hay que lavar muy bien  
los alimentos, sobre todo  
las frutas y las verduras.

¡Y lavarnos las manos  
antes de comer!



## RECUERDA QUE...

Para tener los dientes sanos  
tenemos que cepillarlos  
siempre después  
de cada comida,  
sobre todo  
cuando comemos dulces,  
que tienen azúcar  
y provocan caries.



## RECUERDA QUE...

Sólo hay que comer  
cuando se tiene hambre.

Hay quien necesita comer más  
y quien necesita comer menos.

Eso depende de la edad,  
del periodo de crecimiento  
y de la actividad física  
que realicemos.



## RECUERDA QUE...

Cuando nos alimentamos bien,  
nos nutrimos bien  
y, entonces, tenemos  
energía suficiente para crecer,  
jugar, correr, estudiar  
y estar sanos.



## RECUERDA QUE...

Cuanto más saludables  
son los alimentos que tomamos,  
más ágiles, felices  
y contentos nos sentimos.



## RECUERDA QUE...

Cuando hacemos un poco de ejercicio todos los días, nuestra sangre circula mejor por nuestras venas y arterias. Esto nos hace sentir realmente bien.



## Algo muy importante:

No debemos olvidar que cada niño y cada niña es diferente. Puedes ser más alta, más ancho o más delgada... Somos como somos y si nos gustamos y aceptamos, nos relacionaremos mejor con los demás. Lo importante es que aprendamos a alimentarnos y nutrirnos bien para crecer armónicamente y vivir sanos y felices



## “Muestra de un chaleco de cualidades ”



- Se dobló el pliego de papel periódico a la mitad
- En la unión de las dos mitades se hizo el cuello en forma de "V"
- Cada niño(a) decoró su chaleco.

# Para favorecer el desarrollo de la estima hacia otros



## **“Fichas con soluciones a emociones que hacen sentir mal a los niños”**

- ❖ Este material es una creación del Centro de Investigación y Documentación Educativa (CIDE) del Ministerio de Educación y Ciencia de España, del programa: “ Por preguntar que no quede ”
- ❖ Este recurso puede ser fotocopiado o impreso solo si es para ser utilizado con fines didácticos no lucrativos.
- ❖ Este material puede ser visto en el CD adjunto en esta guía.

¿Y si me ocurre algo?  
Si, por ejemplo, tengo miedo,  
o me encuentro mal  
en la escuela o en casa...

¡Busca ayuda! Tienes derecho a vivir y crecer en paz. Si alguna vez sientes miedo, te sientes solo, te han hecho daño o te asustan, coméntalo con los compañeros y compañeras y busca ayuda en las personas adultas.

¡No te lo guardes para ti!

¡Busca ayuda!

¡Recuerda que  
tienes derecho  
a ser feliz!



# CÓMO CONSTRUIR LA PAZ

Cuando te enfades, cuenta hasta diez antes de hacer algo.



Si alguna vez tienes miedo o te ocurre algo, ¡cuéntalo!



¡Busca ayuda!

No te escondas, que siempre habrá alguien que pueda ayudarte

Si le ocurre algo a alguno de tus compañeros o compañeras, ¡pide ayuda al maestro o a la maestra!

Aprende a decir lo que sientes.

Ponte en el lugar de los demás.

Di que **no** cuando algo te disguste.  
No hagas lo que crees que no está bien.

## “Memoria de emociones”

- ❖ Este recurso puede ser fotocopiado o impreso solo si es para ser utilizado con fines didácticos no lucrativos.
- ❖ Este material puede ser visto en el CD adjunto en esta guía.
- ❖ Este material es una creación de Karim Monterroso, las imágenes pertenecen al sitio **gettyimages**.

