



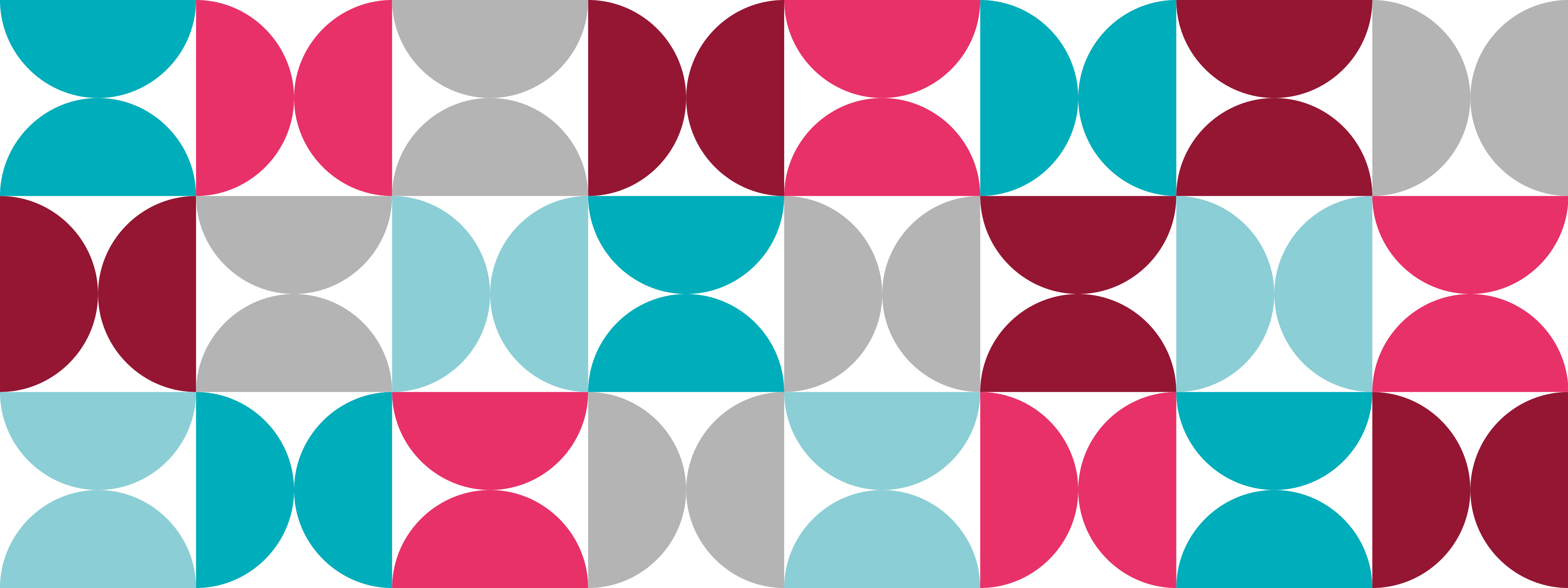
Iniciativa  
Spotlight



ACTIVIDADES PARA LA FACILITACIÓN DE LAS

# Intervenciones comunitarias:

TRABAJO CON NIÑAS Y NIÑOS



ACTIVIDADES PARA LA FACILITACIÓN DE LAS

# Intervenciones comunitarias:

TRABAJO CON NIÑAS Y NIÑOS

Consultoría realizada por: **Articulación ciudadana para la equidad y el desarrollo, A.C.**  
para el Fondo de Población de Naciones Unidas en el marco de la **Iniciativa Spotlight**.

**Identificación de contenidos y actividades:** Citlalli Vidal Otero y Edith Zúñiga

**Corrección de estilo:** Salvador Jaramillo

**Diseño editorial:** Ana Laura Pantoja

Este proyecto se realizó bajo la supervisión de José Antonio Ruíz, **Coordinador de la Iniciativa Spotlight en el UNFPA**, con apoyo de Citlalli Vidal Otero, **Asociada de la Iniciativa Spotlight**. La **revisión comunicacional** estuvo a cargo de Claudia Martínez, **Coordinadora de la Unidad de Comunicación** con el apoyo de Carelia Gómez González, **Asistente de la Unidad de Comunicación**. El apoyo administrativo fue posible gracias a César de la Fuente, **Asistente de Proyecto de la Iniciativa Spotlight**. Lo anterior bajo la supervisión del Sr. Arie Hoekman, **Representante del Fondo de Población de las Naciones Unidas en México y Director para Cuba y República Dominicana**.

# EL CONTENIDO

## PRESENTACIÓN 6

## CAPÍTULO UNO

Violencia de género 18

## CAPÍTULO DOS

Derechos humanos y marco legal 26

## ACTIVIDADES

### SUGERIDAS :

Rompehielos 36

## ACTIVIDADES

### SUGERIDAS :

Género 42

## ACTIVIDADES

### SUGERIDAS :

Violencia y violencia de género 55

## ACTIVIDADES

### SUGERIDAS :

Derechos humanos 66

## PARA FINALIZAR LA

### REPLICA 81

#### • ¿Qué voy a encontrar en este documento? 9

#### • Enfoques transversales 10

- Género y enfoque de igualdad 10
- Derechos Humanos 10
- Ciclo de vida 10
- Interculturalidad 10
- Interseccionalidad 11

#### • Conceptos clave 11

#### • La condición de género y sus implicaciones 11

- Sexo y género 11
- Roles de género 13
- Estereotipos de género 14
- Socialización de género 14
- Sistema sexo-género 15
- División sexual del trabajo 15
- Desigualdad de género 15
- Brechas de género 16
- Discriminación contra las mujeres 17
- Lenguaje sexista y lenguaje incluyente 18

#### • Violencia basada en el género 21

- ¿Cuáles son los tipos de violencia? 21
- ¿Dónde ocurre la violencia? 21
- Violencia contra niños y niñas 22
- Mitos de la violencia contra niños y niñas 24
- Resolución pacífica de conflictos 25
- Reconociendo y expresando mis emociones 25
- Soluciones sin violencia 26

#### • Derechos humanos 29

- Derechos de las niñas y los niños 29
- Los Derechos humanos de niñas, niños y adolescentes 30
- Sexualidad 32
- Autoestima 32
- Autoconocimiento y auto aceptación 32
- Autocuidado y bienestar 33
- Asertividad 34
- Comunicacación asertiva 34
- ¿Qué estilo de comunicación identificas mayormente en mujeres y hombres? 35
- Derechos asertivos 36
- Dercho a la protección 36
- ¿Cómo me protegen otras personas? 37

#### • Actividades sugeridas: 39

#### • Actividades rompehielos 39

- Mi nombre es... y soy... 40
- Mari mariposa 40
- Mi animal favorito 40
- La telarala 41
- Veo algo azul 41
- Me gusta... 42
- Presentando a mi compañera o compañero...42
- ¡En línea! 42
- Casa, habitante, terremoto 43

#### • Llegaron extraterrestres 45

- Juan y Ana 45
- La historia de Rhinka 46
- Niños, niñas y quehaceres del hogar 46
- ¿Típicamente niña, típicamente niño? 48
- Como niña 48
- Como niña (lika a girl) 50
- ¿Y tú que haces? 50
- Rosa o azul... 52
- Como niña 54
- Puros cuentos saludables 54
- Pedro y la mora 55

#### • ¿Qué es violencia? 57

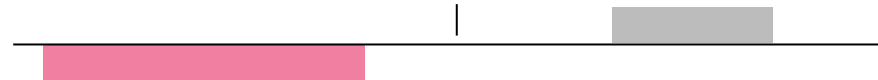
- Lo que no ves es... 58
- El puño 59
- Gaby, chicles de canela 59
- Violencia contra las mujeres y las niñas 60
- La tortuga Lola 60
- La Puja 61
- El cocodrilo 62
- Si escuchas la canción, encontrarás la solución 63
- La inundación 64
- Explorando mis emociones y sentimientos 65
- Dibujando mi sentimiento dañado 66

#### • Un nuevo país 69

- Mis derechos y obligaciones favoritos 70
- Para ser feliz necesito... 70
- Mi cuerpo 71
- Secretos 72
- Me quiero como soy 74
- Lo que me gusta de ti 75
- el cartero de los atributos 75
- Me conozco, me acepto, me quiero, me cuido 76
- El escudo 77
- Mis derechos asertivos 77
- ¿Cómo digo sí, cuando quiero decoro? 78
- Autobiografía a futuro 78
- Mi proyecto de vida 79
- Tengo derecho a protección 80

PARA LA  
SISTEMATIZACIÓN  
DE TU ACTIVIDAD 81

LAS FUENTES  
CONSULTADAS 82



# LA PRESENTACIÓN

La Iniciativa Spotlight es una colaboración entre la Unión Europea y seis agencias de las Naciones Unidas<sup>1</sup> que llama la atención sobre las violencias contra las mujeres y las niñas mostrándolas a la luz pública y convirtiéndola en el centro de todos los esfuerzos encaminados a lograr la igualdad de género y el empoderamiento de las mujeres.

Presentada en mayo de 2019 en México, contribuye a dar respuesta a todas las formas de violencia contra las mujeres con un énfasis en la erradicación del feminicidio, como la forma más extrema de la violencia. Su objetivo es fortalecer, complementar y respaldar los mecanismos, programas e iniciativas existentes en los niveles federal, estatal y municipal, destinados contribuir en la prevención y erradicación del feminicidio. En el país se implementa en cinco municipios de tres estados<sup>2</sup> mediante la instrumentación de actividades que se concentran en seis pilares.<sup>3</sup>

Spotlight reconoce que la transformación de estándares sociales y estereotipos que consienten la violencia contra las mujeres y las niñas requiere de intervenciones amplias y multidimensionales que se refuercen mutuamente; ello requiere de una interacción permanente entre la escala individual (actores) y la estructura social (comunidad). En el marco del

pilar 3, pone en práctica los esfuerzos dirigidos a focalizar la prevención en los escenarios individual, comunitario y escolar, mediante la adopción de un enfoque integral que proteja los derechos de las niñas, adolescentes, jóvenes, mujeres adultas y mujeres de la tercera edad, y que fomente su empoderamiento.

En este contexto, se impulsan acciones para la prevención de la violencia basada en el género en el ámbito comunitario que contribuyan a la construcción de alternativas actitudinales y conductuales no estereotipadas, procesos de empoderamiento para las mujeres y grupos en condición de vulnerabilidad, y al fortalecimiento de habilidades para la vida que redunde en la integración de una cultura de paz y bienestar en las comunidades.

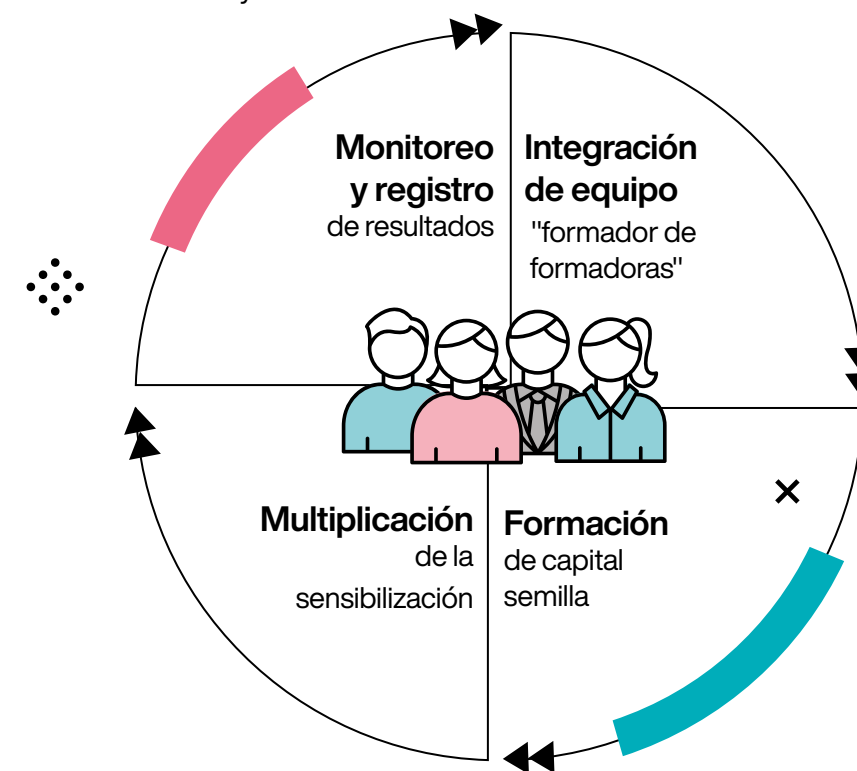
<sup>1</sup> Es una iniciativa de colaboración entre UNFPA, ONU Mujeres, PNUD, UNICEF, UNODC y ONUDH.

<sup>2</sup> Ecatepec y Naucalpan, en el Estado de México, Chihuahua y Ciudad Juárez, en Chihuahua y Chilpancingo, en Guerrero.

<sup>3</sup> 1) Marcos legislativo y político; 2) Fortalecimiento institucional; 3) Prevención: Cambiar normas y comportamientos; 4) Servicios de calidad centrados en la prevención y la resiliencia; 5) Gestión de datos para dar a conocer políticas y programas enfocados en violencia contra las mujeres y las niñas y feminicidio; y 6) El movimiento de mujeres y otras organizaciones de la sociedad civil se robustecen para abogar por la erradicación de la violencia contra las mujeres y las niñas y el feminicidio.

## ¿QUÉ VOY A ENCONTRAR EN ESTE DOCUMENTO?

La propuesta integral de intervención psicosocial contempló la conformación de un capital semilla integrado por organizaciones de la sociedad civil, organizaciones comunitarias, colectivos, entre otros actores estratégicamente seleccionados, que participaron en un taller formador de formadoras con el objetivo de integrar, adaptar y contextualizar tanto a las propias necesidades de su comunidad como a su bagaje profesional actividades que promuevan una cultura de paz y de bienestar, libres de discriminación y violencia.



Fuente: Elaboración propia.

En este contexto, este documento tiene el propósito de ser una herramienta que guíe la labor del capital semilla a la hora de su réplica en las actividades de sus comunidades. Estas acciones pueden consistir en la realización de actividades de sensibilización, difusión y promoción de los derechos humanos e incluso de implementación de talleres.

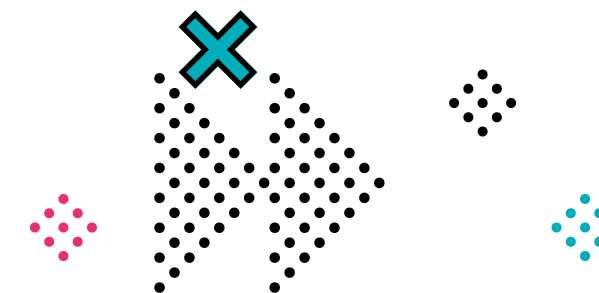
Para ello se incluye información de utilidad para el diseño de las actividades que el capital semilla realice en sus comunidades. Se incorporan temas que tienen relación directa con el ejercicio de los derechos humanos de las mujeres, cada uno de ellos está desarrollado brevemente para servir de referente teórico que permite contar con elementos expositivos en apoyo a la implementación de las actividades, y al mismo tiempo es un refuerzo de la información recibida durante los talleres implementados en la primera fase del proyecto (véase figura 1).

### LOS CONTENIDOS BUSCAN:

**Reafirmar los conocimientos** adquiridos durante los talleres de formación, para ello, se incluyen los conceptos clave de cada una de los temas revisados.

**Propiciar la reflexión** a partir de una propuesta de actividades que el capital semilla pueda utilizar para el desarrollo de sus réplicas.

**Difundir los contenidos** adquiridos durante los talleres de formación.



## ENFOQUES TRANSVERSALES <sup>4</sup>

La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas se ha comprometido a “no dejar a nadie atrás”, en este contexto, y para contribuir con el cumplimiento de esta promesa, es indispensable la integración de cinco enfoques que deben ser transversales en todo el proceso, los cuales comprenden desde el diseño hasta la implementación de las actividades:

### GÉNERO Y ENFOQUE DE IGUALDAD<sup>4</sup>

Está orientado a observar, estudiar y transformar las diferencias culturales, económicas y políticas en la construcción de la condición y posición de hombres y mujeres, niños y niñas, que generan desigualdades y se expresan en situaciones de discriminación y exclusión social.

La progresiva incorporación de este enfoque en el ámbito de la planificación y gestión pública de los diferentes países, en general, y de las Naciones Unidas, en particular, emerge de la necesidad de apreciar y valorar la realidad desde una perspectiva de justicia e igualdad. Por un lado, intenta controlar los posibles efectos e impactos adversos que dejan a unas u otros en situación de desventaja –cuidando de no incurrir en discriminación por género–; y por otro, promover la igualdad de oportunidades con especial énfasis en el fortalecimiento de las capacidades y competencias de las mujeres y las niñas a través de su empoderamiento como titulares de derechos.

### DERECHOS HUMANOS

Este enfoque señala que en la medida que los derechos tienen el carácter de obligatorios, las instituciones y los Estados tienen el deber de hacerlos

valer y garantizar su exigibilidad para asegurar el bienestar en condiciones de igualdad, independientemente de variables económicas como de la escasez de recursos.

Debe prestar atención a los resultados, debido a que la conclusión deseada y el impacto de cualquier actividad del programa son los que contribuyen a fomentar la realización de los derechos humanos. También debe prestar atención para asegurar que el proceso de desarrollo no profundice la desigualdad, la discriminación y, en última instancia, los conflictos ya existentes.

### CICLO DE VIDA

Engloba la tesis del efecto acumulado de condiciones y experiencias de la vida y el entorno de las personas; en particular, el impacto durante toda la vida de las experiencias, hábitos y conductas formadas durante la infancia y la adolescencia y todas las interacciones producto del sistema de relaciones sociales, culturales, institucionales y económicas.

Supone un marco de actuación de los garantes en los espacios donde se desarrollan las personas, desde sus familias, sus comunidades, el centro de salud, el jardín infantil, la escuela, el lugar de trabajo, etc.; asimismo, de los hitos y las transiciones vitales, inicio y fin de los estudios, inicio y fin de la actividad laboral, jubilación, por mencionar algunos, muchos de los cuales han sido normados progresivamente en un marco de derechos humanos. En este contexto, las personas enfrentan riesgos que pueden llegar a convertirse en problemas en distintos momentos de cada etapa, los cuales se deben mitigar o evitar desde las políticas públicas.

### INTERCULTURALIDAD

Está orientado al reconocimiento de las diversidades culturales que co-

existen en las sociedades actuales, las cuales deben convivir con una base de respeto hacia sus diferentes cosmovisiones, derechos humanos y derechos como pueblos. Busca dar cuenta de la interacción o encuentro entre dos o más grupos culturales. En definitiva, la interculturalidad pone su énfasis en el diálogo, la interacción y la relación incluso con grupos que no comparten un mismo Estado.

### INTERSECCIONALIDAD

Se refiere a las múltiples opresiones que viven las personas que pertenecen a más de un grupo vulnerable, dando lugar a una doble o triple discriminación, lo cual limita de manera más aguda el ejercicio de sus derechos.

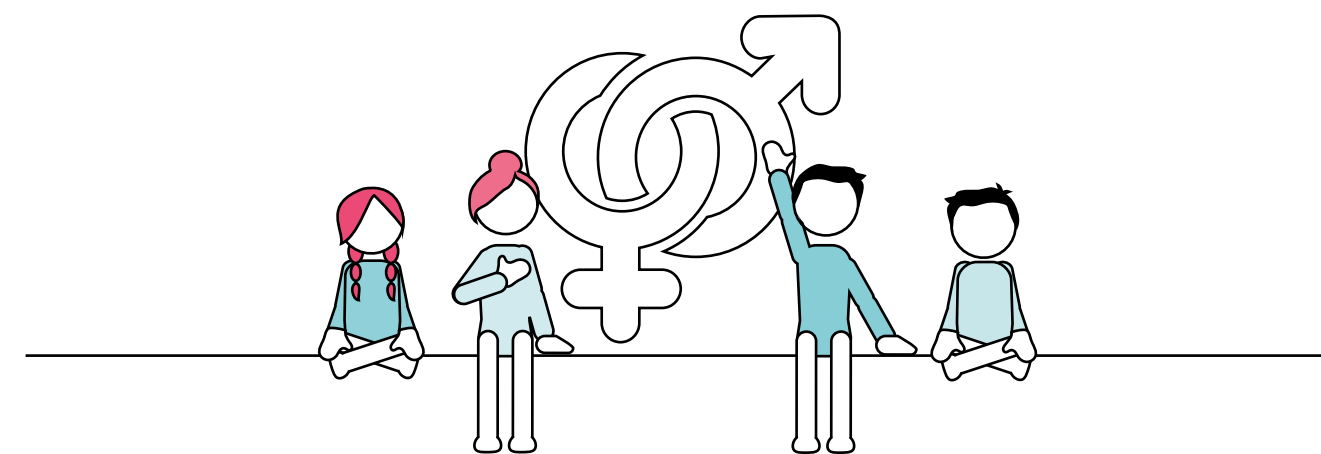
## CONCEPTOS CLAVE

En este apartado se incluyen los principales conceptos abordados durante los talleres de formación, tienen la intención de reforzar lo aprendido y propiciar su asimilación y apropiación.

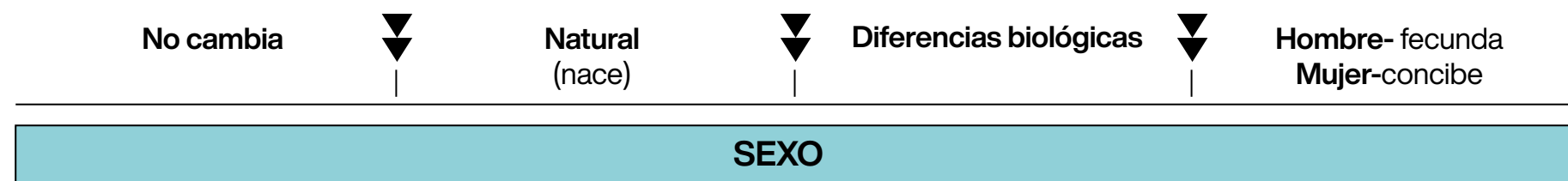
## LA CONDICIÓN DE GÉNERO Y SUS IMPLICACIONES

### SEXO Y GÉNERO

Las palabras sexo y género en ocasiones son empleadas como sinónimos, y se cree que hacen referencia, hablando de manera general, a hombres y mujeres. No obstante, desde la teoría feminista se ha abordado el concepto de género y sexo de manera diferenciada para hacer notar la incidencia de lo social en lo que se asocia a mujeres y hombres.