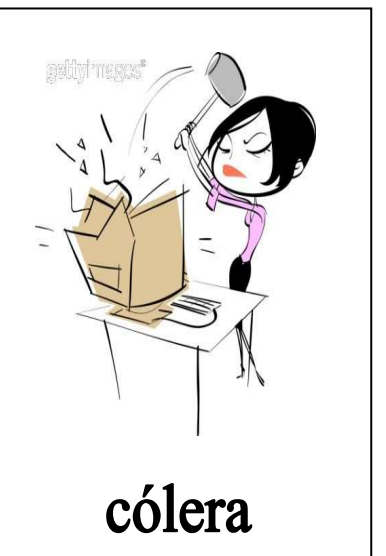


# Instrucciones para el juego de memoria:

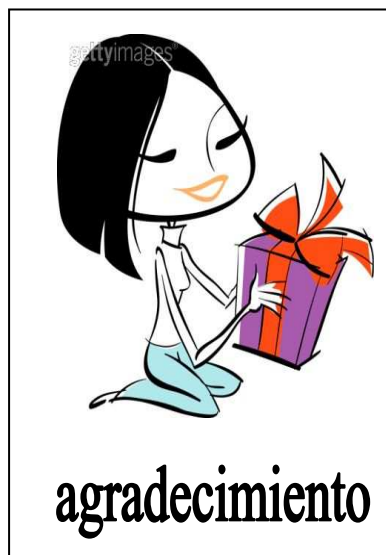
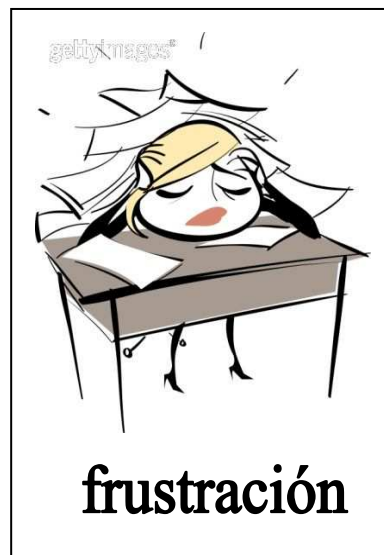
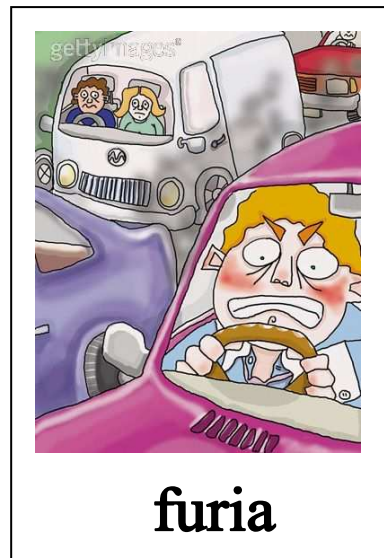
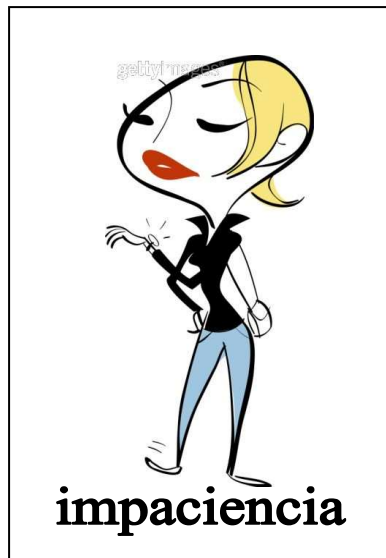
- ❖ Mezclar bien las tarjetas
- ❖ Colocar las tarjetas boca abajo, formando 6 filas de 6 tarjetas cada una.
- ❖ El primer jugador debe levantar dos tarjetas, una después de la otra. Dejando que todos, los jugadores, puedan verlas.
- ❖ Si estas tarjetas forman una pareja: El jugador puede quedarse con ellas y levantar otras dos.
- ❖ Si no forma pareja: Debe dejarlas en su lugar boca abajo, para dar paso al turno del siguiente jugador.
- ❖ Gana el jugador que al final tenga el mayor número de parejas.
- ❖ Conforme avance el juego los jugadores irán recordando donde se encuentran las tarjetas.

(Instrucciones del juego original de memoria)

**Nota:** Este recurso puede ser fotocopiado o impreso solo si es para ser utilizado con fines didácticos no lucrativos. Este material es una creación de Karim Monterroso y las imágenes pertenecen al sitio [gettyimages](http://gettyimages.com).



- \*Fotocopiar o imprimir dos copias de cada hoja.
- \* Pegar en cartulina o cartoncillo
- \*Recortar siguiendo la línea negra para obtener cada tarjeta.





**gozo**



**júbilo**



**pánico**



**miedo**



**angustia**



**preocupación**



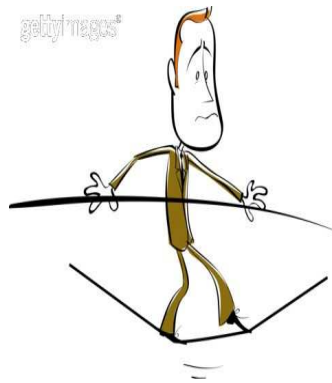
**realización**



**nerviosismo**



**entusiasmo**



**inseguridad**



**incertidumbre**



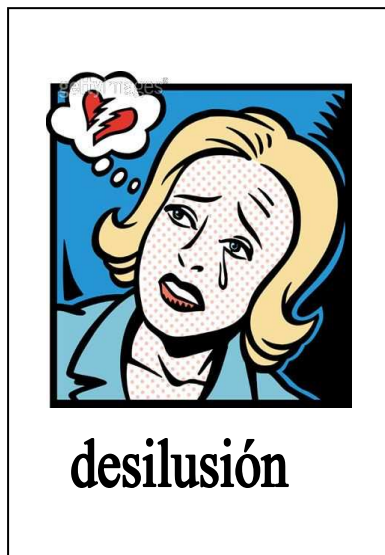
**alegría**



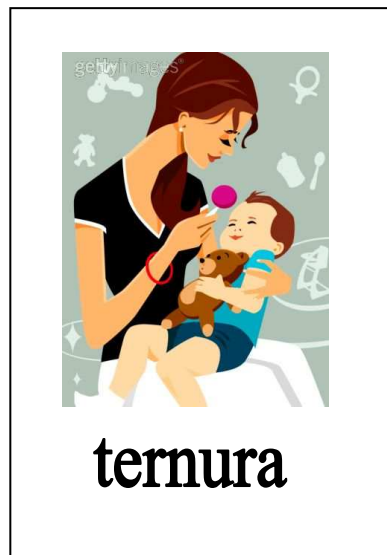
**aflicción**



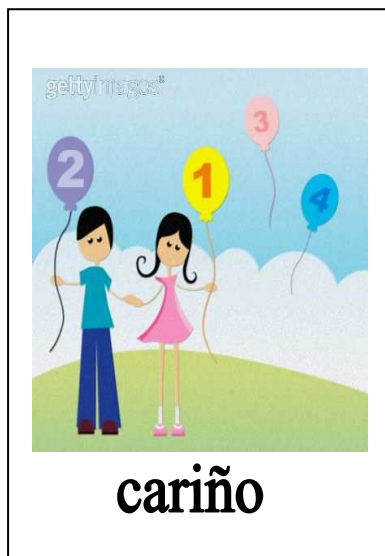
**tristeza**



**desilusión**



**ternura**



**cariño**



**enamoramiento**



**apatía**



**desesperación**



**desconsuelo**



**compasión**



**afecto**



**admiración**

## “Tarjetas de emociones”

- ❖ Este recurso puede ser fotocopiado o impreso solo si es para ser utilizado con fines didácticos no lucrativos.
- ❖ Este material puede ser visto en el CD adjunto en esta guía. Y puede ampliarse su tamaño de acuerdo a las necesidades de quien lo utilice.
- ❖ Este material es una creación de Karim Monterroso, las imágenes pertenecen al sitio **gettyimages**.
- ❖ Estas tarjetas también pueden servir para tener un juego de memoria de mayor tamaño.