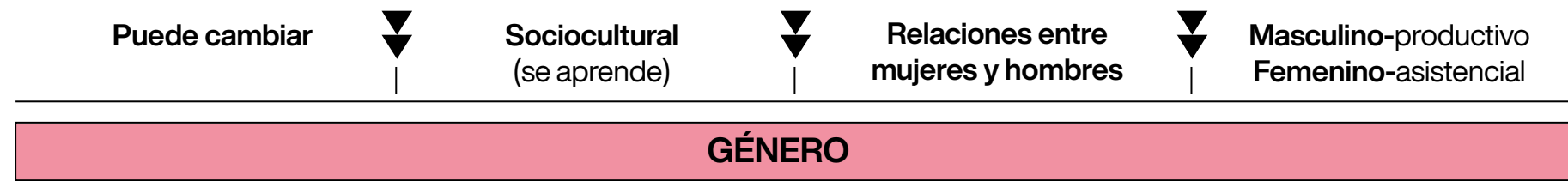


<sup>4</sup> Retomados del documento Ampliando la mirada: la integración de los enfoques de género, interculturalidad y derechos humanos. UNFPA, ONU Mujeres, UNICEF, PNUD, 2012. En: <https://www.onu.org.mx/wp-content/uploads/2015/11/AmpliandolaMirada.pdf>



Fuente: Leñero, 2009

**SEXO:** se refiere a las características biológicas que definen a los seres humanos como mujeres y hombres. Los conjuntos de características biológicas no son mutuamente excluyentes, ya que existen individuos que poseen ambos, pero estas características tienden a diferenciar a los humanos como hombres y mujeres (ONU Mujeres, 2016).



Fuente: Leñero, 2009

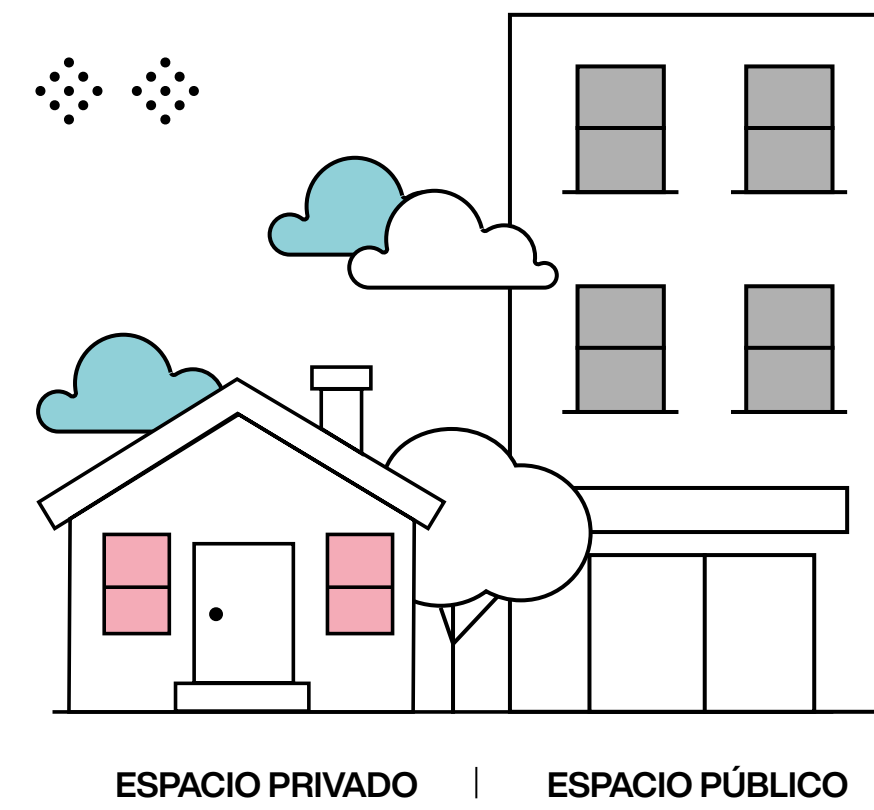


**GÉNERO:** se refiere a la carga social asignada a las personas en función de su sexo, es decir “a los roles, comportamientos, actividades, y atributos que una sociedad determinada en una época determinada considera apropiados para hombres y mujeres. Además de los atributos sociales y las oportunidades asociadas con la condición de ser hombre y mujer, y las relaciones entre mujeres y hombres, y niñas y niños, el género también se refiere a las relaciones entre mujeres y las relaciones entre hombres. Estos atributos, oportunidades y relaciones son construidos socialmente y aprendidos a través del proceso de socialización. Son específicas al contexto/época y son cambiantes. El género determina qué se espera, qué se permite y qué se valora en una mujer o en un hombre en un contexto determinado” (ONU Mujeres, 2016).

### ROLES DE GÉNERO

Los roles de género se “refieren a las normas sociales y de conducta que, dentro de una cultura específica, son ampliamente aceptadas como socialmente apropiadas para las personas de un sexo específico. Suelen determinar las responsabilidades y tareas tradicionalmente asignadas a hombres, mujeres, niños y niñas. Al igual que el género, los roles de género pueden transformarse con el transcurso del tiempo, especialmente con el empoderamiento de las mujeres y la transformación de las masculinidades” (ONU Mujeres, 2016).

Los roles de género van a indicar qué acciones son realizadas por hombres o por mujeres. Son construidos a partir del género. De esta forma, si a las mujeres se les educa para ser cuidadoras serán asociadas a roles en donde sea fundamental esta cualidad. Así, se vincula a las mujeres con labores de cuidado como enfermeras o madres de familia. Por el contrario, el género de los varones incluye construir una personalidad fuerte, racional y valiente, por lo que labores de construcción o de deportes serán adecuados desde esta perspectiva. Si se toman en consideración los señalamientos del cuadro siguiente puede reconocerse cómo los roles construyen a los varones para el espacio público y a las mujeres para el privado.



Lugar o ámbito para las actividades de:	Lugar o ámbito para las actividades de:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación de hijas e hijos</li> <li>• Reproducción</li> <li>• Mantenimiento físico del hogar</li> <li>• Alimentación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prestigio social</li> <li>• Producción</li> <li>• Gobierno y poder</li> <li>• Creación científica y artística</li> <li>• Creación de conocimientos</li> <li>• Deportes</li> </ul>

Fuente: Leñero, 2009





En este punto es importante retomar que el género es una construcción social no determinada de manera natural. Por ello se menciona que varía en función del contexto. Entonces, no hay sustento en la biología de los cuerpos de hombres y mujeres que pueda dar lugar a esta división de tareas y labores en la sociedad.

### ESTEREOTIPOS DE GÉNERO

Estas asociaciones a comportamientos masculinos y femeninos se encuentran tan arraigados en las sociedades que empiezan a asumirse como naturales en hombres o mujeres, según corresponda. De esa forma, se creará que una mujer, en todos los casos, es cariñosa y cuidadosa y que un hombre es fuerte y valiente. Sin embargo, asumir lo anterior es hablar de estereotipos de género, es decir:

“Generalizaciones simplistas de los atributos de género, las diferencias y los roles de las mujeres y los hombres. Las características estereotipificadas sobre los hombres los describen como competitivos, codiciosos, autónomos, independientes, beligerantes, interesados en los bienes privados. Los estereotipos paralelos sobre las mujeres las representan como cooperadoras, acogedoras, atentas, comunicativas, orientadas al grupo, interesadas en los bienes públicos”.

“Es un conjunto de acuerdos por el cual la sociedad transforma la sexualidad biológica en productos de la actividad humana y en las cuales estas necesidades sexuales transformadas, son satisfechas” (Rubin, 1986: 44).

“Con frecuencia los estereotipos se usan para justificar la discriminación de género más ampliamente y pueden reflejarse y reforzarse con las teorías tradicionales y las modernas, las leyes y las prácticas institucionales. Los mensajes que refuerzan los estereotipos de género y la idea que las mujeres son inferiores vienen en una variedad de ‘envases’ —desde canciones y anuncios publicitarios hasta proverbios tradicionales” (ONU Mujeres, 2016).

### SOCIALIZACIÓN DE GÉNERO

¿Cómo es que el género se aprende? ¿Por qué ha llegado a integrarse de manera tan natural en todos los espacios donde las personas se desarrollan? La respuesta a eso la puede brindar el proceso conocido como socialización de género que se refiere al proceso de aprendizaje mediante el cual se enseñan las reglas, pautas, normas o atributos de masculinidad y feminidad que cada sociedad valora como “formas culturalmente apropiadas” (Izquierdo, 2013).

Los elementos presentes en la socialización para hombres y mujeres varían de acuerdo con el contexto temporal y físico, no obstante, la constante es la jerarquía en cuanto al poder que ejercen.

La familia es el primer espacio de socialización, se inicia con la enseñanza de lo que es lo apropiado para niños y niñas: con la ropa que se usa, los colores que están permitidos, los juguetes con los que pueden jugar. Esto se refuerza a partir de los mensajes que envían las y los adultos: quién limpia la casa, quién realiza las labores de cuidado, quién toma las decisiones o “da los permisos”.

Otro de los espacios que es fundamental en la socialización es la escuela, en este espacio se transmiten normas, valores, elementos, creencias, mitos, rituales e inclusive prejuicios que definen la personalidad de las niñas y los niños. Instituciones como la Iglesia, los centros de trabajo y los medios de comunicación también se conciben como agentes socializa-

dores que tienen un impacto muy poderoso en la vida de las personas, ya que también “definen” los comportamientos y formas de ser de las mujeres y hombres.

### SISTEMA SEXO-GÉNERO

Como ya se mencionó, la construcción del género es social y sin embargo parece inherente a hombres y mujeres. A partir de ella se ha construido la sociedad en general al asignar funciones específicas tomando como punto de partida el sexo de las personas.

Las diferencias supuestamente naturales entre mujeres y hombres traducidas a roles específicos en las sociedades tienen como resultado funciones distintas para las personas según su sexo.

El sistema sexo-género identifica lo natural y lo socialmente construido y establece que el sexo no es en sí mismo la causa de la desigualdad de las mujeres, sino su posición de género socialmente construida (Fundación Mujeres, 2007).

### DIVISIÓN SEXUAL DEL TRABAJO

Este concepto permite analizar con mayor claridad los roles sociales diferenciados por sexo. Esta división, que se considera una construcción cultural y por tanto susceptible de ser modificada, determina cómo los roles se distribuyen en la sociedad: las mujeres estarían a cargo de la reproducción social y los hombres de las tareas productivas (CEPAL, 2011).

De esta forma, en las familias, las mujeres son por lo general quienes se encargan de las labores de cuidado y mantenimiento del hogar. Mientras tanto, los hombres son quienes ejercen trabajos remunerados en los espacios públicos. Incluso en la actualidad, aunque más mujeres se han involucrado en trabajos remunerados fuera de casa, las labores del hogar continúan siendo realizadas por ellas.

Cuando se analizan las diferencias construidas y replicadas en la sociedad entre mujeres y hombres no sólo se identifica que hay tareas asignadas específicamente, sino que la valoración de ellas es distinta y coloca a las mujeres en desigualdad.

Los espacios de toma de decisiones, por ejemplo, son espacios en donde tradicionalmente se desenvuelven los varones, por el contrario, el trabajo del hogar sin remuneración es destinado a las mujeres.

### DESIGUALDAD DE GÉNERO

Las distintas sociedades en diferentes momentos de la historia de la humanidad han establecido a los hombres como beneficiarios del poder y el prestigio comunitarios, tomadores de decisiones, visionarios y líderes; en contraste, las mujeres han carecido de oportunidades y han sido destinadas a la subordinación, ya sea bajo supuestos naturalistas, divinos o científicos.

La asignación diferenciada de los roles y estereotipos a las mujeres en función de su sexo las ha colocado en una posición social de desigualdad. En pleno siglo XXI aún persiste la idea de que las mujeres no necesitan estudiar ya que su destino es el matrimonio.

Ante casos de escasez económica es común que las mujeres sean quienes se vean obligadas a abandonar su educación; son ellas quienes adquieren la responsabilidad del cuidado de sus familiares y las responsabilidades domésticas, en detrimento de sus estudios.

“Las desventajas que experimentan las niñas y las mujeres son una causa importante de desigualdad. Con demasiada frecuencia, sufren discriminación en la salud, la educación, la representación política y el mercado de trabajo, entre otros ámbitos, lo que tiene repercusiones negativas para el desarrollo de sus capacidades y su libertad de elección”<sup>5</sup>.

## BRECHAS DE GÉNERO

“Es una medida estadística que muestra la distancia entre mujeres y hombres respecto a un mismo indicador. Se utiliza para reflejar la brecha existente entre los sexos respecto a oportunidades de acceso y control de los recursos económicos, sociales, culturales y políticos” (INMUJERES, 2007).

El trato desigual entre mujeres y hombres se puede identificar en múltiples espacios, como en el ejercicio del trabajo remunerado, en la ocupación de espacios en los puestos de toma de decisiones, en el acceso a educación.

“La igualdad de género parte del reconocimiento de que históricamente las mujeres han sido discriminadas y es necesario llevar a cabo acciones que eliminen la desigualdad histórica y acorten las brechas entre mujeres y hombres de manera que se sienten las bases para una efectiva igualdad de género, tomando en cuenta que la desigualdad que de facto padecen las mujeres puede agravarse en función de la edad, la raza, la pertenencia étnica, la orientación sexual, el nivel socioeconómico, entre otros” (ONU Mujeres, 2015).

<sup>5</sup> <http://hdr.undp.org/en/content/%C3%ADndice-de-desigualdad-de-g%C3%A9nero>

El salario medio anual de una mujer es un

**22.17%**

más bajo que el de un hombre.

La tasa de empleo en mujeres es del

**44%**

mientras que la de los hombres es del

**55.7%**

Las mujeres invierten 26.5 horas en trabajo no remunerado, mientras que los hombres solo dedican 14 horas a estos trabajos.

La participación de las mujeres en cargos ejecutivos de los principales partidos políticos se cifra en un

**38%**

Y según datos de la ONU, 90% de los jefes de Estado del mundo son hombres.

(OXFAM).

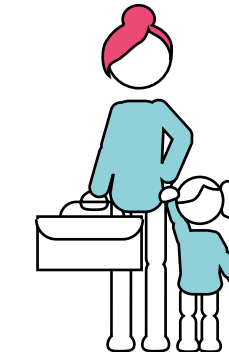
## DISCRIMINACIÓN CONTRA LAS MUJERES

Es “toda distinción, exclusión o restricción basada en el sexo que tenga por objeto o resultado menoscabar o anular el reconocimiento, goce o ejercicio por la mujer, independientemente de su estado civil, sobre la base de la igualdad del hombre y la mujer, de los derechos humanos y las libertades fundamentales en las esferas política, económica, social, cultural y civil o en cualquier otra esfera” (CEDAW).

La discriminación contra las mujeres se manifiesta de distintas formas, lo que ocasiona que sus necesidades específicas no sean tomadas en cuenta, pues se les coloca únicamente a partir de la mirada masculina.



**DISCRIMINACIÓN DIRECTA**



**DISCRIMINACIÓN INDIRECTA**

- Cuando a las mujeres se les paga menos que a los hombres por un trabajo de igual valor.
- No les permiten participar en un cargo público.
- Las despiden por estar embarazadas.
- Las mujeres no pueden acceder a puestos de decisión porque implica mayor "compromiso" y no pueden cumplirlo porque son responsables de los cuidados de la familia y quehaceres domésticos.

Algunos habilitadores de la discriminación...

### SEXISMO

“Se refiere a todas aquellas prácticas y actitudes que promueven el trato diferenciado de las personas en razón de su sexo biológico, del cual se asumen características y comportamientos que se espera, las mujeres y los hombres, actúen cotidianamente”

(Punto género, INMUJERES)

### ANDROCENTRISMO

Consiste en “ver el mundo desde lo masculino, tomando al varón de la especie como parámetro o modelo de lo humano”

(Facio, 2006).

### PATRIARCADO

Es la base de la desigualdad de género, se refiere a “una forma tradicional de organización social que le confiere más importancia a los hombres o a lo que se considera masculino, que a las mujeres o a lo que se considera femenino” (ONU Mujeres, 2016).

## LENGUAJE SEXISTA Y LENGUAJE INCLUYENTE

En el lenguaje pueden identificarse desigualdades, se refuerzan estereotipos y roles. Es un reflejo de las concepciones culturales de las sociedades. No es que la lengua en sí sea sexista, más bien se hace de ella un uso sexista. No obstante, así como el lenguaje puede ser empleado para reproducir dinámicas desiguales y perpetuar nociones “naturales” respecto al comportamiento de hombres y mujeres, también puede emplearse para incluir a las mujeres y ser usado para comunicar ideas de forma distinta.

Una de las formas más comunes de hacer un uso sexista de la lengua es la generalización en masculino. Esto ocurre cuando las personas se refieren a un grupo en donde hay mujeres y hombres solo en masculino.

Como alternativa puede hacerse uso de los siguientes recursos:

SUSTANTIVOS COLECTIVOS NO SEXUADOS	
Los derechos del hombre	Los derechos humanos
El mexicano	La ciudadanía mexicana
El hombre	La humanidad
Los niños	La niñez

Fuente: CONAPRED (2015) Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje.

Además de la invisibilización de las mujeres con el uso del genérico masculino, hay expresiones que reproducen roles y estereotipos de género. Por ejemplo:

**“El último en llegar es vieja”**

**“Corres como niña”**

Asimismo, hay refranes que también se basan en estereotipos sexistas:

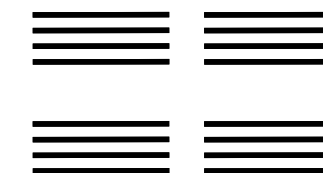
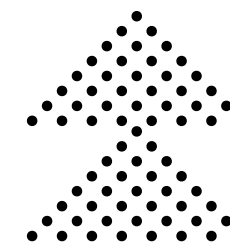
**“Mujer que sabe latín, ni encuentra marido, ni tiene buen fin”**

**“La mujer y el sartén, en la cocina se estén”**

**“Mujer al volante, peligro constante”**

**“Las mujeres como la escopeta, cargadas y atrás de la puerta”**

Ante este tipo de expresiones, lo más adecuado es cuestionar qué tipo de imagen sobre mujeres y hombres se está reforzando. A partir del idioma también se construyen las sociedades. De esta forma, cuestionar estos dichos es necesario para desmontar ideas sexistas.



# CAPÍTULO UNO

## VIOLENCIA DE GÉNERO

## VIOLENCIA DE GÉNERO

### VIOLENCIA BASADA EN EL GÉNERO

Es un término amplio que describe cualquier acto perjudicial perpetrado contra la voluntad de una persona y basado en diferencias (de género) sociales adscritas entre hombres y mujeres. Estos actos violentan sistemáticamente los derechos de las personas que se encuentran consagrados y protegidos por los instrumentos internacionales y nuestra Constitución.

La violencia que enfrentan las mujeres y las niñas es por el hecho de ser mujeres y constituye una forma de discriminación por motivos de género (Recomendación 19 de la CEDAW), esta discriminación es una de las causas principales de dicha violencia y la violencia es el mecanismo que perpetúa la discriminación (ONU, 2006).

**La violencia contra las mujeres (VCM)** es cualquier acción u omisión, basada en su género, que les cause daño o sufrimiento psicológico, físico, patrimonial, económico, sexual o la muerte tanto en el ámbito privado como en el público (LGAMVLV).

La VCM no se manifiesta de una sola forma ni en un solo espacio o ámbito de la vida de mujeres y niñas. Por ello, organismos internacionales, países y Estados han buscado distintas definiciones de los tipos de manifestaciones que se dan y de los espacios en los que se refleja la violencia de género. La intención es que en los conceptos se puedan reconocer las violencias que viven mujeres y niñas en su vida cotidiana.

### ¿CUÁLES SON LOS TIPOS DE VIOLENCIA?

#### FÍSICA

Te ha lesionado o dañado utilizando la fuerza física o con algún objeto o arma.

#### PSICOLÓGICA

Te ha insultado, humillado, te cela constantemente, te compara con otras mujeres, te rechaza o te amenaza.

#### SEXUAL

Toca tu cuerpo sin tu consentimiento, te obliga a tener relaciones sexuales, te ha forzado a tocar su cuerpo sin que tú quieras hacerlo.

#### ECONÓMICA

Controla o te quita el dinero que obtienes por tu trabajo, no permite que trabajes, controla los ahorros de ambos.

#### PATRIMONIAL

No se preocupa por la manutención de sus hijos e hijas, se adueña de tus bienes, por ejemplo, algo que tú hayas heredado o destruye tus pertenencias.

### ¿DÓNDE OCURRE LA VIOLENCIA?

#### EN TU FAMILIA

Cuando el agresor es de tu familia (cercana o política), tuvo algún parentesco contigo, si es tu pareja, sin importar si están casados o si viven en unión libre, si ya no están juntos o si están divorciados.

#### EN TU TRABAJO

Cuando el agresor pertenece al lugar donde trabajas, no importa la relación jerárquica (puede ser tu jefe o algún compañero). Algunas de las situaciones más comunes son negarse a contratarte o despedirte porque eres mujer o por estar embarazada; si te pagan menos por hacer el mismo trabajo que tus compañeros; te amenazan o descalifican tu trabajo.

#### EN TU ESCUELA

Cuando enfrentas violencia por parte de algún profesor o compañero de clase. Algunas de las situaciones más comunes son que te impidan participar en las actividades escolares, burlas, exclusión, intimidación; todas estas conductas afectan tu rendimiento escolar.

## EN LA CALLE

La ejercen mayoritariamente personas desconocidas, sin embargo, también puede realizarla algún conocido. Se comete en espacios públicos (calle, transporte). Impide que salgas en ciertos horarios, a lugares y en transportes determinados por miedo a que tu integridad física esté en peligro.

## EN LAS INSTITUCIONES

Cometida por las y los servidores públicos que no te ayudan a sentirte segura, escuchada y apoyada e impiden u obstaculizan el ejercicio de tus derechos. Por ejemplo, si se niegan a recibir tu denuncia, te juzgan o dudan de tu palabra.

## VIOLENCIA FEMINICIDA

Es la forma extrema de violencia de género contra las mujeres, es producto de la violación de sus derechos humanos, en los ámbitos público y privado, y está conformada por el conjunto de conductas misóginas que pueden conllevar impunidad social y del Estado, y puede culminar en homicidio y otras formas de muerte violenta de mujeres.