**impaciencia**



**enfado**



**ira**



**furia**



pánico



miedo



**nerviosismo**



**angustia**



agradecimiento



satisfacción



**alegría**



**júbilo**



tristeza



desilusión



**apatía**



**desesperación**



**cariño**



**compasión**



**ternura**



**enamoramiento**

## “Instrucciones para el Rally”

- ❖ El rally es un juego en el que los participantes se reúnen en grupos y deben realizar las diferentes actividades que les son indicadas. Estas actividades pueden entregarse en un sobre. (con todas las actividades a realizar o con una actividad y con pistas para encontrar el nuevo sobre con indicaciones)
  
- ❖ Las actividades pueden variar según la edad de los niños(as) con los que se realice.
  
- ❖ Algunas actividades sugeridas son:
  - Buscar objetos
  - Escribir un poema
  - Hacer un dibujo
  - Hacer un collage (buscar un tema y pegar imágenes relacionadas en una cartulina)
  - Responder preguntas (¿Qué cosas No debo tolerar? ¿Qué es lo que debo tolerar? ¿Qué puedo hacer si alguien de mi familia o del centro escolar se siente triste? ¿Qué puedo hacer si me siento enojado? etc.)

- Pedirles que escriban las características positivas de cada uno de los miembros de su equipo o de los miembros de otro equipo

❖ Variación:

- ✓ En casa: Se puede hacer la actividad invitando a otros miembros de la familia: primos, tíos, abuelitos, etc.
- ✓ En el centro educativo: Se puede organizar a los niños por grupos (por filas, mesitas, etc.)

- ❖ Al completar las actividades los participantes pueden recibir un premio (una paleta, ver un a película, salir de paseo, etc.)

# RECURSOS 3

## Hojas de trabajo

# Hojas de trabajo

Las instrucciones, en las hojas de trabajo, no están indicadas en forma escrita para favorecer, en los niños(a), la habilidad de escuchar.

Lo que se ha de realizar en cada hoja ha sido indicado, con anterioridad, en la sección de actividades, en la sesión que corresponde cada hoja.

## Para favorecer el desarrollo de la autoestima:

- ❖ **Título de la hoja:** Me acepto como soy...respeto y cuido mi cuerpo ( Ver sesión No. 6)
  
- ❖ **Título de la hoja:** Soy especial y merezco ser tratado con respeto “Lo que yo soy es lo que importa” (Ver sesión No. 7)

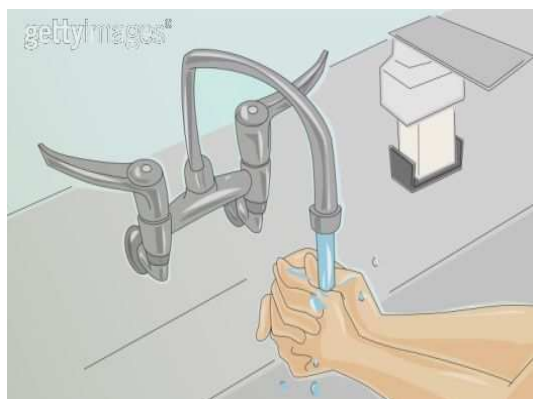
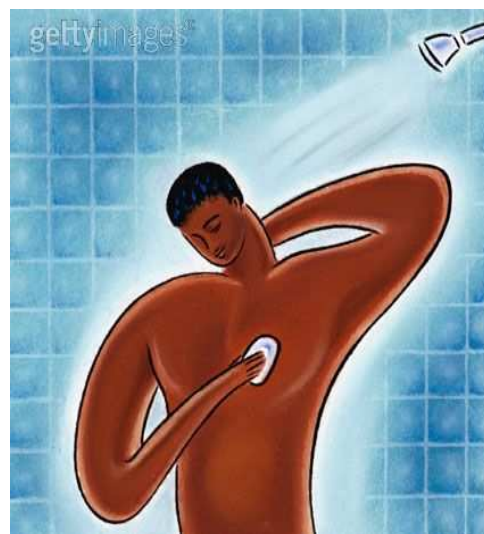
## Para favorecer el desarrollo de la estima:

- ❖ **Título de la hoja:** Cuestionario de Gustos personales ( Ver sesión No. 3)
  
- ❖ **Título de la hoja:**”Todos los seres humanos, sin distinción, desde que nacen merecen ser tratados con respeto” (Ver sesión No. 6)

# Para favorecer el desarrollo de la autoestima



# Me acepto como soy.... ... respeto y cuido mi cuerpo



**Soy especial y merezco ser tratado con respeto**  
**“Lo que yo soy es lo que importa”**

# Para favorecer el desarrollo de la estima hacia otros



## **Ejemplo de cuestionario de gustos personales:**

- ❖ ¿Cuál es tu nombre?
- ❖ ¿Cuál es tu edad?
- ❖ ¿Cuál es tu actividad favorita?
- ❖ ¿Cuál es tu comida favorita?
- ❖ ¿Te gusta leer? ¿cuál es tu libro favorito?
- ❖ ¿Te gusta ver Televisión? ¿Cuál es tu programa favorito?
- ❖ ¿Qué te gusta jugar?
- ❖ ¿Practicas algún deporte?
- ❖ ¿Cuál es tu animal favorito? ¿Tienes mascotas?
- ❖ ¿Te gusta la naturaleza?
- ❖ ¿Cuál es tu lugar favorito?
- ❖ ¿Qué lugar te gustaría conocer?
- ❖ ¿Cuál es tu clase favorita del colegio o escuela?
- ❖ ¿Te gusta escuchar música? ¿Qué tipo de música?
- ❖ ¿Te gusta bailar?
- ❖ ¿Tocas algún instrumento?
- ❖ ¿Qué religión practican en tu familia?
- ❖ ¿Practicas la religión de tu familia?

“Todos los seres humanos,  
sin distinción, desde que nacen  
merecen ser tratados con respeto”

# RECURSOS 4

**Tablas de cotejo**

“Para evaluar el cumplimiento de los objetivos específicos de las actividades que favorecen el desarrollo de la autoestima”