## VIOLENCIA CONTRA LOS NIÑOS Y NIÑAS<sup>6</sup>

Incluye el abuso y el maltrato físico y mental, el abandono o el tratamiento negligente, la explotación y el abuso sexual. Afecta la salud física y mental de los niños, lo que perjudica su habilidad para aprender y socializar y socava su desarrollo como adultos funcionales y buenos progenitores. En los casos más graves, la violencia contra los niños conduce a la muerte.

La violencia puede ocurrir en el hogar, las escuelas, los orfanatos, los centros residenciales de atención, en las calles, en el lugar de trabajo, en prisiones y establecimientos penitenciarios.

<sup>6</sup> [https://www.unicef.org/spanish/protection/files/La\\_violencia\\_contra.pdf](https://www.unicef.org/spanish/protection/files/La_violencia_contra.pdf)

<sup>7</sup> [https://www.poderjudicialcdmx.gob.mx/acoso\\_escolar/](https://www.poderjudicialcdmx.gob.mx/acoso_escolar/)

<sup>8</sup> Secretaría del Estudio del Secretario General de las Naciones Unidas sobre la Violencia contra los Niños (2007).

En cuanto a los espacios y formas en las que se presenta la violencia contra niños y niñas se pueden identificar los siguientes:

## VIOLENCIA FAMILIAR

Muchos niños, niñas y adolescentes presencian la violencia dentro de sus hogares, usualmente entre sus padres. Esto puede afectar su estado de ánimo, su desarrollo y su manera de interactuar con otras personas a lo largo de toda su vida. Cuando hay violencia contra la mujer dentro de una familia, muchas veces también hay violencia contra los niños, niñas y adolescentes.

## VIOLENCIA EN LAS ESCUELAS:

Algunas manifestaciones de violencia que pueden ocurrir en este ámbito son:

- **Violencia física:** Puede que algunas o algunos profesores golpeen a los niños, niñas y adolescentes para castigarlos, por ejemplo, cuando no han hecho su trabajo correctamente.
- **Trato cruel y humillante:** Puede que algunas o algunos profesores griten a los estudiantes o los insulten.
- **Acoso escolar:** Es una forma de violencia entre compañeros, en la que uno o varios alumnos molestan y agreden de manera constante y repetida a uno o varios compañeros, quienes no pueden defenderse de manera efectiva y generalmente están en una posición de desventaja o inferioridad.
- **Violencia sexual y de género:** La violencia también se produce contra compañeros y compañeras homosexuales, lesbianas, bisexuales o transexuales.

## VIOLENCIA EN LA COMUNIDAD

“La comunidad” es el ambiente social de los niños, niñas y adolescentes. Es donde están cuando no se encuentran en sus hogares, con sus familias,

en las escuelas u en otras instituciones (Secretaría del Estudio del Secretario General de las Naciones Unidas sobre la Violencia contra los Niños, 2007). Algunas manifestaciones de violencia en este espacio pueden ser:

## VIOLENCIA DE PANDILLA

Cuando los niños, niñas y adolescentes no tienen un sentido de pertenencia a su comunidad y se sienten amenazados en ella, es posible que se unan a las pandillas buscando apoyo.

## VIOLENCIA SEXUAL DENTRO DE LA COMUNIDAD

Pueden ser acosados o acosadas, recibir tocamientos indebidamente o ser forzados o forzadas a tener relaciones sexuales con alguien, muchas veces por dinero. La mayor parte de la violencia sexual es cometida por alguien en quien el niño, niña o adolescente confía, como entrenadores o entrenadoras de deportes, líderes religiosos, policías, profesores y profesoras, maestros, maestras y empleadores o empleadoras, pero a veces puede ser una persona extraña.

## EXPLOTACIÓN DE LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EN EL SECTOR TURISMO

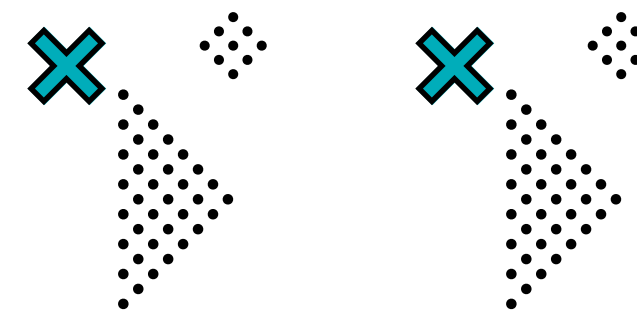
Algunos niños, niñas y adolescentes trabajan en lugares a los que acuden los turistas para tener relaciones sexuales con ellos o ellas.

## TRATA Y SECUESTRO

Los niños, niñas y adolescentes son alejados de sus familias y explotados o explotadas en trabajos muy mal remunerados, en la prostitución, o son forzados o forzadas a casarse contra su voluntad. La violencia física, emocional y sexual es utilizada para asegurarse que hagan lo que se les ordena.

Violencia en los medios de comunicación y en la Internet: Los niños, niñas y adolescentes ven todo tipo de violencia en la televisión, en películas, juegos de vídeo y en la Internet. A menudo, la violencia se presenta como normal y divertida. Además, los niños, niñas y adolescentes

pueden ser utilizados por delincuentes para la pornografía, o engañados en los chats por gente que dice ser su amiga, para que abandonen su casa. Los mismos niños, niñas y adolescentes pueden utilizar teléfonos celulares o correos electrónicos para amenazar, humillar o intimidar a otros niños y niñas.



## MITOS DE LA VIOLENCIA CONTRA NIÑAS Y NIÑOS

LAS Y LOS ADULTOS LES PEGAN A NIÑOS Y NIÑAS PORQUE LES QUIEREN	El cariño nunca se demuestra a través de los golpes ni la humillación. Utilizar métodos violentos para educar o corregir a niños y niñas es hacer uso abusivo del poder que las personas adultas tienen sobre ellos. Lo único que les genera es miedo, daño y sufrimiento.
LA VIOLENCIA QUE OCURRE DENTRO DE LAS FAMILIAS ES UNA CUESTIÓN PRIVADA, NO DEBEMOS DECIR NADA	La violencia hacia la infancia es un tema que concierne a la sociedad en su conjunto. Todas y todos tenemos la responsabilidad de actuar si estamos en conocimiento de una situación de violencia hacia un niño o niña, ya sea denunciando o relatando la situación a una institución cercana a la vida del niño o niña. Si la violencia es contra uno o una misma también tengo el derecho de acercarme con una persona adulta de confianza y contarlo.
SE APRENDE MEJOR A TRAVÉS DEL DOLOR “LA LETRA CON SANGRE ENTRA”	Las y los niños que se educan con métodos violentos, solo aprenden qué tienen que hacer y qué no tienen que hacer para evitar el enojo de la persona que agrede. Si a las y los niños les ponemos límites de forma no violenta, les ayudamos a fortalecer el control de sus impulsos, a actuar de acuerdo con su voluntad y pensamiento, y no por imposición o miedo.
LOS GRITOS E INSULTOS NO DEJAN SEQUELAS EN LAS Y LOS NIÑOS	Las agresiones verbales dejan consecuencias en la autoestima de niñas y niños. Las palabras que las personas adultas utilizan para referirse a la infancia se convierten en verdades absolutas.
UNA PALMADA A TIEMPO ES MÁS EFECTIVA PARA PONER LÍMITES QUE HABLAR O INTENTAR CONVENCER.	La única aparente “ventaja” de utilizar el castigo físico para que la o el niño haga caso es que se consigue obediencia rápida, pero de corto efecto. La violencia física no enseña a portarse bien, sino a evitar el castigo.
LAS Y LOS NIÑOS DE HOY NO SON COMO LOS DE ANTES. NO RESPETAN LA AUTORIDAD DE LAS PERSONAS ADULTAS.	Las y los adultos de hoy tampoco son como los de antes. Las relaciones familiares se han democratizado y nos desafían a tener presente la tolerancia y la comprensión, así como a ser menos autoritarios o autoritarias. Son las personas adultas quienes deben encontrar alternativas a la puesta de límites a las formas de violencia.
LAS Y LOS ADULTOS PEGAN A NIÑOS Y NIÑAS POR SU PROPIO BIEN.	Así sea con el fin de educar o hacer “mejores personas”, la violencia física como forma de disciplina afecta negativamente y compromete el desarrollo físico, social y emocional de niños y niñas.
NO PASA NADA, A MUCHAS PERSONAS ADULTAS LES PEGARON Y CUANDO CRECEN ESTÁN BIEN.	Las y los niños que crecen con personas adultas que emplean métodos de disciplina violentos tienden a mostrar una menor autoestima y peores resultados académicos, son más hostiles y agresivos o agresivas, menos independientes y más proclives a al abuso de sustancias peligrosas durante la adolescencia.

## RESOLUCIÓN PACÍFICA DE CONFLICTOS

En ocasiones, las personas pueden enfrentarse a conflictos, todas las personas en algún momento de la vida se pueden enfrentar a una situación complicada. No obstante, un conflicto no debe ser asociado a una situación negativa, puede ser una oportunidad para transformar las causas que están ocasionando el conflicto.

El conflicto es un proceso natural que pasa en una sociedad y sus consecuencias dependen de cómo se maneje. Por ello, es de gran importancia aprender estrategias para poder solucionar de la mejor forma los desacuerdos a los que se puedan enfrentar las personas, en este caso, niñas y niños. Una cuestión clave es reconocer el origen de los conflictos y solucionar esa parte, un castigo no soluciona las causas de un conflicto, incluso puede agravarlo.

Las formas de solucionar sin violencia los conflictos [...] pueden variar, dependiendo de factores como la edad... también influyen circunstancias generales que favorecen o impiden una apertura del diálogo, o bien, la voluntad de cambiar estilos de interacción que generan violencia (Leñero, 2009).

Un primer paso para que las y los niños desarrollen sus habilidades para la resolución pacífica de conflictos es el manejo adecuado y el reconocimiento de sus emociones:

## RECONOCIENDO Y EXPRESANDO MIS EMOCIONES

Los sentimientos son:

“Estados afectivos relativamente permanentes, que se instalan en nosotros y tiñen con su afecto una situación o relación. Los sentimientos más básicos son: la tristeza, la alegría, el temor, el descontento, y cuando algunos de ellos se presentan, afectan la forma en cómo vemos las cosas”. La diferencia con las emociones radica principalmente en

que éstas aparecen de un momento a otro y de manera más intensa (rabia, miedo, euforia, entre otras), y de corta duración. Por su carácter más fuerte, las emociones afectan mucho más las percepciones que los sentimientos que son menos intensos, pero más estables en el tiempo” (UNICEF, 2003).

Cuando las personas están en la etapa de la infancia es cuando aprenden cómo expresar emociones y sentimientos. Uno de los primeros aprendizajes que hay es en cuanto a qué emociones expresar y cuáles no. Esto también cambia en función de si se trata de niños o de niñas. Por ejemplo, a los varones se les limita la expresión de la tristeza a través del llanto, por otro lado, a las niñas se les puede reprender si expresan enojo, no así el llanto.

No existe una sola forma correcta de expresión, ya que hay variadas y diferentes maneras para manifestarlas, según el estilo de cada uno. Lo importante es que en el proceso de aprender a expresar lo que sentimos, especialmente emociones como la rabia, lo hagamos de manera de no dañar a los demás [...] (UNICEF, 2003).

Expresar los sentimientos no siempre es sencillo. A veces puede surgir temor de reconocer estas emociones frente a otras personas, podemos preguntarnos cómo van a reaccionar las y los demás. A veces, incluso, hay miedo en cómo vamos a expresar lo que sentimos, y sentimos que puede ser que no logremos controlar lo que estamos sintiendo, y lo expresemos de manera no adecuada.

Es cierto que no se puede controlar del todo lo que las y los niños sienten ante una situación porque no es una reacción que se piense de manera racional. Sin embargo, una forma para mejorar el manejo de los sentimientos es “tener mayor conciencia de lo que sentimos, darnos cuenta en qué momentos surgen esos sentimientos, y aceptar que podemos ser cambiantes en nuestros estados afectivos. Porque así como llueve torrencialmente, o llega la primavera tranquila, los sentimientos aparecen con naturalidad, recordándonos que estamos vivos” (UNICEF, 2003).

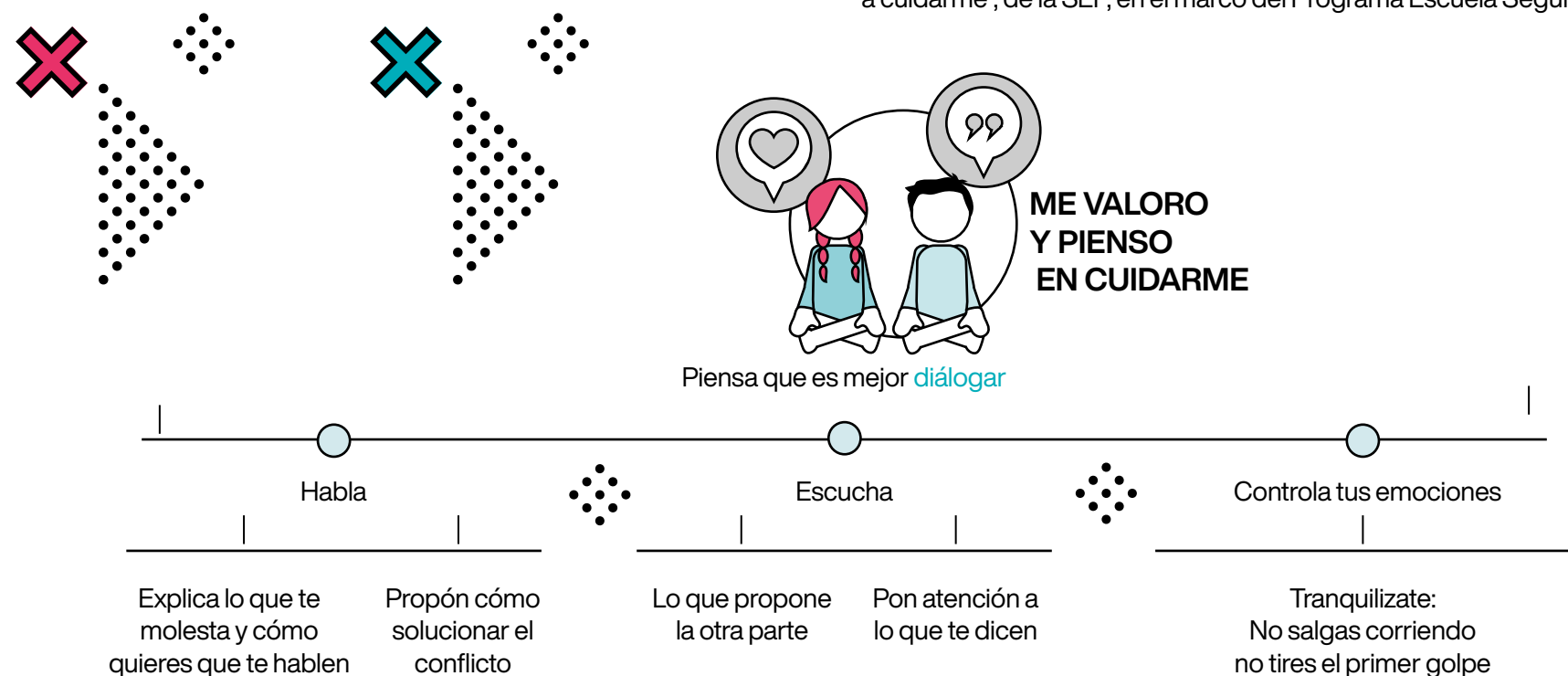
Se nos enseña que estar alegre es correcto, mientras que la tristeza es signo de flaqueza. Se nos enseña que sentir puede ser algo peligroso, tal vez porque cada sentimiento es una aventura hacia lo desconocido. (UNICEF, 2003).

Es importante identificar cuáles son las emociones que se incentivan y cuáles, las que se limitan. Sin embargo, como ya se señalaba previamente, éstas no son una cuestión racional, por tanto, la parte que podemos mejorar es en cómo expresar estas emociones.

## SOLUCIONES SIN VIOLENCIA

Para evitar la violencia, además del reconocimiento de las emociones, debe aprenderse a resolver los conflictos con el diálogo. A veces la violencia surge por malentendidos, por diferentes opiniones y porque se permite que los pequeños conflictos se conviertan en grandes diferencias (Conde, 2012).

Es importante que ante un conflicto se consideren alternativas más allá de la violencia. A veces, el impulso ante un problema es la confrontación directa con violencia. Sin embargo, es importante considerar las alternativas para resolver conflictos. Al respecto, se puede considerar el siguiente esquema elaborado por Silvia Conde en el manual "Me valoro y aprendo a cuidarme", de la SEP, en el marco del Programa Escuela Segura:



Una estrategia más puede ser la mediación, la cual tiene el objetivo de solucionar los problemas de manera asertiva. Algunos principios que deben guiar la mediación son los siguientes:

- **El principio de la neutralidad e imparcialidad de la persona mediadora:** El mediador o mediadora no puede colocarse del lado de ninguna de las partes del conflicto y deberá comprender las necesidades, los sentimientos y las posiciones de ambas personas.
- **La confidencialidad:** La persona mediadora no podrá declarar a nadie lo que en la sesión se registre, excepto bajo el consentimiento de los afectados.

- **Respeto mutuo:** Ni las partes ni el mediador o mediadora pueden utilizar términos que resulten agresivos u ofensivos.
- **Escucha:** La base de la mediación es la escucha del otro. Muchas veces los conflictos se dan por falta de comunicación.
- **Buena voluntad:** Para iniciar una buena mediación debe existir una buena voluntad de las partes para resolver el conflicto, para llegar a acuerdos. De nada sirve negociar con alguien que no quiere hacerlo; por esto en la gran mayoría de los programas, la mediación es voluntaria (UNICEF, 2017).

Es importante que para este proceso se pida el apoyo de una persona adulta que guíe el proceso. Algunos pasos por seguir para este medio de resolución de conflictos son:

Premediación	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Debemos realizar una reunión por separado con cada persona involucrada en el conflicto, en busca de una descarga emocional previa a la mediación conjunta. Se trata de la primera toma de contacto y conocimiento del mediador o mediadora con cada una de las partes. Debemos explicar el mecanismo de la mediación y hacer un relato del conflicto y sus consecuencias.</li> </ul>
Presentación	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Al iniciar el proceso de mediación las personas involucradas deben presentarse y se les debe explicar las normas y condiciones para que se pueda realizar la mediación.</li> </ul>
Exposición	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ En este paso ofrecemos a cada una de las partes en conflicto un espacio para relatar lo que ha sucedido.</li> </ul>
Identificación del conflicto	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se realiza un análisis del conflicto a fin de identificar cuáles son las causas y los motivos del mismo. Es importante que resaltemos los aspectos en común que han expuesto las partes; se les puede pedir aclaraciones.</li> </ul>
Buscar soluciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Intentemos establecer un nuevo enfoque para avanzar hacia la solución. Se pide a las personas en conflicto, por parte de la persona mediadora, que realicen una "lluvia de ideas" sobre posibles soluciones al conflicto.</li> </ul>
Idear acuerdos	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Se elige una solución, se analiza, y se redacta un acuerdo.</li> </ul>

Fuente: UNICEF, 2017.

# CAPÍTULO DOS

## DERECHOS HUMANOS Y MARCO LEGAL

## DERECHOS HUMANOS Y MARCO LEGAL

### DERECHOS HUMANOS

Corresponden a garantías jurídicas universales que buscan proteger a los individuos y a los grupos contra omisiones y acciones que interfieren con las libertades y derechos fundamentales, en definitiva, con la dignidad humana.

Son reconocidos a nivel internacional por primera vez a través de la Declaración Universal de los Derechos Humanos emitida por la Organización de las Naciones Unidas en 1948<sup>10</sup>. Se rigen por cuatro principios:

#### UNIVERSALIDAD

Se refiere a que todas las personas son titulares de derechos humanos. Esto es un fundamento para hablar de la no discriminación y de la igualdad de las personas. Con el objetivo de alcanzar la igualdad ha sido necesario puntualizar las necesidades particulares de algunos grupos poblacionales que han enfrentado desigualdades históricas y que colocan a las personas en situaciones de vulnerabilidad.

#### INTERDEPENDENCIA

Consiste en que cada uno de los derechos humanos se encuentran ligados unos a otros, de tal manera que el reconocimiento de uno de ellos, así como su ejercicio, implica necesariamente que se respeten y protejan los múltiples derechos que se encuentran vinculados (CNDH, s.f.).

#### INDIVISIBILIDAD

Los derechos humanos no pueden ser fragmentados, pues en conjunto conforman un todo. Por lo tanto, es necesario que sean respetados y

ejercidos de manera plena todos y cada uno de ellos. Es necesario que sean protegidos y respetados en su totalidad.

#### PROGRESIVIDAD

Constituye una obligación del Estado asegurar el progreso en el desarrollo constructivo de los derechos humanos, al mismo tiempo, implica una prohibición para el Estado cualquier retroceso en los derechos. El Estado debe proveer las condiciones óptimas de disfrute de los derechos y no disminuir ese nivel logrado (CNDH, s.f.).

#### DERECHOS DE LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS<sup>11</sup>

Como se mencionó anteriormente, los derechos humanos deben ser para todas las personas sin importar su sexo, su nacionalidad o su edad. Por lo tanto, para que todos y todas identifiquen sus necesidades y vivencias en los derechos humanos hacen falta precisiones al respecto. En este sentido, debe conocerse el concepto de adultocentrismo, pues es por ello que las necesidades particulares de las personas que no son adultas son ignoradas.

Es necesario saber que existen los derechos de las niñas y los niños para que las necesidades específicas de estas poblaciones sean visibilizadas, tomadas en cuenta y, sin importar la edad, puedan ejercer sus derechos humanos.


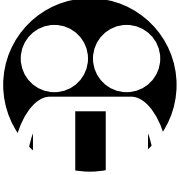
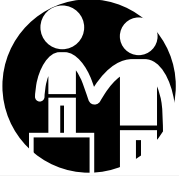




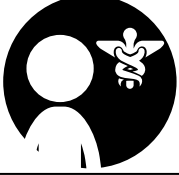
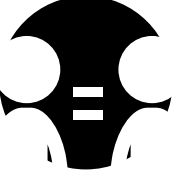

Los derechos humanos de niñas, niños y adolescentes están previstos en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, en los tratados internacionales y en las demás leyes aplicables, esencialmente en la Convención sobre los Derechos del Niño y en la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes (publicada el 4 de diciembre de 2014), la cual reconoce a niñas, niños y adolescentes como titulares de derechos y, en su artículo 13, señala como ejemplo:

<sup>10</sup> Puede consultarse en: Naciones Unidas, s.f. La Declaración Universal de Derechos Humanos en: <https://www.un.org/es/universal-declaration-human-rights/>











<sup>11</sup> CNDH (s.f.). Los derechos de los niños y las niñas. México. En: <https://www.cndh.org.mx/ni%C3%B1as-ni%C3%B1os/derechos-humanos-de-ninas-y-ninos>



## LOS DERECHOS HUMANOS DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

Derecho a la vida, a la supervivencia y al desarrollo			Derecho a no ser discriminado
Derecho de prioridad			Derecho a vivir en condiciones de bienestar y a un sano desarrollo integral
Derecho a la identidad			Derecho a una vida libre de violencia y a la integridad personal
Derecho a vivir en familia			Derecho a la protección de la salud y a la seguridad social
Derecho a la igualdad sustantiva			Derecho a la inclusión de niñas, niños y adolescentes con discapacidad

## LOS DERECHOS HUMANOS DE NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

Derecho a la educación			Derecho de asociación y reunión
Derecho al descanso y al esparcimiento			Derecho a la intimidad
Derecho a la libertad de convicciones éticas, pensamiento, conciencia, religión y cultura			Derecho a la seguridad jurídica y al debido proceso
Derecho a la libertad de expresión y de acceso a la información			Derechos de niñas, niños y adolescentes migrantes
Derecho de participación			Derecho de acceso a las tecnologías de la información y comunicación, así como a los servicios de radiodifusión y telecomunicaciones, incluido el de banda ancha e Internet

## SEXUALIDAD

La educación en sexualidad se enfrenta a múltiples prejuicios en prácticamente todas las culturas. Se subestima la importancia que tiene el hablar de sexualidad desde la infancia para la prevención de violencia y para el desarrollo adecuado de hombres y mujeres. En particular, es importante abordar estos temas en la infancia, debido a que en esa etapa aún no se construye una barrera que impida que estos temas sean tratados con naturalidad y sin prejuicios.

La sexualidad infantil tiene algunas características específicas:

- La sexualidad en las etapas posteriores va a tener su base en la sexualidad infantil.
- Los aspectos sociales y afectivos asociados a lo sexual tienen una gran relevancia.
- Los juegos sexuales de este periodo se basan en la enorme curiosidad y en la tendencia a imitar.
- Las expresiones de la sexualidad en esta etapa reflejan las necesidades del propio desarrollo.
- El hecho de que se puedan establecer vínculos afectivos satisfactorios durante este periodo va a facilitar una referencia para el desarrollo armónico de la sexualidad en la edad adulta.
- Por lo general, la orientación sexual aún no está definida.
- Desde que nacemos tenemos sensaciones, emociones y sentimientos vinculados a nuestro sexo biológico; es decir, tenemos sexualidad (UNFPA, 2017).

En el caso de la afectividad, es importante que las y los niños reconozcan que la expresión de afectos tiene diversas formas y que es fundamental reconocer el consentimiento de la parte que recibe lo que se busca expresar. Un primer paso antes de dar muestras de afecto es tener en cuenta lo que las y los demás sienten, el no hacerlo puede hacer sentir a las demás personas incómodas, lo cual puede generar rechazo.

## AUTOESTIMA Y PROTECCIÓN

Hablar de autoestima es abordar el tema de aceptación y aprecio hacia uno mismo o una misma. Se refiere al sentimiento de valía personal.

Algunas personas pueden sentir que no valen lo mismo que las demás, que merecen tratos distintos, que les pueden negar cariño o protección. Sin embargo, es muy importante saber que todas y todos los niños merecen que sus derechos humanos sean respetados y protegidos. Esto no solo inicia con el cuidado y la aceptación que se recibe de parte de otras personas, inicia con la aceptación que cada niño y niña tiene de sí mismo o misma.

## AUTOCONOCIMIENTO Y AUTO ACEPTACIÓN

Para que las personas puedan aceptarse, es necesario que primero se conozcan. El conocimiento individual, es decir, el autoconocimiento:

“[...] permite comprendernos, nos ayuda a vislumbrar por qué actuamos de una forma determinada, por qué sentimos una emoción e incluso, nos permite entender cómo funciona nuestro mecanismo de toma de decisiones y nuestra relación con los demás. Nos permite conocer nuestras fortalezas, aquello que se nos da bien, así como nuestras debilidades y talentos. Lo más interesante es que cuando aprendamos a conocernos y aceptarnos, también desarrollaremos nuestra confianza y seremos capaces de crecer como personas, analizando los errores y puntos débiles” (UNESCO, 2017).

Esto implica que si se reconocen los puntos débiles se puede trabajar en cómo solucionarlos. No en tratarse mal a sí mismo o misma.

Algunas ideas para que las y los niños puedan reconocer su valor y su derecho a merecer respeto pueden ser las siguientes <sup>12</sup>:

Conócete	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Observa cómo eres y reaccionas. ¿Cuáles son tus valores?; ¿con quiénes te gusta estar?; ¿qué te divierte?; ¿qué sabes hacer?; ¿qué piensas y qué sientes ante ciertas situaciones?</li> <li>• Observa tu cuerpo y cara; todas tus características físicas. ¿Cómo has crecido?; ¿qué nuevas habilidades tienes?</li> </ul>
Acepta cómo eres	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifica tus características positivas, lo que te gusta de ti.</li> <li>• Reconoce en qué puedes mejorar y cómo puedes hacerlo.</li> <li>• Reconoce lo que no puedes cambiar de tu persona y acéptalo.</li> <li>• Comprende que todos y todas tenemos diferentes capacidades. Algunos niños o niñas pueden correr rápido, o dibujan muy bien, saben cantar. No te compares, acepta cómo eres y trabaja para ser mejor cada día.</li> </ul>
Quiérete y valórate	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La opinión más importante es la que tú tienes de ti mismo o misma.</li> <li>• Para fortalecer tu autoestima (el sentimiento de aprecio y valoración hacia ti) aprende a quererte, trata de lograr lo que te propones, enfrenta los problemas de manera positiva, respeta a los demás, no tengas miedo ante nuevas situaciones y cumple tus responsabilidades.</li> </ul>
Exige respeto	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Establece límites: Nadie se debe burlar de ti, maltratarte, ofenderte, tocarte de manera indebida, darte un trato inferior, ni obligarte a hacer algo indigno o peligroso.</li> <li>• Platica con tus familiares y maestros. La comunicación es muy importante para lograr respeto.</li> <li>• Pide que respeten tus derechos, te protejan y brinden amor.</li> <li>• Denuncia cualquier forma de maltrato y abuso.</li> </ul>

## AUTOCUIDADO Y BIENESTAR

Un derecho fundamental de niñas y niños es el derecho a que las personas adultas les procuren cuidados. Sin embargo, es importante recalcar que las y los niños también pueden cuidar de sí mismos al conocer sus derechos, al aprender a reconocer situaciones de peligro y buscar ayuda.

Por ejemplo, las y los niños tienen derecho a una vida saludable, por ello deben cuidar asearse diariamente, comer sanamente, dormir temprano,

protegerse del frío y del calor. Si bien las personas adultas colaboran en estas actividades, es corresponsabilidad de las y los menores participar en el cumplimiento de estos cuidados en la medida de sus posibilidades. A esto se refiere el autocuidado.

Algunos niños y algunas niñas tienen hábitos que afectan su salud y bienestar, por ejemplo:

<sup>12</sup> Adaptado de Conde (2012).

- Se quedan despiertos hasta altas horas de la noche viendo televisión, por lo que al día siguiente están cansados.
- Comen muchos dulces y no se lavan los dientes. Por lo que pronto tendrán caries.
- No les gusta usar ropa abrigadora cuando hace frío, por lo que se pueden enfermar (Conde, 2012).

Otra forma en que niños y niñas pueden ser corresponsables de su bienestar y cuidados es que conozcan las situaciones que pueden representar un riesgo. Es muy importante que las y los niños tengan en cuenta lo siguiente:

- » Si alguien te lleva a un lugar solitario para quitarte la ropa.
- » Cuando alguien te observa mientras te bañas, vistes, cambias de ropa o vas al baño.
- » Si te toman fotografías sin ropa, o te muestran fotos y videos de personas desnudas, sin que nadie se dé cuenta.
- » Cuando te hacen caricias en el cuerpo o te dan besos que te hagan sentir incómodo(a).
- » Pedirte u obligarte a tocar, acariciar o besar el cuerpo de una persona por encima o bajo su ropa interior, o a que la veas tocarse a sí misma (CNDH, 2018).

Si alguna de estas situaciones ocurre, es de gran importancia identificar a las personas en quienes las y los niños confían e incentivarlos a acudir a ellas inmediatamente. Las y los niños deben recordar que es su derecho que otras personas las cuiden y protejan.

### ASERTIVIDAD

Es la habilidad para hacer valer los derechos propios expresando lo que pensamos, necesitamos y sentimos de manera clara, directa y firme; sin agresiones, y respetando los derechos de las demás personas. La asertividad implica aprender a enviar mensajes congruentes, que expresen exactamente lo que se está sintiendo, pensando o deseando de manera firme y sin agredir a las demás personas.

### COMUNICACIÓN ASERTIVA

Es una forma de comunicación que busca expresar lo que se piensa, se siente, se desea o se necesita de una manera clara y oportuna; ser capaces de decir sí o no con firmeza, así como de manifestar lo que deseamos decir, y no lo que deberíamos.

- » Cuando alguien trata de tocarte, o te toca, por encima o debajo de tu ropa interior.

**Ninguna persona, aunque sea de la familia, escuela, o algún amigo o amiga, puede lastimar tu cuerpo de ninguna forma, ni hacerte sentir mal.**

Algunas reglas que pueden transmitirse son:

- Nadie puede acercarse a ti, ver tu cuerpo, tomarte fotografías o tocarte. Puedes decidir quién quieres que te abrace, te bese, y quién no. Nadie puede obligarte a hacerlo.
- Es agradable cuando mamás y papás, las y los abuelos, tías, tíos, primas, primos, profesoras, profesores, amigas, amigos u otras personas te demuestran su cariño y amor con abrazos o besos. Sin embargo, algunas personas pueden intentar tocarte con otra intención que no sea una muestra de cariño, por ejemplo:

### ASERTIVIDAD

**Es un balance entre dos actitudes:**  
*La pasividad y la agresividad.*

Implica aprender a *usar la fuerza que hay detrás de un impulso agresivo para expresar mi sentir o pensamientos con suficiente firmeza pero sin agredir*; lo cual implica aprender a hacer uso de ese impulso y la fuerza que conlleva en mi beneficio y sin lastimar a otro/as.

### PASIVIDAD

- Cedo mis derechos a los demás; lo más importante es lo que las otras personas quieren o necesitan.

### ASERTIVIDAD

- Mis derechos son tan importantes como los de las otras personas.

### AGRESIVIDAD

- No me importan los derechos de las demás personas, lo más importante es lo que yo quiero y necesito.

Estilos de comunicación no asertivos:

» **Estilo inhibido o pasivo de comunicación:** La persona suele hablar con dudas e inseguridad, con un volumen bajo de voz, postura corporal retraída, tensa, con los hombros hacia delante, cabeza hacia abajo, no contacta visualmente, con movimientos forzados, rígidos e inquietos.

» **Estilo agresivo:** suele utilizar órdenes en el habla, así como imposiciones e interrupciones a las demás personas, puede manejar un volumen de voz elevado y una postura corporal erecta, con los hombros y la cabeza hacia atrás. Contacto visual fijo y penetrante; movimientos y gestos amenazantes que comunican una tendencia a invadir el espacio vital de la otra persona.

La persona que se comunica agresivamente no respeta los derechos de los/as demás y se entromete en las elecciones de lo/as otro/as, mientras que la persona inhibida/pasiva permite que no se le respete y que lo/as demás elijan por ella.

En general, las personas con estilo agresivo o inhibido suelen sentir poco control de la situación, se les dificulta lograr sus objetivos, pueden tener conflictos interpersonales y poseen una baja autoestima.

### ¿QUÉ ESTILO DE COMUNICACIÓN IDENTIFICAS MAYORMENTE EN MUJERES Y EN HOMBRES?

Desde una postura más estereotipada, el estilo inhibido/pasivo de comunicación pudiera asociarse más con la mujer, y el agresivo, con el hombre.

En la *comunicación asertiva* la persona muestra seguridad en su actuar, sabe que *“tiene derecho a ser una persona con ideas propias, sentimientos y una particular percepción del mundo, las cuales puede expresar con firmeza, respeto y sin dañar, mismas que merecen ser escuchadas y respetadas”*.

## DERECHOS ASERTIVOS

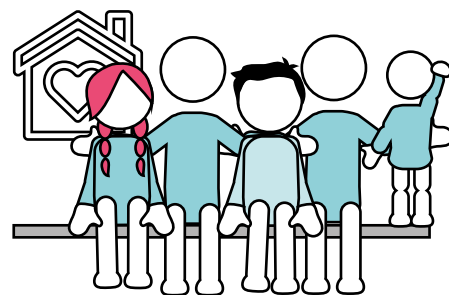
Tengo derecho a:

- » Decir “NO” sin sentirme culpable.
- » Ser tratado/a con tolerancia.
- » Ser respetado/a.
- » A decir lo que pienso.
- » A expresar lo que siento.
- » A pedir lo que necesito.
- » A cometer errores.
- » A tener mis propios gustos e intereses y realizar las actividades que me gusten.
- » A no ser juzgado/a por mis actos, siempre y cuando estos no lastimen a nadie.
- » A elegir a las personas con las que quiero relacionarme.

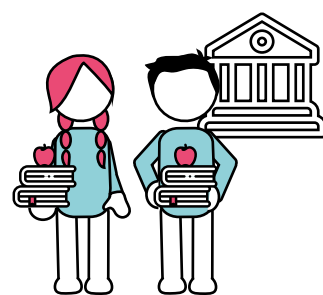
## DERECHO A LA PROTECCIÓN

“El derecho a la protección para niñas y niños significa que... La familia, la comunidad, [...] maestros y el gobierno deben buscar [el] bienestar y procurar que no lleguen a [las y los niños] las drogas, la violencia y la inseguridad. [Ellos deben] tener información para aprender a cuidar[se], a reconocer riesgos y evitarlos” (Conde, 2012).

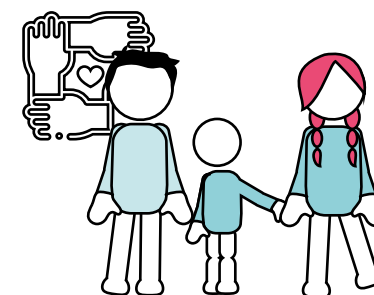
Algunas características para un entorno protector que pueden presentarse a las y los niños son (Conde, 2012):



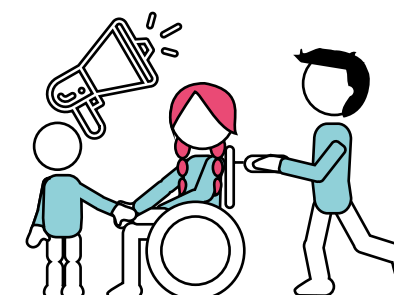
UNA FAMILIA QUE...



UN GOBIERNO QUE...



UNA COMUNIDAD QUE...



NOSOTROS...

- Nos quiera y nos respete.
- Nos enseñe a prevenir riesgos.
- Nos proteja de los peligros.
- Evite la violencia y denuncie cuando alguien abusa de nosotros.
- Cuide nuestra salud.
- Tenga normas y valores.
- Nos enseñe a ser responsables y a tomar decisiones.

- Se preocupe por nosotros.
- Nos brinde educación, servicios de salud y espacios para divertirnos.
- Nos proteja de riesgos.
- Castigue a quienes nos hacen daño.
- Haga leyes que eviten el maltrato y el abuso infantil.
- Cree instituciones que nos ayuden cuando nos maltratan o abandonan.

- Prevenga riesgos.
- Apoye a nuestra familia para que nos proteja.
- Luche contra la violencia.
- Solucione los problemas mediante el diálogo.
- Se preocupe por nosotros y nos tome en cuenta.
- Evite costumbres y tradiciones que nos lastiman y nos ofenden.
- Prohíba el maltrato hacia las niñas y los niños.
- Respete los Derechos Humanos.

- Nos cuidemos, podamos reconocer riesgos y los evitemos.
- Denunciemos cuando alguien nos maltrata, abusa de nosotros o nos pone en riesgo.
- Tomemos decisiones libres y responsables.
- Seamos responsables de las consecuencias de nuestros actos y decisiones.
- Tengamos límites claros.
- Aprendamos a decir NO cuando algo nos puede hacer daño.

## ¿CÓMO ME PROTEGEN OTRAS PERSONAS?

Como ya se ha señalado, las y los niños tienen derecho a ser protegidos y cuidados. Esto es necesario para que puedan ejercer de manera plena sus derechos humanos, como se menciona en el primer apartado dedicado a los Derechos de las Niñas y los Niños. Asimismo, es importante contar con un entorno protector no sólo al interior de las familias sino también por parte de la comunidad, en la escuela, e incluso cada niño o niña tiene la responsabilidad de aportar su visión para sus propios cuidados.

Sin embargo, es posible que haya situaciones de maltrato, de conflictos, que buscan ser resueltos con violencia o de abusos por parte de otras personas. Es importante saber qué hacer en estas situaciones:

Denunciar significa avisar a una autoridad que se comete un delito o se afectan los derechos de alguna persona. Al denunciar el abuso y el maltrato se contribuye a que termine la violencia en las escuelas. Es muy importante aprender a denunciar. Muchas personas prefieren quedarse calladas cuando ven una injusticia o se dan cuenta que alguien está siendo golpeado o maltratado. Otras hasta se ríen cuando están lastimando a alguien o cuando ponen en ridículo a un compañero o compañera. Si nadie dice nada o si te divierte que maltraten a otros niños o niñas es como si tú también estuvieras participando (Conde, 2012).

También es importante que, si de manera individual se sufre acoso y violencia, esto sea comunicado a una persona adulta de confianza. Siempre habrá personas que quieran ayudar.

## ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA EL APARTADO **ROMPEHIELOS**

### ACTIVIDADES SUGERIDAS:

#### ANTES DE COMENZAR... CONSIDERACIONES IMPORTANTES

A diferencia de las actividades dirigidas a jóvenes y/o adultos, en donde los temas abordados pueden propiciar discrepancias y diferencias de opinión, el trabajo con la niñez puede estar exento de estas situaciones; sin embargo, el reto en este documento es lograr traducir los contenidos a un lenguaje apropiado y que sea transmitido adecuadamente para garantizar su fácil comprensión, para ello es fundamental considerar lo siguiente:<sup>13</sup>

#### RECOMENDACIONES PREVIAS A LA SESIÓN:<sup>14</sup>

- Revisa los contenidos varias veces antes de cada sesión para que te familiarices con ellos y sientas seguridad al facilitarlos.
- Es importante que conozcas los contenidos teóricos, no obstante, te sugerimos que te apoyes en las actividades presentadas en este documento, ya que podrás transmitir estos conocimientos de manera más efectiva mediante estos ejercicios.
- Revisa un día antes y previo a la sesión, que cuentas con los materiales que necesitas.
- Utiliza, de ser posible, material audiovisual que te sirva de apoyo. Asegúrate de que el espacio en el que se llevará a cabo la sesión esté disponible y en condiciones óptimas.
- Durante las sesiones toma notas de las dudas o confusiones que surjan en el grupo para que puedas aclararlas.
- Lleva un control de las asistencias y no olvides registrar la participación de niñas y niños.
- Ser respetuosa/o y ofrecer un trato cálido a todas las niñas y niños participantes.

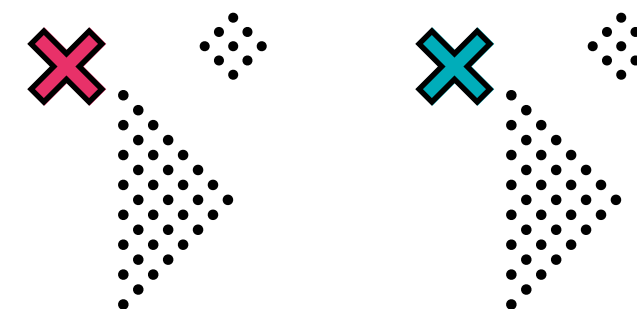
<sup>13</sup> Guía para replicadoras/es de las activaciones de salud joven (UNFPA 2017: 15).

<sup>14</sup> Guía para replicadoras/es de las activaciones de salud joven (UNFPA 2017: 16).

- Mantener una escucha-activa, es decir, prestar atención a lo que las niñas y niños comparten, así como tratar de vincularlo con los temas que se están abordando.
- Establecer acuerdos de convivencia para las sesiones.
- Mostrar interés en lo que se comparte en el grupo.
- Promover la participación igualitaria de las niñas y niños.
- Propiciar el trato respetuoso entre las niñas y los niños.
- Utilizar ejemplos de la vida cotidiana para aterrizar los conceptos o categorías abstractas revisadas.
- Tener una actitud positiva.
- Divertirte.

### ACTIVIDADES ROMPEHIELOS

Al iniciar cada una de las sesiones se sugiere llevar a cabo una actividad que permita a las y los participantes entrar en confianza y relajarse, que sean breves, no mayor a 20 minutos. A continuación, se plantean algunos ejemplos que pueden utilizarse:



## MI NOMBRE ES... Y SOY...



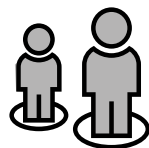
10 MIN

Cada niña o niño deberá mencionar su nombre y una cualidad que consideran que tienen y que empiece con la letra inicial de su nombre. Comenzará la persona facilitadora. Por ejemplo:

### MI NOMBRE ES VALERIA Y SOY VALIENTE...

Se puede variar la actividad y pedir que digan un pasatiempo, un color que les guste, una comida, etcétera.

## MARI MARIPOSA



15 A 20 PERSONAS



15 MIN

El o la facilitadora dirá su nombre y el nombre de algún animal que comience con la misma letra inicial de su nombre, luego la persona de la derecha deberá decir el nombre y animal de quien lo precede más su propio nombre y el nombre del animal que comience con la letra de su nombre, y así se irá avanzando hasta que la última persona del grupo diga el nombre de todos las y los integrantes y el animal que le corresponde, más lo propio.