Nombre del niño(a) \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_

<b>Cumplimiento de los objetivos:</b>	<b>Sí</b>	<b>No</b>
<b>Sesión 1: ¿Sabes lo que me gusta hacer?</b>		
Expresó por medio de un dibujo la actividad que más le gusta realizar.		
Expresó, por medio de dibujos o de un párrafo escrito, sus actividades favoritas.		
<b>Sesión 2: “A gusto consigo mismo(a)”</b>		
Escribió en el dibujo de una ventana aquellas cosas que consideró que puede hacer bien (fortalezas) y aquellas que no (debilidades)		
<b>Sesión 3: “Más valioso que cualquier objeto”</b>		
Dibujó un objeto importante para sí mismo(a)		
Escribió su cualidad más importante		
<b>Sesión 4: “Soy valioso”</b>		
Escribió, en el centro de la silueta de su mano, la fortaleza que consideró más importante de sí mismo		
Escribió, en la silueta de su mano, sus 5 cualidades más representativas		
<b>Sesión 5: “Puedo hacer muchas cosas bien”</b>		
Escribió, su habilidad intelectual más importante.		
Escribió, su habilidad espiritual más importante		
Escribió, su habilidad física más importante		
Indicó verbalmente la importancia de cuidar su cuerpo		
<b>Sesión 6: “Cuido y respeto mi cuerpo”</b>		
Realizó la hoja de trabajo, que contiene actividades de autocuidado, de acuerdo a las instrucciones que se le dieron.		
Escribió, en la cartulina que se le dio, la importancia de cuidar su cuerpo		
<b>Sesión 7: “Soy especial y merezco ser tratado con respeto”</b>		
Expresó por qué merece el respeto de los (las) demás.		
Nombró una cualidad de sí mismo.		
Realizó su hoja de trabajo de acuerdo a las instrucciones que se le dieron		
<b>Sesión 8: “Soy único(a) y especial”</b>		
Decoró su chaleco de cualidades		
Escribió, en su chaleco, las dos fortalezas que mejor lo describen.		
<b>Sesión 9: “Cosas que puedo hacer y cosas que puedo mejorar”</b>		
Dibujó, en una hoja, un árbol con su copa, frutas, tronco y raíces.		
Escribió, en el árbol dibujado por el o ella, sus fortalezas, debilidades y aquello que lo fortalece en la vida.		
<b>Sesión 10: ¿Quién soy y cómo soy?</b>		
Indicó “Quién soy” y “Cómo soy” por medio de una narración o secuencia de imágenes		

“Para evaluar el cumplimiento de los objetivos específicos de las actividades que favorecen el desarrollo de la estima hacia otros”



Nombre del niño(a) \_\_\_\_\_ Grado: \_\_\_\_\_

<b>Cumplimiento de los objetivos:</b>	<b>Sí</b>	<b>No</b>
<b>Sesión 1: “Descubro y manejo mis emociones”</b>		
Dibujó las emociones que le hacen sentir bien		
Dibujó las emociones que le hacen sentir mal		
Escribió soluciones para las emociones que les hacen sentir mal		
<b>Sesión 2 : “Mi disco de emociones”</b>		
Participó en el juego de “Memoria de emociones” respetando las instrucciones y normas establecidas.		
Elaboró su disco de emociones experimentadas en la semana.		
Escribió soluciones para las emociones que les hacen sentir mal.		
<b>Sesión 3: “Semejanzas y diferencias”</b>		
Respondió a las preguntas relativas a sus gustos personales de su hoja de trabajo.		
Compartió, verbalmente, las respuestas de su hoja de trabajo		
<b>Sesión 4: “Convivir pacíficamente a pesar de las diferencias”</b>		
Escribió, en la hoja de un árbol, dibujada por el o ella, la cualidad que consideró sobresaliente en otra persona.		
<b>Sesión 5: “Los demás también son importantes”</b>		
Pintó una parte del arco iris de cartulina.		
Escribió una cualidad o habilidad de la persona que se le asignó en el sorteo.		
<b>Sesión 6: “Todos los seres humanos merecen mi respeto”</b>		
Pegó, en una hoja de papel, ilustraciones de personas físicamente distintas a el o ella.		
Escribió al menos una cualidad de una persona físicamente distinta a el o ella.		
<b>Sesión 7: “Hay cosas que no pueden ser toleradas”</b>		
Ilustró al menos una actitud que no debe ser tolerada por ninguna persona		
Ilustró al menos una característica o actitud que debe ser tolerada por todas las personas.		
<b>Sesión 8: “Todos podemos ayudar”</b>		
Escribió al menos una actitud de solidaridad ante cada necesidad que le fue presentada		
<b>Sesión 9: “Vamos todos a cooperar”</b>		
Participó en la actividad del rally, de acuerdo a las instrucciones que se le dieron		
<b>Sesión: 10 “ Hagamos un cuento entre todos”</b>		
Inventó una secuencia para el cuento que se construyó entre todos		
Escribió, en una hoja, la secuencia que inventó.		
Ilustró, la secuencia que inventó para el cuento		