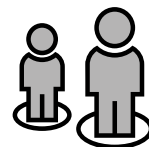
## MI ANIMAL FAVORITO



10 MIN

Con las sillas en círculo se pedirá a cada integrante que piense en el animal que pudiera representarlo/a, con quien se identifique. Cada uno/a de manera voluntaria comentará su nombre, el animal con quien se identificó y porqué de su selección.

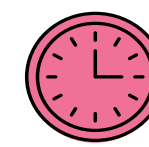
## LA TELARAÑA



15 A 20 PERSONAS



MADEJA DE ESTAMBRE

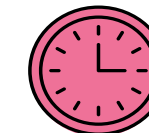


20 MIN

Las y los integrantes se colocan parados en círculo, cada uno/a al aventarles la bola de estambre sostendrá la hebra y deberá decir su nombre, qué es lo que más le gusta jugar, cuál es la comida que más le gusta y qué quiere que pase en el taller, para luego aventar la bola de estambre hacia otra/o integrante, sosteniendo una parte del hilo y así, hasta terminar.

Para desenredar la telaraña se seguirá el sentido inverso, y cada quien deberá repetir la información que proporcionó el/la compañero/a anterior, a quien le aventará la madeja, y así hasta terminar con la persona que inicio la actividad.

## VEO ALGO AZUL...

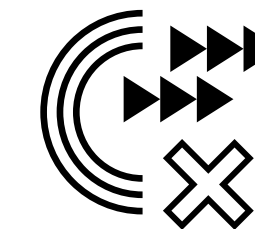


10 MIN

La persona facilitadora inicia con la actividad seleccionando al azar un color, por ejemplo, azul. Entonces buscará a su alrededor un objeto de ese color y lo mencionará. Por ejemplo...

### VEO ALGO AZUL Y ES... EL MARCO DE LA PUERTA (LO SEÑALA)

Después continúa la dinámica con todas las niñas y niños.



## ME GUSTA...



10 MIN

Las niñas y niños se colocarán en círculo, van mencionando una cosa que les guste de la persona a su derecha. Por ejemplo, inicia la persona facilitadora de la manera siguiente:

### ME GUSTAN SUS ARETES

Cada participante menciona una cosa de la compañera o compañero de al lado hasta que todas las niñas y niños hayan pasado.

## PRESENTANDO A MI COMPAÑERA O COMPAÑERO...



20 MIN

Se organiza a las niñas y niños en círculo y posteriormente en parejas con la persona a su lado. Cada uno o una deberá presentarse con ella por 3 minutos y compartirle su nombre y algo que les guste hacer.

Pasados los tres minutos cada participante presenta a la pareja con la que trabajó.

## ¡EN LÍNEA!



10 MIN

Se pedirá a niños y niñas que rápidamente se acomoden por estaturas en una línea, desde el niño o niña más bajito hasta quien sea más alto o alta. Esto permitirá a que interactúen entre ellos y ellas hasta lograr acomodarse siguiendo la indicación.

Si cumplen con la indicación final pronto, se puede seguir jugando, pidiendo que se acomoden de acuerdo con su nombre en orden alfabético o por edades.

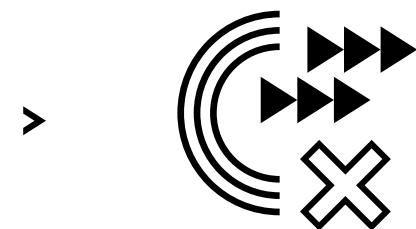
## CASA, HABITANTE, TERREMOTO



10 MIN

La persona facilitadora pedirá a niños y niñas que se acomoden en equipos de tres personas. Dos se toman de las manos y las levantan formando el techo de una casa. Uno de los niños o niñas quedará en medio cubierto por la casa. Cuando todas las personas estén acomodadas, la persona facilitadora puede dar alguna de las siguientes indicaciones:

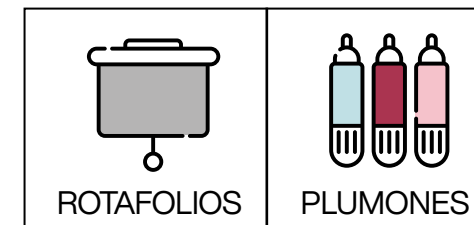
- **Casa:** Las dos personas que conforman la casa deberán buscar cambiar de habitante.
- **Habitante:** Las personas dentro de la casa deberán buscar una nueva casa.
- **Terremoto:** Todas las personas deberán conformar nuevas casas con habitantes.



## ACTIVIDADES SUGERIDAS PARA EL APARTADO

# GÉNERO

## LLEGARON EXTRATERRESTRES



Se divide al grupo en 3 o 4 equipos, dependiendo del número de personas.

La indicación es que acaban de llegar extraterrestres a nuestro planeta y no saben cuáles son las diferencias que existen entre un hombre y una mujer, las y los participantes tendrán que escribir en la hoja de rotafolio que se le proporcione a cada equipo las características más comunes y representativas de los hombres y de las mujeres intentando ser muy específico/as, describiendo los rasgos físicos, conductuales, emocionales y sociales que se asocian a cada uno. Se les da 10 minutos para la elaboración de sus rotafolios.

Cada equipo expondrá de manera ágil sus conclusiones registradas en la hoja de rotafolio al resto del grupo.

El/la facilitador/a enfatiza las características comunes puestas por los equipos. Se reflexiona sobre las características diferenciadas, en ocasiones estereotipadas (rígidas), que se establecen entre hombres y mujeres.

## JUAN Y ANA <sup>15</sup>



Se presenta a las y los asistentes la foto de una niña, se le asigna un nombre. Se pide a niños y niñas que observen la imagen y se van lanzando preguntas, se anotan los elementos principales para posteriormente tenerlos presentes.

- ¿Cómo se imaginan que es \_\_\_\_\_?
- ¿Cuál creen que será su color favorito?
- ¿A qué le gusta jugar?
- ¿Cuál es su ropa favorita?
- Cuando crezca ¿a qué se dedicará?
- ¿Cuáles serán sus pasatiempos?
- ¿Cómo será su vida familiar?

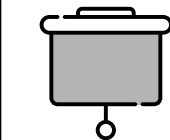
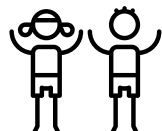
Al terminar con estas preguntas, se presenta la imagen de un niño, también se le asigna un nombre. Se repiten las mismas preguntas, pero esta vez imaginando la vida de un niño.

Cuando hayan terminado con la historia del niño, se comparan las vidas que se imaginaron a partir solo de una imagen y de la consideración de si eran niños o niñas. Se reflexiona en torno a:

<sup>15</sup> Actividad adaptada de Vía Verde para la Igualdad (2007).



Presentación con imagen o dibujo de un niño y una niña

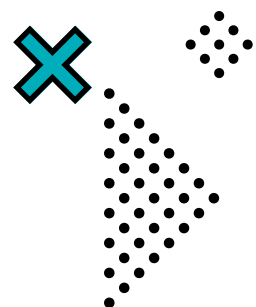


ROTA-FOLIOS

## LA HISTORIA DE RHINKA

- ¿Por qué asignamos comportamientos tan distintos a niños y niñas?
- ¿Por qué asignamos colores distintos a niños y niñas?
- ¿El futuro que imaginamos para el niño, también lo podría realizar la niña? ¿por qué? ¿Hay alguna condición que no sea social que lo impida?

Al final de la actividad, se invita a niñas y niños a que imaginen futuros distintos para niños y niñas y a que las posibilidades no deben estar limitadas por la condición de sexo, por ser únicamente costumbres que se han establecido.



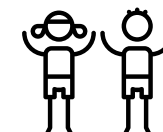
Se indica a las niñas y niños que se sienten formando un círculo y que cierran sus ojos para escuchar la siguiente historia:

### Rhinka

Ponte en el lugar de Rhinka, una niña que vive en Ghana (África). Asistes a clase en el colegio de tu aldea. A ti te gustaría seguir estudiando en el futuro, y de mayor ser maestra, pero te lo están poniendo difícil.

Para empezar, tienes que madrugar más que tus compañeros, porque tú y las otras niñas tienen que limpiar la clase y las letrinas antes de que empiece la jornada. En el recreo las chicas tienen que ir por agua a la fuente más próxima para abastecer la escuela y la casa del maestro. En esta tarea pierdes una hora y media, que los chicos dedican a jugar al fútbol o a descansar. Para colmo, el profesor no les dedica casi nada de tiempo porque piensa que no merece la pena esforzarse en las niñas, ya que, según él, su único futuro es casarse y tener hijos.

Presentación con imagen o dibujo de un niño y una niña

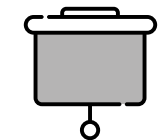


Después de las clases, tus compañeros se quedan jugando en la aldea, pero tú debes volver a casa para ayudar a las mujeres a preparar la comida, limpiar la casa, lavar la ropa y cuidar de tus hermanos y hermanas más pequeños. Cuando has acabado estas tareas, ya es de noche. No te ha dado tiempo a hacer tu tarea. Mañana el maestro seguramente te castigará por ello y dirá que por eso no dedica tiempo a que las niñas aprendan.

Al final de la historia se les pregunta a niñas y niños lo siguiente:

- ¿Cómo te sentirías al final del día?
- ¿Te parece que esta historia está muy alejada de lo que ocurre hoy en día con las mujeres y niñas?
- ¿Crees que es posible que Rhinka llegue a ser maestra?
- ¿Crees que las niñas y los niños tienen el mismo trato y oportunidades?
- ¿Es justo que el maestro castigue a Rhinka por no hacer la tarea?

## NIÑOS, NIÑAS Y QUEHACERES DEL HOGAR



ROTA-FOLIOS

A partir de la misma historia de Rhinka se colocará un papelógrafo como el siguiente:

Se pide a las niñas y niños que mencionen de acuerdo con la historia qué actividades realizan niños y niñas. Al tener el listado completo, se busca que identifiquen cómo se asignan las tareas de manera diferenciada a niños y niñas.

TAREAS QUE HACEN LOS NIÑOS	TAREAS QUE HACEN LAS NIÑAS

- ¿Es justo que las tareas se asignen así?
- ¿Quiénes tienen más tiempo de jugar?
- ¿Qué consecuencias tiene que se asignen de esta forma las labores?

Se pregunta a las y los niños si esta división se replica en las labores del hogar que realizan las mujeres y hombres de su familia.

Como niños y niñas ¿cómo se puede apoyar para que no sea desigual el tiempo de esparcimiento? Se hace un listado de las alternativas, se incentiva a niños y niñas a que colaboren en las labores del hogar en tareas que sean acordes a sus edades: tender su cama, doblar su ropa, ayudar con los trastes, entre otras.

## ¿TÍPICAMENTE NIÑA, TÍPICAMENTE NIÑO?



Se invita a las niñas y niños a colocarse en una fila horizontal frente al o la facilitadora, y se les pide que ante cada afirmación o pregunta hecha, si les sucede así, les gusta o están de acuerdo, darán un paso al frente. Se elige a una persona del grupo para que vaya registrando con cada afirmación cuántas niñas y cuántos niños dieron un paso al frente:

### Afirmaciones:

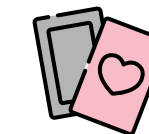
#### DEN UN PASO AL FRENTE A QUIENES

- |   |  |
|---|--|
| 1. Les gusta jugar con las muñecas              | 11. Les dan permiso de salir a la calle a jugar solas/os |
| 2. Tienden su cama                              | 12. Su papá/abuelo no les permiten llorar                |
| 3. Sus papás no les permiten demostrar su enojo | 13. Les gusta maquillarse                                |
| 4. Les gusta jugar a la comidita                | 14. Les gusta la cocina                                  |
| 5. Les gusta jugar con cochecitos               | 15. Les gusta dibujar                                    |
| 6. Les gusta bailar                             | 16. Les gusta jugar adentro de su casa                   |
| 7. Se han peleado a golpes                      | 17. Les gusta jugar en el parque                         |
| 8. Lavan su ropa                                | 18. No les permiten sentir miedo                         |
| 9. Les gusta jugar futbol                       | 19. Son bueno/as para el deporte                         |
| 10. Les gusta jugar a las luchitas              | 20. Son buenas/os para las matemáticas                   |

**Reflexión:** De acuerdo con las respuestas registradas, y a lo que observaron las niñas y niños participantes, comenten sobre lo que se le permite, promueve, restringe o prohíbe hacer o ser a los hombres y a las mujeres y ¿qué piensan y sienten en relación a eso?

## COMO NIÑA

Tarjetas con frases como:  
“Corres como niña”,  
“No seas nena”, “Vieja el último”,  
“Llorar no es de niños”.



TARJETAS

Se leen las frases sexistas presentadas a continuación y se solicita a las y los niños que mencionen si las han escuchado con anterioridad. Sobre cada frase se pregunta:

- ¿En qué momento la han escuchado?
- ¿Cuándo se dice?
- Si se las dicen a ustedes, ¿cómo se sienten?
- ¿Ustedes las han dicho?

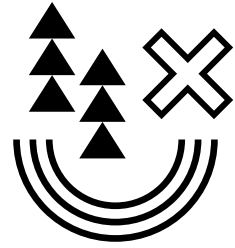
Después se ofrece la explicación del sentido de cada una de las frases y por qué es importante que no se utilicen jugando ni en ninguna otra circunstancia, pues replican la idea de inferioridad de las niñas y de las cualidades asignadas a ellas.

- “Corres como niña”. Esta frase se utiliza para ofender a alguien por su forma de correr, en general, de manera lenta; asociarlo a una niña resulta en desvalorizar la forma en que las niñas hacen las cosas.
- “Ese trabajo o juego es de hombres”. En esta expresión queda

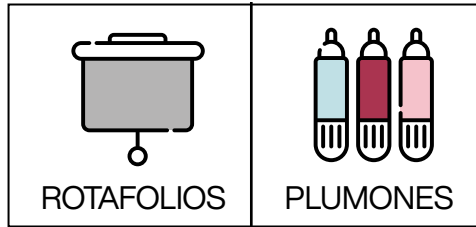
**implícito que hay trabajos y juegos adecuados para mujeres, y otros para hombres. Sin embargo, como ya se abordó previamente, la división de tareas a partir del sexo de las personas es una construcción social que no debería limitar los gustos y preferencias de las y los niños.**

- “No seas nena”. Hace saber que “ser nena” es equivalente a débil o cobarde. Las niñas y mujeres no son, por definición, de esa forma, por lo que no es correcto utilizar esta expresión. Niñas y mujeres pueden ser valientes y fuertes, pues se trata de una cuestión de construcción social.
- “Vieja el último”. Al igual que “correr como niña”, desprecia lo femenino, se utiliza como una ofensa. Es importante que estas expresiones no se normalicen. Las mujeres y niñas no deben estar relacionadas con inferioridad.
- “Llorar no es de niños”. Niños y niñas pueden llorar cuando sienten dolor, miedo o tristeza. Las personas no deben sentirse mal por tener sentimientos. No es algo negativo, y es igual de válido que lo sientan mujeres u hombres.

Se sugiere reforzar la actividad anterior con este video



## COMO NIÑA (LIKE A GIRL)



Se exhibe el video a los y las participantes y se invita a la reflexión sobre el mensaje que se muestra.

Algunas preguntas sugeridas:

- ¿Qué opinas de la actitud que tienen las mujeres jóvenes y el niño?
- ¿Qué opinas de la actitud de las niñas?
- ¿Consideras que “hacer algo como niña” es un insulto o es humillante? ¿por qué?
- ¿Consideras que esta creencia tan generalizada en nuestra cultura afecta a las niñas y a las mujeres?
- ¿Cómo podríamos cambiar esta creencia?

## ¿Y TÚ QUE HACES ?



La o el facilitador seleccionará diferentes tareas correspondientes a distintos empleos, incluyendo tareas relativas al trabajo de cuidados y a otros trabajos no remunerados (véanse ejemplos en las fichas para las niñas y los niños).

La cantidad de tareas necesarias serán tantas como la mitad de niños y niñas que conformen el grupo. Escribiremos el nombre de la tarea en dos tarjetas de papel y meteremos cada una de ellas en una bolsa (se pueden utilizar las fichas junto con otros ejemplos).

Dividiremos al grupo, a su vez, en dos grupos, procurando que tengan una presencia equilibrada por sexo. A cada grupo se le entregará una bolsa con las tarjetas de cartulina y se le pedirá que se coloque en fila, colocándose una persona enfrente de la otra.

Cada alumno y alumna deberá coger una tarjeta y representar con mímica la tarea que le haya tocado. Se trata de que sepan encontrar a quien, en el otro grupo, tiene la misma tarea.

Una vez formadas todas las parejas, se hará un pequeño debate en torno a las siguientes preguntas (en función del tiempo disponible, el



debate puede realizarse primero en parejas y después en su grupo, o directamente con todo el grupo):

- ¿Consideramos que todas las tareas son trabajos o no? ¿Por qué? ¿Todas ellas son remuneradas o no? ¿Por qué?
- ¿A alguna persona le costaba trabajo representar alguna ficha porque le daba vergüenza? ¿Por qué?
- ¿Todas las actividades son necesarias en la vida cotidiana?
- ¿Algunas son más necesarias que otras?
- ¿Las niñas y los niños, los hombres y las mujeres, pueden hacer todas las actividades propuestas? ¿Por qué?

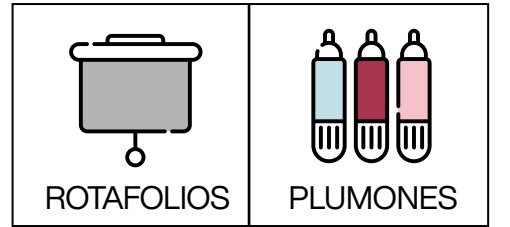
Para finalizar el debate, la o el facilitador realizará una breve reflexión sobre el reconocimiento social de todas las tareas y profesiones, la libertad de elegir aquellas que nos gusten, independientemente si somos hombres o mujeres y la importancia de implicarnos en las tareas de cuidados.

Varias de las tareas propuestas pueden ser remuneradas o no. Esto puede servir para explicar cómo debemos valorarlas en ambos casos, pues tanto unas como otras son necesarias para la vida cotidiana.

Elaboración de material:

Se sugiere elaborar tarjetas ilustradas con las siguientes frases:

- Trabajar una huerta.
- Cambiar los pañales a un/a bebé.
- Conducir un autobús.
- Barrer.
- Dar clases.
- Apagar un fuego.
- Curar a una persona enferma.
- Presentar noticias en televisión.
- Jugar al baloncesto.
- Cuidar a los animales.
- Tomar fotografías.
- Tocar el piano.
- Cocinar.
- Realizar labores de limpieza.



Como actividad inicial, la o el facilitador indicará a las niñas y niños que, sin poner su nombre, escriban en una hoja de papel su sexo, qué quiere ser de grande y por qué.

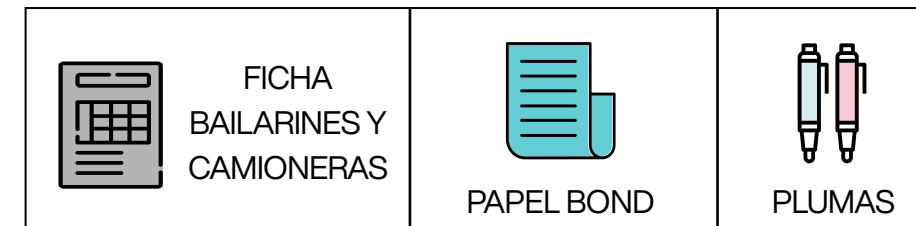
Una vez que hayan terminado, recogerá las hojas y les dará a niñas y niños la ficha con la tira cómica para que, individualmente, reflexionen sobre ella y contesten por escrito varias preguntas:

- ¿Qué es lo que les pasa a Pablo y a Lara?
- ¿Cómo crees que se sienten?
- ¿Crees que está bien que un niño no pueda ser bailarín?, ¿por qué?
- ¿Y que una niña no pueda ser camionera y/o jugar al fútbol?, ¿por qué?
- ¿Crees que esto pasa en la realidad? ¿Las familias influyen en lo que queremos ser de mayores? ¿Y las amistades? ¿Y lo que vemos en la TV? ¿Y alguna otra cosa más?
- ¿Puedes poner algún ejemplo similar?

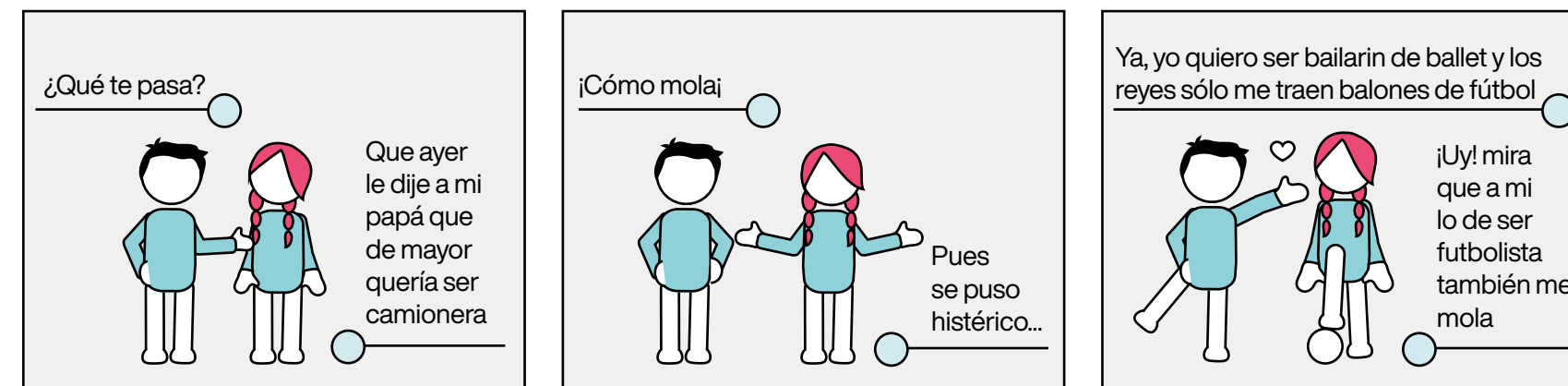
A continuación, se formarán pequeños grupos y durante 15 minutos revisarán en común las respuestas y elegirán a un o una portavoz para que exponga las conclusiones al resto del grupo.

Para finalizar, la o el facilitador devolverá los resultados de la pregunta inicial explicitando si se observan o no estereotipos de género; hará hincapié en la importancia de no dejarnos llevar por estos, explicando, si es necesario, este concepto.

Sería interesante plantear a las niñas y los niños modelos no estereotipados de mujeres y hombres en profesiones masculinizadas y feminizadas, respectivamente. También se puede preguntar si conocen ejemplos de estereotipos o no. Incluso se puede exponer sobre la presión que los agentes de socialización en general —destacando el papel de los medios de comunicación— ejercen en nuestras decisiones académicas y profesionales en función del género.



Tira cómica:



## COMO NIÑA



Cuento disponible en <http://www.conapred.org.mx/kipatlas/K0004.pdf>

La máxima participación de la mujer en todas las esferas, y en igualdad de condiciones con el hombre, es indispensable para el pleno desarrollo de un país, el bienestar del mundo y la causa de la paz. Esta historia cuenta la vida de Tere, una niña con un sueño muy claro de lo que quiere ser de grande...

El o la facilitadora invita a leer el cuento en voz alta y realiza las siguientes preguntas:

- ¿Será que puede hacer su sueño realidad?
- ¿Han pensado qué les gustaría ser de grandes?
- ¿Cómo se sentirían si alguien les dijera que no pueden hacer lo que quieren?
- ¿Si ustedes fueran la maestra, que le dirían al papá de Tere cuando lo manda llamar a la escuela?
- ¿Qué cosas nuevas este cuento nos ha enseñado?



## PUROS CUENTOS SALUDABLES



Video disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=2d7K7nP-2Ro>

Una vez terminada la exhibición del video, se realizan las siguientes preguntas:

- ¿Les ha tocado vivir que las niñas por ser niñas no pueden hacer o vivir ciertas cosas?
- ¿Les ha tocado vivir que los niños por ser niños no pueden hacer o vivir otras cosas?
- ¿Qué piensan de esto?
- ¿Qué les hace sentir?
- ¿Qué podrían hacer ustedes para que tanto niñas como niños puedan hacer lo que deseen y quieran, para promover la igualdad de género?

## PEDRO Y LA MORA



Cuento disponible en: <http://www.conapred.org.mx/kipatlas/K0009.pdf>

Algunas veces se rechaza a las personas cuando no cumplen con el rol asignado a los hombres por ser hombres y a las mujeres por ser mujeres. Descubre qué le pasa a Pedro en lo que se suponía iba a ser un divertido campamento, y quién es esa Mora que lo ayuda.

Se invita a leer el cuento en voz alta y al terminar la lectura se realizan las siguientes preguntas:

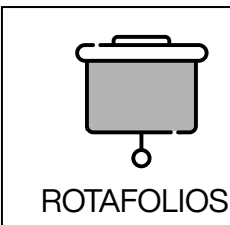
- ¿Alguna vez se han sentido como Pedro, nerviosos por algo?
- ¿Creen que Pedro tiene razón cuando dice que cada quien debería hacer lo que más le guste sin importar si es hombre o mujer?
- ¿Por qué será que Jairo Jiménez se burla de Pedro?
- ¿Tendrá razón? ¿Cómo se sentirían si alguien se burlara de ustedes? ¿Qué podrían hacer si ven que a alguien le hacen eso?
- ¿Qué fue lo que aprendimos de este cuento?



ACTIVIDADES SUGERIDAS  
PARA EL APARTADO

# VIOLENCIA Y VIOLENCIA DE GÉNERO

## ¿QUÉ ES VIOLENCIA?



La persona facilitadora preguntará a las y los niños qué es lo que entienden por violencia. Se hará una lluvia de ideas con lo que vayan expresando. Finalmente, se presentará el siguiente concepto como definición de violencia:

...la violencia se produce cuando alguien utiliza su fuerza o su posición de poder para lastimar a otro a propósito, no accidentalmente. La violencia incluye amenazas de violencia y acciones que podrían lastimar a otro, así como aquellas que efectivamente llegan a lastimarlo. El daño puede afectar a la mente de la persona, a su salud y bienestar en general, y a su cuerpo (Fountain, S. 2007).

A partir de esta definición, se pide a las y los asistentes que se agrupen en cuatro equipos mixtos. A cada equipo se le asignará un ámbito:

Familia

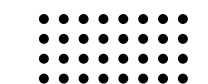
Escuela

Comunidad

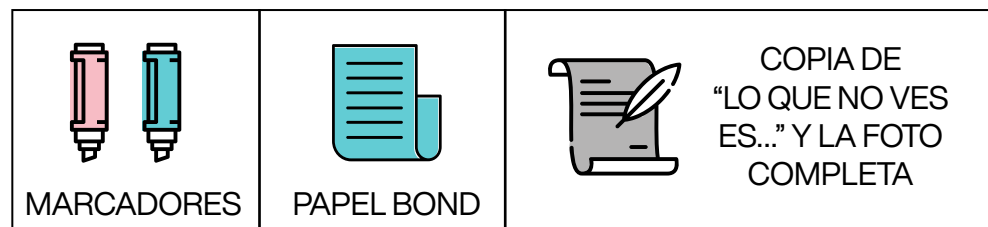
Medios de  
comunicación

Cada equipo deberá anotar en su papelógrafo ejemplos que conozcan de violencia en los respectivos espacios.

Finalmente, dos representantes de cada equipo pasarán a exponer los ejemplos que incluyeron en su papelógrafo. El grupo puede ayudar a incluir más ejemplos y complementar cada ámbito. La persona facilitadora también podrá intervenir a partir de las definiciones del apartado de Tipos y modalidades de la violencia, haciendo énfasis en las diversas formas en que se presenta y lo dañina que es, por lo que debe impedirse.



## LO QUE NO VES ES...<sup>21</sup>



A partir de los conceptos previos, se pide a las participantes que Material: papel rotafolio y marcadores, una copia de "Lo que no ves es..." y la foto completa

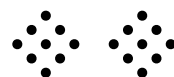
El o la facilitadora distribuirá a los niños y niñas por grupos. Les entrega a cada grupo una hoja de papel y la foto "Lo que no ves es..."



- **Pídeles que dibujen y escriban lo que creen que se encuentra en la parte de la foto que no ven.**
- **Cada grupo hará una presentación breve de sus ideas. Luego, entrega una copia de la foto entera a cada grupo.**
- **Discute con el grupo:**
  - » **¿Cuál fue su reacción al ver la foto entera?**
  - » **¿Qué creen que está sintiendo este niño?**
  - » **¿Qué tipo de violencia está 'oculta' en la foto pequeña? ¿Y cuál en la foto entera?**
  - » **¿Qué otros tipos de violencia están 'ocultos'?**

Se les debe explicar que la violencia puede ser difícil de percibir, o puede ser ignorada por los adultos, y que las actividades que van a desarrollar les ayudarán a que tengan una 'visión más completa' de la violencia contra los niños, niñas y adolescentes.

<sup>21</sup> Consultada en: [https://www.unicef.org/Nuestros\\_Derechos\\_cuaderno.pdf](https://www.unicef.org/Nuestros_Derechos_cuaderno.pdf)



## EL PUÑO<sup>22</sup>

Pide que todas y todos los participantes elijan a un o una compañera. Una vez formadas las parejas, que un o una alce la mano y cierre el puño. La tarea de su compañera/o es encontrar una manera para hacer que abra el puño. Dales un minuto para esto. Detén el ejercicio y pide que te den ejemplos de lo que hizo la segunda persona. Probablemente observarás que la mayoría intenta abrirla utilizando la fuerza física, cuando pudieron simplemente haberle pedido a su compañero que abra la mano.

Discute con el grupo:

- **¿Qué les dice esto sobre la violencia en la sociedad?**
- **¿Por qué muchos de nosotros empezamos usando la fuerza física para tratar de resolver este problema?**
- **¿Creen que la violencia es aceptada en esta comunidad?**

Trabaja con el grupo analizando un periódico local: ¿Cuántas historias de violencia hay en la comunidad? ¿Cuántas historias hay sobre las maneras de resolver los conflictos sin violencia? ¿Qué opinan al respecto?

<sup>22</sup> Consultada en: [https://www.unicef.org/Nuestros\\_Derechos\\_cuaderno.pdf](https://www.unicef.org/Nuestros_Derechos_cuaderno.pdf)

## GABY, CHICLES DE CANELA

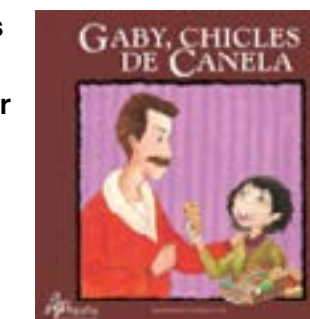


Cuento disponible en:  
[conapred.org.mx/kipatlas/K0012.pdf](http://conapred.org.mx/kipatlas/K0012.pdf)

Se exhibe el video a las participantes y se les invita a la reflexión sobre Los/las niños/as deben ser protegidos contra toda forma de abandono, crueldad y explotación, en ningún caso debe permitirse algo que perjudique su salud, educación o que impida su desarrollo físico, mental o moral. Cuando Gaby encuentra ciertos amigos... gana mucho más.

Este cuento puede apoyar la reflexión sobre la no violencia al hablar de los derechos de todas y todos los niños y niñas. Preguntas sugeridas:

- **¿Gaby hace lo mismo que la mayoría de los niños/as?**
- **¿Qué pasa si los niños/as no van a la escuela?**
- **Además de ir a la escuela ¿Qué otras necesidades tienen los niños/as?**
- **¿Saben cuáles son los derechos de los/las niños/as?**
- **¿Cómo podemos nosotros hacer valer nuestros derechos?**



## VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES Y LAS NIÑAS



VÍDEO: NO ES NORMAL:  
DÍA INTERNACIONAL DE LA NO VIOLENCIA  
CONTRA LAS MUJERES.  
EN: [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/  
WATCH?V=IEOQUKUXHNM](https://www.youtube.com/watch?v=IEOQUKUXHNM)

VÍDEO: DALE UNA BOFETADA:  
LA NO VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES.  
EN: [HTTPS://WWW.YOUTUBE.COM/  
WATCH?V=RN4PVSKXE5K](https://www.youtube.com/watch?v=RN4PVSKXE5K)

Después de que hayan visto estos dos vídeos, se les pregunta a las niñas y niños:

- ¿Qué piensan de los dos vídeos?
- ¿Qué les hace sentir los dos vídeos?
- ¿Qué significa que algo sea normal? ¿Creen que es normal maltratar a una mujer?
- ¿Qué creen que puede sentir una mujer que es maltratada por un hombre?

<sup>23</sup> Cuento retomado de Generalitat Valenciana, 2011.

## LA TORTUGA LOLA



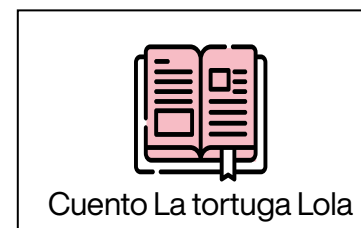
Se pide a las y los participantes que se pongan en una posición cómoda para escuchar una historia. A continuación, se lee el siguiente cuento:

“La Tortuga Lola”<sup>23</sup>

Lola es una pequeña tortuga a la que le gusta jugar con sus amigos y amigas en la escuela del “Lago Mojado”. Pero, a veces, pasan cosas que hace que Lola se enfade mucho y haga cosas que no están bien, como pegar, dar patadas o gritar a sus compañeros y compañeras. Así que sus amigos y amigas suelen enfadarse con ella. Pues no les gusta que Lola les grite, les pegue o insulte. El otro día, por ejemplo, la ardilla Rita, sin querer, chocó contra ella. Lola se puso muy furiosa y le dio una patada fuerte.

Lola sabe que eso no está bien porque hace daño a las y los demás y luego se pone triste y se siente sola. Como le gustaría poder controlar sus enfados, se está esforzando por aprender una nueva manera de “Pensar como una tortuga tranquila y feliz” tal y como le ha enseñado el anciano Elefante Vicente.

Vicente le explicó que cuando se sintiera enfadada o nerviosa debía mantener sus manos y cuerpo pegados a ella misma y gritar hacia dentro... ¡ALTO! De manera que cuando Lola está mal, se introduce en su caparazón, haciéndose una bolita. Cuando lo logra, Lola hace tres profundas respiraciones para calmarse



Cuento La tortuga Lola



(como éstas...), y así, después puede pensar en una solución para comportarse mejor.

Desde que Lola hizo caso al Elefante Vicente, ella y todas y todos sus amigos son más felices. Todas y todos le felicitan siempre que se mantiene calmada y busca la mejor manera de solucionar su problema cuando está enfadada o nerviosa.

Al terminar la historia se pregunta a las y los niños:

- ¿Por qué las amigas y amigos de Lola se enojaban con ella?
- ¿A Lola le gustaba enojarse y patear?
- ¿Lola dejó de sentirse enojada o aprendió a controlar sus emociones?
- ¿Alguno de ustedes se ha sentido como Lola y ha hecho acciones por las que después se siente mal?
- ¿Qué puede aprenderse del método de Lola?

En la reflexión final hay que recalcar que las emociones son normales y sentirnos enojados o tristes no tiene nada de malo. Sin embargo, estas emociones deben expresarse de manera adecuada para que no nos afectemos a nosotros y nosotras mismas y a otras personas que queremos.

## LA PUJA

El grupo se coloca por estaturas, de mayor a menor tamaño, con base en ello se forman parejas con la persona que tenga más o menos la misma estatura.

Se pide que estando de pie uno/a frente a la otra/o, unan sus manos sin entrelazar los dedos y se miren a los ojos, quedaran en filas y parejas viéndose de frente; uno/a empezará a gritar “¡Si, sí, sí!” y el/la otra/o “¡No, no, no!” y al mismo tiempo empezarán a empujar las manos con la fuerza que puedan, una vez que gritaron a lo largo de un minuto, se les pide que lo hagan a la inversa, gritando lo contrario a lo que decían también a lo largo de otro minuto.

El tiempo lo indica el/la facilitador/a. Se da un descanso de 20 segundos, pero quedándose en la misma posición y mirando a su pareja, ahora se pide que empiecen a empujar nuevamente y a tomar conciencia de cómo se sienten y al mismo tiempo que griten palabras o frases cortas (libres) en cada empujón solo con las manos.

Retroalimentación: Se reflexiona en cómo se sienten. El objetivo es que verbalicen en torno a cómo imponen o se dejan imponer ante las actitudes de las/los demás, si son violenta/os o si se sienten violentada/os.



## EL COCODRILO <sup>24</sup>



Dinámica: Leer el cuento y realizar las actividades propuestas.

Cuando llega la hora del rincón de juegos, Cristina va directamente al cajón de los juguetes a coger el cocodrilo antes de que se lo quite Nacho. Nacho siempre le quita todo lo que ella pide. Sólo para fastidiar. Pero nada más agarrarlo por la cola, su preciosa y aplastada cola verde, nota que alguien tira de él justo por el lado contrario, por la enorme boca de blancos y pequeños dientes. - ¡Lo he cogido yo primero! - grita Cristina, tirando por el cocodrilo. - ¡No, lo he cogido yo primero! - grita Nacho, tirando del cocodrilo. - ¡Es mío! - grita Cristina, zarandeando el cocodrilo. - ¡No, es mío! - grita Nacho, zarandeando el cocodrilo. - ¡Suéltalo ahora mismo! - grita Cristina, dándole una patada a Nacho. - ¡Suéltalo tú! - grita Nacho, dándole una patada a Cristina. La profesora los ve y acude a separarlos. - ¡Eh, nada de pegarse! ¿Qué pasa? - Yo cogí primero el cocodrilo - llorando Cristina. - No, lo cogí yo primero - llorando Nacho. La profesora les quita el cocodrilo. - Pues van a tener que jugar a otra cosa, porque el cocodrilo me lo

quedo yo. Cristina mira a Nacho con rencor, diciendo: "¿Ves lo que has hecho?". Y Nacho mira a Cristina con rencor, como diciendo: "Por tu culpa nos hemos quedado sin el cocodrilo". Y cada uno se va a un rincón de la clase a buscar otra cosa con la que jugar. Pero Cristina no se la pasa nada bien, no hace más que pensar en lo mucho que quería el cocodrilo. Y Nacho tampoco se la pasa bien. No hace más que pensar en lo mucho que quería el cocodrilo. Al día siguiente, Cristina vuelve el cajón de los juguetes a coger el cocodrilo, segura de que Nacho se ha olvidado ya de él.

Pero, nada más agarrarlo por la cola, su preciosa y aplastada cola verde, nota que alguien tira de él justo, pero al lado contrario, por la enorme boca de blancos y pequeños dientes. Es Nacho, cómo no. Pero esta vez la profesora se da cuenta y va hacia ellos. -Tendrán que turnarse. Diez minutos lo tendrá Cris. Y otros diez, Nacho -les dice. Cristina se pasó sus diez minutos abrazando al cocodrilo, mirando a Nacho con ojos de triunfo, como diciendo: "Molesta, es mío, lo tengo

<sup>24</sup> Generalitat Valenciana (2011).



yo primero", luego es Nacho quien mira a Cristina diciendo: "Ahora te fastidias porque lo tengo yo". La verdad es que ninguno de los dos se lo ha pasado nada bien durante el rincón de juego. En realidad, los dos se han aburrido un montón. Al día siguiente, cuando llega la hora del rincón de juego, Cristina le dice a Nacho: ¿Quieres que juguemos a que estábamos en la selva y veíamos un cocodrilo? Vale. Y teníamos que nadar muy deprisa para que no nos comiera -dice Nacho. Y cogíamos unos palos para luchar con el cocodrilo -dice Cristina. Y se venía con nosotros a enseñarnos la selva -dice Nacho. Y jugaron tanto, que el rincón de juego se les pasó en un pis -pas.

Actividades sobre el cuento:

**¿Qué pasa al principio del cuento entre Cristina y Nacho?**  
**¿Qué hacen ustedes cuando quieren el mismo juguete?**  
**¿Cómo les ayuda la profesora a solucionar la pelea?**  
**¿Se la pasan bien jugando juntos?**

<sup>25</sup> Consultado en: <http://carei.es/wp-content/uploads/tallerresolucionconflictos-Ed.Infantil.pdf>

## SI ESCUCHAS LA CANCIÓN, ENCONTRARÁS LA SOLUCIÓN <sup>25</sup>



Alguna prenda u objeto que pertenezca a cada niño o niña

Dinámica:

Los niños y niñas se sentarán en un espacio juntos. Se pedirá un voluntario/a para empezar el juego que saldrá fuera del aula. Los demás esconderán algo suyo en algún lugar del salón.

Cuando entre le explicarán que algo suyo ha desaparecido, pero que todos/as le van a ayudar a encontrarlo a través de una canción. Con la música de la canción popular: "Tengo una muñeca vestida de azul" cantarán lo siguiente: "Tienes un problema, / nosotros tenemos la solución/ busca, busca, busca/ que te ayuda esta canción".

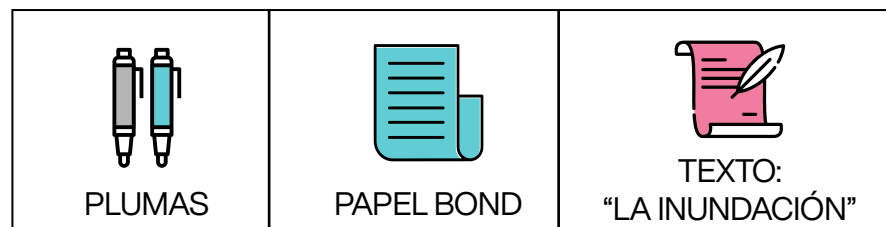
Cuando el niño/a que busca esté alejado/a de lo que le han escondido, los niños/as cantarán muy suave; a medida que se acerque cantarán más fuerte.

Cuando esté muy cerca cantarán muy fuerte. Cuando encuentre su objeto, le darán un aplauso y el niño/a dará las gracias al grupo por haberle ayudado.

La o el facilitador llevará a reflexionar sobre lo bonito y divertido que es ayudar a un compañero/a.

Cuando lo necesitemos, podemos ayudar a los otros niños/as o adultos/as y ofrecer nuestra ayuda a los demás cuando nos necesiten.

## LA INUNDACIÓN



Se divide el grupo en subgrupos de 3 a 5 personas miembros, dependiendo del tamaño (procurar que cada equipo tenga el mismo número de integrantes).

Se trata de llegar a acuerdos entre los miembros de cada equipo frente a una situación inesperada.

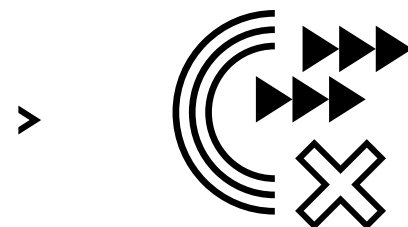
Se hace la lectura clara y pausada del siguiente texto:

**“Al llegar de unas vacaciones, tú y tu familia descubren que ha estado lloviendo durante tres días en el lugar donde vives. Justo al llegar a tu casa, una camioneta de la policía, con un altavoz, está diciendo a todo el mundo que tiene que evacuar la zona ante el peligro inminente de que el río cercano reviente la presa. Tus papás discuten con un policía para que les permita entrar a tu casa sólo por unos minutos para que cada quien saque las cosas que considere más valiosas para sí misma/o, y finalmente él accede.**

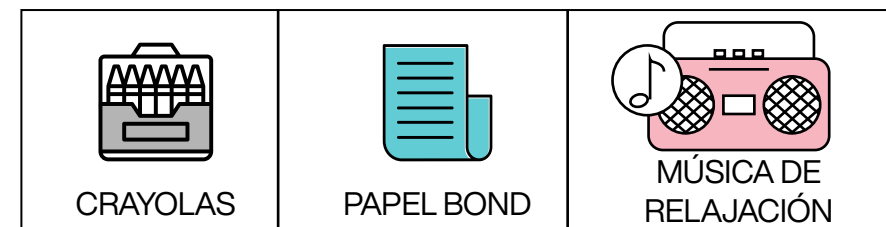
**Estás adentro y te das cuenta que tienes como máximo 5 minutos para decidir qué llevar y que sólo serás capaz de rescatar 4 cosas antes de tener que salir. ¿Qué cosas salvarías? Escríbelas por orden de valor”.**

Cada quien deberá escribir las cosas que rescataría, y después en grupo exponer individualmente por qué se las llevaría; y como equipo tendrán que llegar a acuerdos y tomar decisiones sobre las cuatro cosas que como grupo consideran las más importantes para rescatar en esa situación de crisis.

Reflexión: Se analizan las dificultades que podemos tener para llegar a acuerdos en una situación determinada, y la necesidad de utilizar herramientas tales como saber escuchar, empatía y negociación en nuestra comunicación para que esta sea realmente efectiva y se llegue a acuerdos justos.



## EXPLORANDO MIS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS



El o la facilitadora pide que los y las niñas y niños se sienten en círculo, cierren los ojos y se mantengan en silencio, se les guía pausadamente en respiraciones profundas (5 tiempos para inhalar y 5 tiempos para exhalar) hasta observar que ya se encuentran relajadas/os. En el salón o el lugar donde se lleva a cabo la actividad poner música ambiental de meditación/relajación desde el principio hasta el final del ejercicio.

Se les pone en sus lugares un par de hojas blancas por persona y crayolas de colores a compartir.

Se les pide que recuerden, que traigan a su memoria la situación más cercana a ellas y ellos en donde hayan sentido miedo, preguntándoles en la meditación guiada: ¿qué estás haciendo?, ¿qué está pasando?, ¿dónde te encuentras?, ¿con quiénes estás?, y ahora que estás sintiendo ese miedo, vamos a explorarlo:

- Si tuviera color, ¿qué color tendría? ¿Verde, morado...? Si tuviera olor, ¿qué olor tendría? Si tuviera sabor, ¿qué sabor tendría?, ¿amargo, agrio, salado, dulce?
- ¿Dónde sientes tu miedo?, ¿en qué parte del cuerpo se concentra?, ¿en la pancita, en la frente, en el pecho?

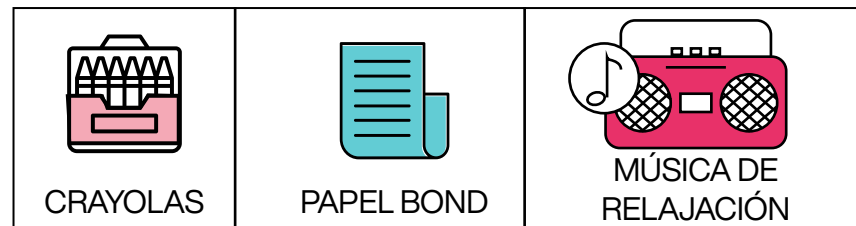
- ¿Cómo te ves cuando experimentas miedo?, y ¿cómo crees que te ven los demás cuando sientes miedo?
- ¿Qué necesitas cuando sientes miedo?: ¿un abrazo?, ¿un beso?, ¿alguien que te consuele?, ¿correr?, ¿gritar?, ¿qué necesitas...?

Las emociones a elegir y explorar en esta secuencia son miedo, enojo, tristeza, amor y alegría. Se recomienda trabajar solo 2 o 3, y siempre terminar en alegría o amor para hacer “progresar” a las personas, y cerrar la actividad con una sensación agradable; en el caso de niños y niñas, trabajar solo una emoción negativa.

Al término de cada emoción se les pide realicen 2 o 3 respiraciones profundas, abran los ojos y dibujen y escriban lo que necesiten de esa emoción.

Reflexión: al término del ejercicio se les invita a compartir cómo lo vivieron, ¿qué emociones son más difíciles de vivir y cuáles más fáciles?, ¿de qué se dieron cuenta?

## DIBUJANDO MI SENTIMIENTO DAÑINO

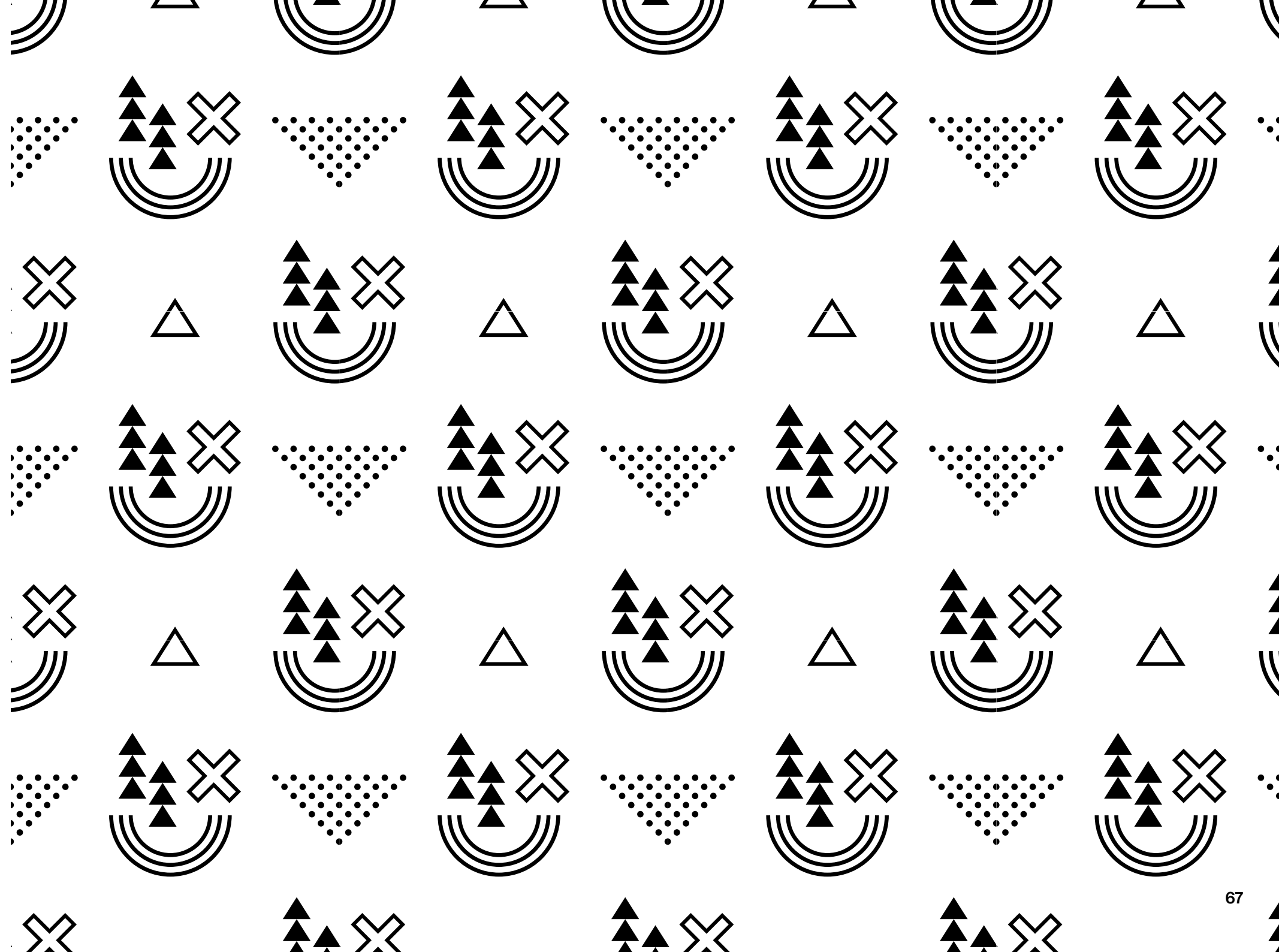
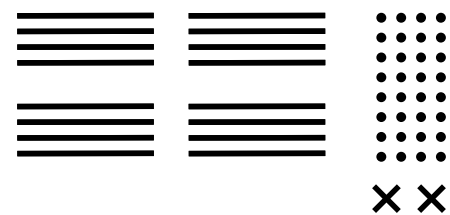


A cada miembro del grupo se le proporciona una hoja de papel blanca y se ponen para compartir crayolas o lápices de colores; se les pide dibujen como ellas/os quieran y de manera creativa, el sentimiento que no les gusta sentir o el que crean que más daño les ha hecho (imagen, símbolo, etc.), y la forma en que ellas y ellos creen que podrían manejar ese sentimiento.

El/la facilitador/a pedirá que quien desee hacerlo puede compartir su dibujo y explicarlo.

Cuando quienes hayan deseado, terminen de compartir sus dibujos, se les comenta que ellas/os pueden hacer lo que quieran y necesiten hacer con su dibujo: arrugarlo, romperlo, tirarlo, doblarlo, conservarlo.

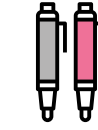
En las reflexiones se enfatiza que las emociones no son buenas ni malas, simplemente son, todos y cada uno puede sentir todas las emociones, no importando tampoco si se es mujer u hombre. Que es normal sentir todas las emociones humanas, y lo más importante es saber qué hacer con esas emociones, cómo las expresamos, cómo las manejamos y nos comportamos al sentirlas.



ACTIVIDADES SUGERIDAS  
PARA EL APARTADO

# DERECHOS HUMANOS

## UN NUEVO PAÍS<sup>26</sup>



PLUMAS



PAPEL BOND



40 MIN

Se organiza a las niñas y niños en equipos mixtos de 6 integrantes. La persona facilitadora les pide que cierren los ojos e imaginen lo siguiente:

“Imaginen que acaban de llegar a una isla, descubren que no hay más habitantes que ustedes, aunque hay condiciones adecuadas para que las personas puedan vivir ahí. Poco a poco algunos niños empiezan a buscar comida, algunas niñas empiezan a construir un refugio. Se dan cuenta que esta isla va a ser un nuevo país y ustedes serán las y los fundadores.”

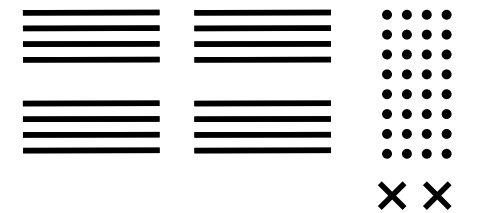
**¿Qué nombre le pondrían al nuevo país?**

Escriban 10 reglas que todas y todos tendrían que respetar para estar a salvo y en armonía.

Cuando los equipos hayan terminado su lista, pasarán a exponerla con el resto de las niñas y niños.

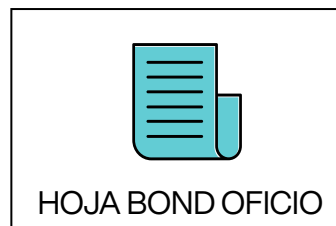
Se pregunta a las niñas y niños:

- **¿Creen que sin reglas podrían convivir de manera adecuada en el nuevo país?**
- **Y si dijéramos que algunos niños al azar no van a ser protegidos por esas reglas ¿Sería justo?**
- **¿Harían reglas solo para niñas o solo para niños?**
- **Si hubiera niñas y niños más pequeños en la isla ¿sería necesario que hiciéramos otras reglas?**



<sup>26</sup> Actividad retomada de Zarián, González y Miranda (2016).

## MIS DERECHOS Y OBLIGACIONES FAVORITOS



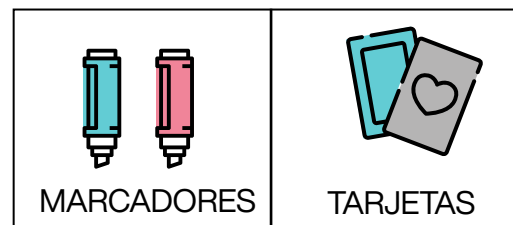
Se explicará brevemente a las y los niños algunos de los derechos que ellos y ellas tienen.

También se les explica que para cada derecho existe una obligación que debemos cumplir, para ello se explicaran algunas obligaciones, por ejemplo: Derecho a jugar–Obligación tener mi espacio de juego limpio y en orden; Derecho a ir a la escuela–Obligación aprender, etcétera.

Se entregará a los participantes una hoja tamaño oficio, se les pedirá la doblen por la mitad, tomando la hoja de manera horizontal, de esta manera se les explicará que en la parte izquierda del doblez escribirán sus derechos favoritos y en la parte derecha escribirán las obligaciones relacionadas con cada uno de sus derechos favoritos.

Al finalizar, compartirán con el resto del grupo sus derechos y obligaciones y se genera la reflexión.

## PARA SER FELIZ NECESITO...



La persona facilitadora pregunta a las y los participantes:

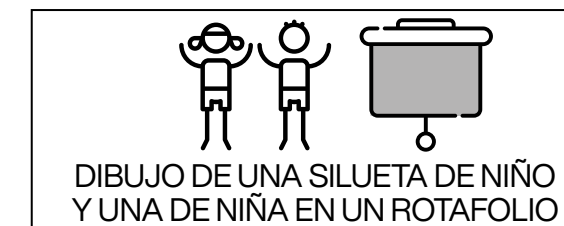
- **¿Qué necesitan niños y niñas para ser felices?**

Se toma nota de lo que mencionan las niñas y niños en tarjetas y se pegan en alguna pared o en el pizarrón. Cuando estén listas las tarjetas con todo lo señalado, la facilitadora les anuncia que deben eliminar algunos de los elementos de las tarjetas. ¿Cuáles dejarían?, ¿cuáles son más importantes para que las niñas y niños sean felices? Las tarjetas eliminadas se agrupan en otro espacio, y se repite el ejercicio de eliminar más tarjetas a modo que queden únicamente las necesidades.

- **¿Por qué eliminamos esas tarjetas primero?**
- **¿Qué pasaría si continuáramos eliminando tarjetas?**

Se comparten con las y los asistentes cuáles son los derechos de los niños y niñas a partir de la Ley General de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes. Se señala que la finalidad de estos es que niños y niñas sean felices, y para terminar se comparan las tarjetas realizadas en el grupo con los derechos mencionados en la Ley.

## MI CUERPO <sup>27</sup>



La actividad inicia con la persona facilitadora invitando a todos y todas a jugar “Simón dice...”. A continuación, solicita a las y los niños que se pongan de pie en su lugar y sigan las indicaciones de Simón:

Simón dice que:

- **Se estiren en todas direcciones.**
- **Muevan una mano.**
- **Salten en un pie.**
- **Aplaudan.**
- **Se sienten.**
- **Muevan la espalda.**
- **Se toquen una oreja.**
- **Cierren los ojos.**
- **Se toquen el pelo.**

A continuación, se pide a las y los niños que recuerden las partes del cuerpo que se tocaron en el juego. Después se pide que mencionen qué partes que no se incluyeron en el juego. Conforme se vayan

mencionando las partes cada niño o niña pasará a anotar el nombre de la parte del cuerpo en las siluetas del frente.

Es importante que las partes del cuerpo se mencionen con sus nombres correctos. En el caso de los niños se menciona el pene y los testículos y en el de las niñas se explica que la parte externa es la vulva, mientras que el interior se llama vagina.

Cuando todas las partes queden anotadas en las siluetas, se pregunta a las y los niños ¿cuáles partes cubrimos con la ropa interior? Se hace mención de que éstas son las partes privadas de cada persona y es muy importante que nadie más pueda ver o tocar esas partes porque son únicamente de ellos o ellas. A veces es normal que los papás o mamás tengan contacto con estas partes cuando los bañan o limpian o cuando van al doctor por alguna molestia. Más allá de una cuestión de higiene o salud, ninguna persona puede acercarse o ver esas partes.

Se mencionan nuevamente los nombres de las partes del cuerpo de niños o niñas y se cierra la actividad retomando de igual manera el nombre correcto de las partes privadas.

<sup>27</sup> Actividad adaptada de Ministerio de Educación Pública (2017).



Se pide a las y los asistentes que se pongan cómodos para que escuchen dos relatos:

### EL REGALO SORPRESA

Héctor estaba muy contento preparándole un regalo sorpresa a su amigo Damián, que cumplía cinco años. Había buscado muchas ramitas y hojas de los árboles para hacerle un collage. Cuando estaba armándolo, entró su amigo Guille y le preguntó qué estaba haciendo. Héctor le dijo que estaba preparando el regalo sorpresa para Damián y que, entonces, le pedía que por favor no se lo contara. Cuando Damián pasó por el cuarto donde estaban sus amigos, preguntó qué estaban haciendo. Héctor le dijo que estaba haciendo un dibujo para su mamá. Guille tuvo ganas de contar lo del regalo, pero no lo hizo. A la tarde, fueron todos a la fiesta de cumpleaños de Damián. Cuando llegaron, Héctor le dio el regalo sorpresa a su amigo y Damián le dijo:

—¡Ah! ¡Eso era lo que estabas haciendo hoy! Gracias, Héctor, qué linda sorpresa

Se pregunta a las y los niños

- ¿Cuál era el secreto que Guille guardó?
- ¿Hizo bien en guardar el secreto?
- ¿Cómo se sintió Guille al guardar el secreto?
- ¿Has guardado secretos así?

Se comenta que es importante que sepan guardar estos secretos, hasta que salgan a la luz. Y se procede a leer el siguiente relato:

### UN SECRETO PARA ABRIR LA BOCA BIEN GRANDE Y CONTARLO

Darío se encuentra muy callado y triste. En la sala, le preguntan qué le pasa y no quiere hablar. Luego, cuando salen del Jardín, la mamá le pregunta qué le pasa y él le dice que no puede decirle porque su tío le dijo que no podía contárselo a nadie, porque era un secreto que tenían entre ellos. Además, le dijo que, si lo hacía, él no lo invitaría más a su casa a ver películas.



Entonces, la mamá le preguntó a Darío cuál era el secreto. Con mucho miedo, Darío le contó que, cuando va a la casa de su tío Tomi, que tiene 30 años, aquel lo hace ver películas de grandes, de esas en que pasan cosas de grandes y que la mamá no le deja ver.

—A mí no me gustan —dice Darío—, pero el tío me dice que son cosas de hombres y que debo miraras y no contarte nada. A mí me gusta ir a su casa porque también vemos otras pelis que me gustan, como otras de dibujitos.

La mamá le dijo a Darío que hacía muy bien en contarle ese secreto. Que esos secretos no deben guardarse y siempre deben contarse a ella o al papá. Le dijo:

—Darío, nunca tenés que guardar en secreto cosas que te hagan sentir mal o confundido, como esa que me contaste. Ninguna persona, grande o chica, puede pedirte que guardes en secreto cosas que te hagan sentir mal o confundido. Esos no son secretos para guardar, son secretos para contar.

La mamá lo abrazó y le dijo: —¡Gracias, Dari, por confiar en mí! Al finalizar las historias, se pregunta a las y los niños:

- ¿Cuál es el secreto que guarda Darío?
- ¿Cómo se siente al guardar ese secreto?
- ¿Por qué fue importante que Darío le contara a su mamá ese secreto?

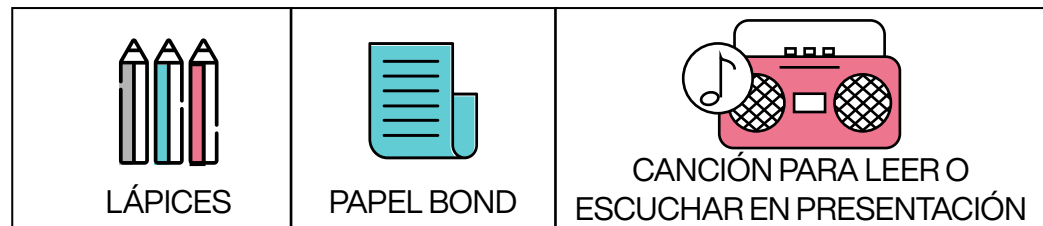
En este punto es importante explicar a las y los niños que no deben guardar secretos que los hagan sentirse mal o confundidos. Siempre deben contárselo a una persona adulta en la que confíen plenamente.



HISTORIAS PARA LEER

<sup>27</sup> Actividad adaptada de Ministerio de Educación Pública (2017).

## ME QUIERO COMO SOY <sup>28</sup>



Se pide a las y niñas niños que escuchen con atención la siguiente canción, si no es posible reproducirla, la persona facilitadora la canta o la lee:

### ME MIRO EN EL ESPEJO (HUGO MIDÓN)

Me miro en el espejo,  
me quiero conocer,  
saber qué cara tengo,  
y de qué color la piel. [...]

Me miro en el espejo, me quiero como soy,  
qué importa si soy flaco, o petiso y panzón.

Así soy yo;  
así soy yo.

Mucho gusto en conocerme y encantado de quien soy.

Porque así soy yo,  
así soy yo. [...]

Al terminar de escucharla, se pregunta a las y los asistentes:

- ¿De qué trata la canción?
- ¿Creen que quien la canta quiere cambiar algo de él?

Se procede a repartirle a cada niño y niña una hoja blanca en donde se les pedirá que compongan una canción o un relato que ilustre cómo son. Deberán describir su físico y también sus cualidades personales: inteligentes, alegres, divertidos, etcétera.

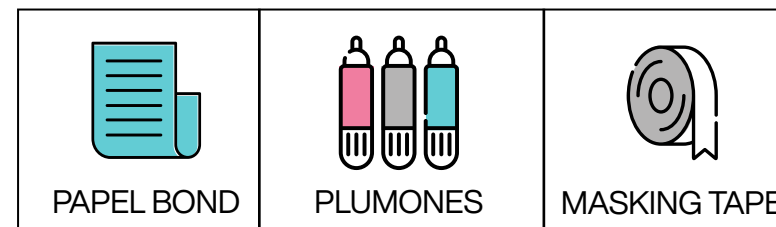
Cuando hayan terminado, se acomodarán en parejas para compartir con ella o él su relato. Para terminar la actividad se pregunta:

- ¿Cómo se sintieron al describirse?
- ¿Les costó trabajo?
- ¿Creen que se conocen?

Es importante mencionar que cada niño y niña es distinto, pero igual de valioso y valiosa, además se reconoce la necesidad de que cada niño y niña identifique sus cualidades y se quiera a sí mismo o misma.

<sup>28</sup> Actividad adaptada de Marina (2010).

## LO QUE ME GUSTA DE TI



El o la facilitadora pide al grupo que se ponga de pie y peguen una hoja de papel bond en sus espaldas con la cinta adhesiva, para lo cual se deben ayudar unos a otros; se les indica que cada uno de los integrantes del grupo tomen un plumón de color y escriban en la hoja pegada en la espalda de cada uno/a de sus compañero/as la cualidad que más admiren o reconozcan en él o ella, solo podrán escribir un adjetivo pero sin que se repita, cuando este adjetivo ya esté puesto no se volverá a escribir sino que se palomeará las veces que sea necesario.

Al final, cada miembro del grupo tendrá un listado de cualidades en su hoja. Se les solicite que tomen asiento y lean de manera individual y en silencio su listado de cualidades.

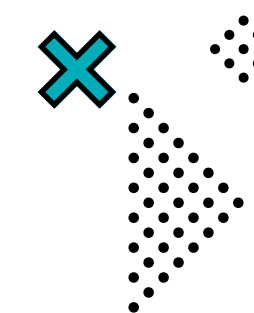
Retroalimentación: el/la facilitador/a invitará a que compartan su lista de cualidades con el grupo y a quien la comparta le preguntará qué piensa y siente al leer su listado, y si existen coincidencias o diferencias con su autopercepción; finalmente, se les pide la guarden y conserven consigo para que la puedan re-leer cuando se vivan poco valioso/as, poco querido/as o reconocido/as, pues lo que aparece en ese listado es parte de lo que son.

## EL CARTERO DE LOS ATRIBUTOS

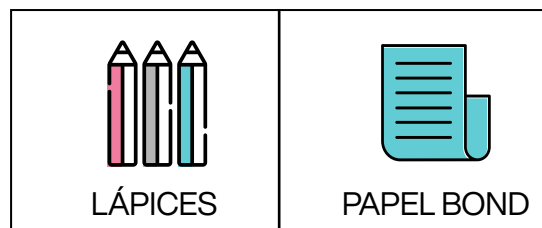
Se indica a las niñas y niños que se sienten en sus lugares y que cada vez que digamos: **“El cartero trajo carta para aquellos niños y niñas que son ...”**; y si alguien de los o las participantes tiene los atributos que se mencionan, deberá acercarse al centro del salón.

Los atributos que se mencionaran son: Amigables, inteligentes, groseras/os, compartidas/os, guapos y bellas, cariñosa/o, amable, respetuosa/o, valiente, buen/a amigo/a, latosas/os, etcétera.

Al terminar, se pedirá que en plenaria hablen sobres los atributos que ellos tienen, cerrarán con la reflexión.



## ME CONOZCO, ME ACEPTO, ME QUIERO, ME CUIDO <sup>30</sup>



Se entrega a las y los niños una hoja con el formato adjunto y pedirá que cada niño y niña anote en cada apartado lo que corresponda. Si necesitan más espacio se pueden utilizar hojas blancas adicionales. En el último apartado será importante que describan cómo se cuidan a ellos y ellas mismas.

### CONÓCETE

Observa cómo eres y reaccionas. ¿Cuáles son tus valores?; ¿con quiénes te gusta estar?; ¿qué te divierte?; ¿qué sabes hacer?; ¿qué piensas y qué sientes ante ciertas situaciones?

Observa tu cuerpo y cara, todas tus características físicas. ¿Cómo has crecido?; ¿qué nuevas habilidades tienes?

### ACEPTA CÓMO ERES

- **Identifica tus características positivas, lo que te gusta de ti.**
- **Reconoce en qué puedes mejorar y cómo puedes hacerlo.**
- **Reconoce lo que no puedes cambiar de tu persona y acéptalo.**

Comprende que todos y todas tenemos diferentes capacidades. Algunos niños o niñas pueden correr rápido, o dibujan muy bien,

saben cantar. No te compares, acepta cómo eres y trabaja para ser mejor cada día.

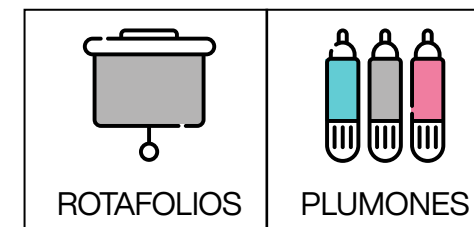
### CUÍDATE

- **Establece límites: Nadie se debe burlar de ti, maltratarte, ofenderte, tocarte de manera indebida, darte un trato inferior, ni obligarte a hacer algo indigno o peligroso.**
- **Platica con tus familiares y maestros o maestras. La comunicación es muy importante para lograr respeto.**
- **Pide que respeten tus derechos, te protejan y brinden amor.**
- **Denuncia cualquier forma de maltrato y abuso.**

Al terminar la actividad, se pide a las y los niños que por parejas compartan lo que anotaron en sus hojas. Se da tiempo para que dialoguen con su compañero o compañera. Finalmente, la persona facilitadora cierra la actividad mencionando la importancia de que cada persona reconozca sus cualidades y se acepte a sí mismo o misma, se quiera y procure cuidarse más allá de las atenciones que sus familiares le puedan brindar.

Se menciona cómo es importante que niños y niñas se cuiden, y se retoman los ejemplos del apartado Autocuidado y bienestar, así como las reglas para salvaguardar su integridad personal adicionales.

## EL ESCUDO

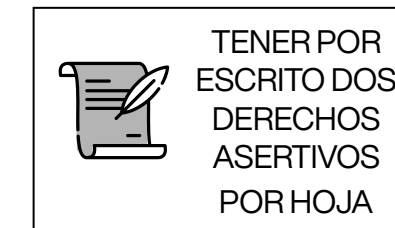


El o la facilitadora reparte una hoja de papel a cada miembro del grupo y les indica que dibujen un escudo de armas (como el de su apellido) y lo dividan en 6 cuadrantes/partes y en cada uno de ellos dibujen algo de acuerdo con las especificaciones siguientes:

DIBUJA: ¿CÓMO ME VEO?	DIBUJA: ¿CÓMO ME VEN LOS DEMÁS?
DIBUJA: ¿QUÉ ME GUSTA Y DISGUSTA DE MÍ?	DIBUJA: ¿QUÉ QUIERO Y PUEDO CAMBIAR DE MÍ?
DIBUJA ¿A QUÉ ME COMPROMETO A MEJORAR EN MÍ?	CREA TU "SLOGAN"

Discusión grupal: El o la facilitadora promueve que los miembros del grupo compartan su escudo, preguntando en cada caso qué pensaron y sintieron, qué parte les fue más fácil o difícil.

## MIS DERECHOS ASERTIVOS



El o la facilitadora dividirá los 10 derechos asertivos entre 5 equipos. Cada equipo analizará los dos derechos asertivos que se les asignó y aquellos aspectos (ideas, mitos, emociones, etc.) que se interponen para ejercerlos, posteriormente una o un representante del equipo lo expondrán ante el grupo en plenaria.

Reflexión del ejercicio:

El o la facilitadora identificará con ayuda del grupo las situaciones de comunicación no asertiva que se suscitan en la familia, escuela, trabajo, comunidad, etc., y que obstaculizan el pleno ejercicio de sus Derechos Asertivos.

<sup>30</sup> Adaptado de Conde (2012).

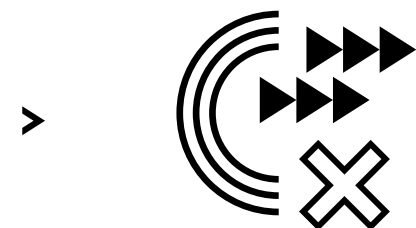


## ¿CÓMO DIGO SÍ CUANDO QUIERO DECIR NO? (EJERCICIO VIVENCIAL)

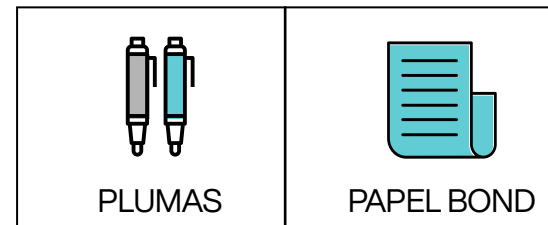
Se divide el grupo a la mitad y un subgrupo es llevado afuera del salón, se les da la indicación de que al regresar al salón se reunirán con un o una compañera en pareja y le pedirán se quite los zapatos; el objetivo final es que se quite los zapatos, no importa el medio, y para lograrlo tendrán que utilizar cualquier forma o mecanismo de convencimiento; se les pide, sean creativos/os. Al regresar al salón se colocan en parejas y se desarrolla el ejercicio; el/la facilitador/a indicará el tiempo, que tomará entre 3 y 5 minutos.

Reflexión del ejercicio:

El o la facilitadora invitará a reflexionar en torno a qué tan difícil es para las personas decir “no”; habitualmente se cede ante lo que los otros piden, aunque no se desee; en ello compartirán su vivencia.



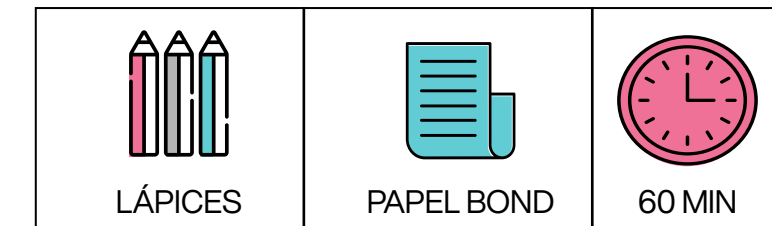
## AUTOBIOGRAFÍA A FUTURO



El o la facilitadora entregará una hoja de papel a cada participante y les pedirá que durante unos minutos reflexionen acerca de cómo desean que su futuro sea. Para concentrarse, se les pide que cierren sus ojos por un momento, se pongan en contacto con su imaginación, su fantasía y sus sueños (de ser posible se escuchará música relajante de fondo).

Posteriormente, se les indica que escriban su autobiografía, pero esta será diferente: no escribirán lo que les ha pasado en su vida, sino lo que les ocurrirá a partir de que esta sesión termine. Sus metas o logros alcanzados, sus experiencias, etcétera.

## MI PROYECTO DE VIDA <sup>31</sup>



La persona facilitadora comienza preguntando a las y los niños:

- ¿Qué planean estar haciendo en 3 años? ¿Y, en 10?
- ¿Qué quieren hacer cuando sean adultos y adultas?
- ¿A qué les gustaría dedicarse?
- ¿Qué acciones que llevan a cabo hoy en día les ayudan a lograr lo que quieren en su futuro?

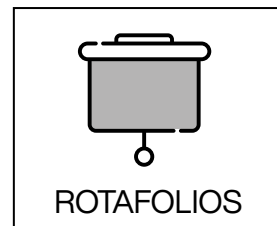
Se retoman algunas participaciones de las y los niños y se explica el concepto de Proyecto de vida, del apartado correspondiente. A continuación, se distribuye a cada participante una hoja con el siguiente esquema, indicándoles que anoten metas en cada uno de los ámbitos señalados, asegúrese de que haya espacio suficiente:

	META	ACCIONES	TIEMPO	APOYOS
LA PERSONA	¿Qué quiero lograr?	¿Qué debo hacer? ¿Qué debo hacer mejor? ¿Qué debo dejar de hacer?	¿Cuándo lo voy a hacer?	¿Qué necesito? ¿Quién me puede ayudar?
EDUCACIÓN				
TRABAJO				
PASATIEMPOS				
FAMILIA				

La persona facilitadora deberá estar atenta de las dudas que existan para completar el esquema. Al finalizar se pide a algún voluntario o voluntaria que pase a exponer su proyecto de vida. Se aborda la importancia de reconocer los apoyos que se reciben de las personas cercanas y de establecer metas en diferentes ámbitos.

<sup>31</sup> Adaptado de Conde (2012).

## TENGO DERECHO A LA PROTECCIÓN



Se aborda el tema del derecho a la Protección, se pide a las y los niños que mencionen qué elementos vienen a su mente al hablar de este tema. Se presenta a las y los asistentes los elementos que conforman un entorno protector en la familia, en la comunidad, y de parte del gobierno. Posteriormente, se colocan al frente tres papelógrafos con los siguientes títulos:

- Casa
- Escuela
- Comunidad

La persona facilitadora preguntará a las y los niños de qué forma se brinda protección a niños y niñas en cada uno de estos espacios. Por ejemplo, en casa hay cuidados para evitar las enfermedades, ropa para proteger del frío. En la escuela hay letreros para indicar peligro y bardas. En la comunidad hay semáforos para cruzar las avenidas sin peligro.

Se retomarán más ideas para completar cómo se protege a las y los niños en cada uno de estos espacios, se busca además identificar a las personas protectoras en cada uno de los ámbitos señalados a partir de lo que se identifique: las y los profesores, madre y padre de familia, hermanos o hermanas mayores, entre otros.



^

## PARA FINALIZAR LA ACTIVIDAD DE RÉPLICA

Invita a la reflexión ¿qué piensan de los contenidos abordados?, ¿cómo les hace sentir?, ¿cambió su forma de pensar respecto de antiguas creencias que tenían?

Agradece la participación de las niñas y los niños en la actividad e invita a realizar alguna actividad en sus comunidades.

## PARA LA SISTEMATIZACIÓN DE TU ACTIVIDAD...

Es importante que consideres esta información:

1. Número de participantes (total).
2. Número de niñas y niños que participan.
3. ¿Cuál es su edad?
4. ¡Atención! Los datos personales no son necesarios.

Pregunta:

1. ¿Les gustó la actividad?
2. ¿Consideran que fue útil?

¡Gracias por tu compromiso!

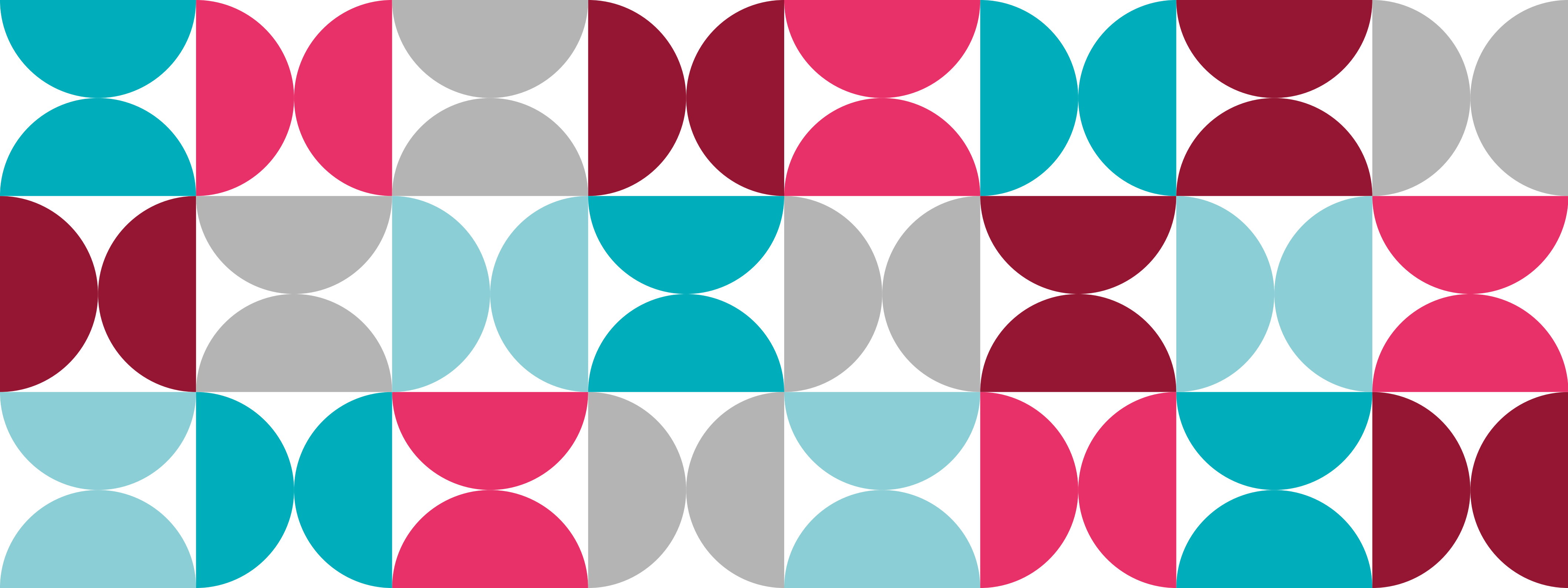


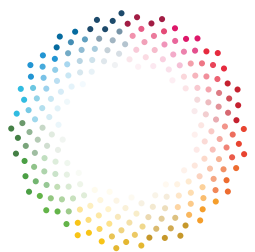
# LAS FUENTES CONSULTADAS

- ACNUDH. ¿Qué son los derechos humanos? Sitio web: <https://www.ohchr.org/sp/issues/pages/whatarehumanrights.aspx>
- AWID (2004). "Interseccionalidad: una herramienta para la justicia de género y la justicia económica". Derechos de las mujeres y cambio económico. No. 9. Ontario, Canadá.
- Barudy, J., Dantagnan, M., (2010). Los desafíos invisibles de ser madre o padre. Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental. Barcelona: Gedisa.
- CEPAL (2011). Observatorio de Igualdad de Género en América latina y el Caribe "Informe anual 2011: El salto de la autonomía, de los márgenes al centro". Santiago de Chile: CEPAL.
- CNDH (2018). Prevención y atención de las agresiones sexuales contra niñas, niños y adolescentes. México: CNDH.
- CNDH. ¿Qué son los derechos humanos? Sitio web: <https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/que-son-los-derechos-humanos>
- CNDH. Derechos de las niñas, niños y adolescentes. En: <https://www.cndh.org.mx/derechos-humanos/derechos-de-las-ninas-ninos-y-adolescentes>
- CONAPRED (2015). Recomendaciones para el uso incluyente y no sexista del lenguaje. CDMX: SEGOB-CONAPRED.
- Conde, S. (2012). Manual "Me valoro y aprendo a cuidarme". México: Secretaría de Educación Pública.
- Díaz de Berdusco, M. (2005). Educación de la sexualidad, salud reproductiva y equidad de género. Venezuela: Ministerio de Salud y Desarrollo Social.
- Fountain, S. (2007). Nuestro derecho a ser protegidos de la violencia. Perú: Social Advocacy and Virtual Education Marketing.
- Fundación Mujeres (2007). Fórmulas para la igualdad. Córdoba: Mancomunidad de Municipios Valle del Guadiato.
- Generalitat Valenciana (2011). Cultivando emociones. Educación emocional de 3 a 8 años. Conselleria d'Educació, Formació i Ocupació. En: <https://drive.google.com/file/d/0B9u21-cXxE5kbHBIWUhhPLUU1UzA/view>
- Grotberg, E. (1995). The International Resilience Project: Promoting Resilience in Children. Washington D.C., Civitan International Research Center, University of Alabama at Birmingham, ERIC Reports.
- Instituto Nacional de las Mujeres (2007). Glosario de género. México. En: [http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos\\_download/100904.pdf](http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/100904.pdf)
- INMUJERES (2016). Los derechos humanos de las mujeres. En: <https://www.gob.mx/inmujeres/articulos/los-derechos-humanos-de-las-mujeres?idiom=es>
- Izquierdo, M. (2013). "La construcción social del género" en Díaz, C, y Dema, S. Sociología y género. Madrid: Editorial Tecnos.
- Leñero (2009). Equidad de género y prevención de la violencia en preescolar. CDMX: SEP-PUEG.

- Marina (2010). Educación Sexual Integral para la Educación inicial. Contenidos y propuestas para las salas. Argentina: Ministerio de Educación. Programa Nacional de Educación Sexual Integral, Serie Cuadernos de ESI. En: <http://www.uncuyo.edu.ar/planificacion/upload/2-esi.pdf>
- Ministerio de Educación Pública (2017). Guía pedagógica para niños y niñas desde el nacimiento hasta los 4 años de edad. San José Costa Rica. En: <https://www.mep.go.cr/sites/default/files/guia-pedagogica.pdf>
- ONU Mujeres (2016). Profundicemos en términos: Guía para periodistas, comunicadoras y comunicadores. Guatemala: ONU Mujeres.
- OXFAM. 5 ejemplos de desigualdad entre hombres y mujeres. En: <https://blog.oxfamintermon.org/5-ejemplos-de-desigualdad-entre-hombres-y-mujeres/>
- SEP-OEI (s.f.). Rincón de la imaginación. Taller para los niños y las niñas. Proyecto Abriendo Escuelas para la equidad. México.
- Secretaría del Estudio del Secretario General de las Naciones Unidas sobre la Violencia contra los Niños (2007). Nuestro derecho a ser protegidos de la violencia. Lima, Perú: Social Advocacy and Virtual Education Marketing.
- Servicio de Información Juvenil al Estudiante, SIJE (s.f.). Guía de actividades para fomentar la igualdad de oportunidades entre niños y niñas. Junta de Castilla y León, Juventud, Obra Social "la Caixa". En: [https://www.iimas.unam.mx/EquidadGenero/papers/GUIA\\_DE\\_ACTIVIDADES\\_DE\\_IGUALDAD.pdf](https://www.iimas.unam.mx/EquidadGenero/papers/GUIA_DE_ACTIVIDADES_DE_IGUALDAD.pdf)
- Soto, D (2013). Mujer y trabajo, una mirada desde los proyectos de vida. Chile: Universidad de Chile.
- UNESCO (2017). Guía Soporte Socio-emocional. Chile: Fundación SM-UNESCO.
- UNFPA (2017). Guía para replicadoras/es de las activaciones de salud joven. Proyecto MEX0647A Fortalecimiento de la Política Pública para las

- y los Jóvenes Mexicanos. México: UNFPA, Sedesol, SEP, IMJUVE.
- UNFPA (2017). Propuesta didáctica para el abordaje de la educación sexual en Educación Inicial y Primaria. Uruguay: CEIP- Programa de Educación Sexual ANEP-UNFPA.
- UNFPA-PNUD-OMS (2018). Pensando en género. Marco conceptual para la administración de justicia con enfoque de género. Perú: Fondo editorial del Poder Judicial.
- UNICEF (2003). ¿Te suena familiar? Expresar sentimientos. Santiago de Chile: UNICEF.
- UNICEF (2011). Breve reseña de la Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer para adolescentes. Costa Rica: UNICEF.
- UNICEF (2013). Superando el adultocentrismo. Santiago de Chile: UNICEF.
- UNICEF (2017). Herramientas para el buen trato y la prevención de la violencia. Venezuela: UNICEF.
- UNICEF-OMS-OPS. Violencia contra niños, niñas y adolescentes. República Dominicana.
- UNICEF-SPFII-Cónclave Global de los Jóvenes Indígenas (2013). Declaración de las Naciones Unidas sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas para adolescentes indígenas.
- Vía Verde para la Igualdad (2007). Cuaderno de actividades: primaria. Guía de coeducación Agrupación de Desarrollo para la Igualdad en la Campaña y la Sierra Sur (ADICSSUR) e I.C. Equal "Vía Verde para la Igualdad".
- Zariñán, L., González, C. y Miranda, M. (2016). Niñas y niños promueven sus derechos. México: CDMX, CNDH. En: [http://appweb.cndh.org.mx/biblioteca/archivos/pdfs/cua\\_NN\\_DH\\_Primeria\\_4-6.pdf](http://appweb.cndh.org.mx/biblioteca/archivos/pdfs/cua_NN_DH_Primeria_4-6.pdf)





# Iniciativa Spotlight



@SpotlightAmLat

[www.spotlightinitiative.org/es/mexico](http://www.spotlightinitiative.org/es/mexico)

