

SE AUTÉNTICO NO VIOLENTO

Cómo pueden los niños y niñas, jóvenes y adultos
resolver sus conflictos pacíficamente

PARTE PRÁCTICA



Un Manual para Escuelas
y otras Instituciones



El Manual para la Paz “Se Auténtico – No Violento” se compone de tres partes:

- A. La Parte Teórica (para profesionales en educación y trabajo social y otros/as)
- B. La Parte Práctica (para profesionales en educación y trabajo social y otros/as)
- C. El Cartoon (para niños y niñas, adolescentes y adultos)

El propósito de este Manual para la Paz es que su mensaje llegue al máximo número de personas. Si usted desea reproducir su contenido por favor póngase en contacto con las autoras o con el editor.

© 2015 terre des hommes Alemania

Autoras

Rita Erben y Astrid Kummer

Ilustraciones

Emanuele Scanziani

Redacción & Coordinación

Ralf Willinger

Diseño Gráfico

Oliver J. Wiebelt

Traducción

María Desamparados Aznar Arce

Corrección

Dra Elizabeth Patiño, Josephine Wragge

Consultores

Peter y Julia Strack

Creado en

La Ciudad Internacional de Auroville (India)

Editor

terre des hommes Alemania

Apoyo a la Niñez

Ruppenkampstr. 11a

49084 Osnabrück, Alemania

www.tdh.de | www.redhandday.org

Contacto

contact@papui.org | www.papui.org

SE AUTÉNTICO NO VIOLENTO

Cómo pueden los niños y las niñas, jóvenes y adultos
resolver sus conflictos pacíficamente

Rita Erben, Astrid Kummer y
Emanuele Scanziani

Editor: terre des hommes Alemania

ÍNDICE

Prólogo	7
Introducción	9
1. Presentando A Papui	13
2. Presentando A Dragui	16
3. ¿Qué Es La Violencia?	18
4. Formas De Violencia I	22
5. Formas De Violencia II	24
6. La Violencia Se Puede Dar En Cualquier Lugar	27
7. Tierra De Paz	31
8. Comunicación Y Lenguaje Corporal	34
9. Enviar Mensajes Personales	38
10. Reglas De La Comunicación	42
11. Percepción	44
12. Más Sobre La Percepción	47
13. Aprendizaje Inter-Religioso Y Inter-Cultural	50
14. ¿Qué Son Los Sentimientos?	53
15. Más Sobre Los Sentimientos	54
16. Sentimientos Agradables y Desagradables	57
17. Juego De La Memoria Sobre Los Sentimientos	59
18. ¿Cómo Manejar Los Sentimientos?	61
19. ¿Qué Es La Empatía?	63
20. Reconocer Sentimientos	65
21. ¿Cómo Manejar Las Burlas?	68
22. Control De Los Impulsos	71
23. Manejo De La Ira	74
24. ¿Qué Son Los Conflictos?	76
25. ¿Cómo Manejar Los Conflictos?	79
26. Escalada De Conflictos	81
27. Manejando Conflictos y Mediación	84
28. Derechos De La Niñez 1	88
29. Derechos De La Niñez 2	90
30. Derechos Iguales Para Niños Y Niñas	92
31. La Auto-Confianza – Cómo Hacer Los Niños Fuertes	94
32. ¿Qué Es La Paz?	96
33. Amistad Y Amor	98
Anexos & Fichas	101
El Equipo	132
Sobre Auroville	134
Sobre Terre Des Hommes	136

PRÓLOGO

Reforzar la energía pacífica en los niños y niñas.

“Una persona no violenta tiene siempre más poder que una persona que usa violencia.”

(Mahatma Gandhi)

Esta cita de Gandhi contiene una sabiduría que incluso los niños y niñas pueden entender con facilidad. La violencia siempre es usada cuando hay un deseo de algo que no puede ser obtenido empleando otro medio. Las personas utilizan la violencia cuando se sienten heridas, inferiores a alguien o humilladas. En todo caso, lo que provoca la violencia es un estado de debilidad. Los niños y las niñas comúnmente experimentan esto en su vida diaria. Un niño o una niña (o a veces un adulto) da patadas y insulta a otros porque piensa que es el único modo de conseguir lo que quiere o porque se siente triste, tratado injustamente o profundamente herido interiormente.

Es muy importante para las personas que trabajan con niños y niñas enseñarles que ser pacífico y no usar violencia en un conflicto significa ser muy fuerte y seguro de sí mismo. Aún más importante es vivir este mensaje en lugar de predicarlo. Los educadores, trabajadoras sociales y los padres son modelos a imitar y deberían prestar atención especial a comportarse de forma no violenta. Ya sea en la vida diaria, en la escuela o en la familia, ni la violencia física ni la violencia mental o verbal, como la burla o la humillación, deben de permitirse. En lugar de esto, deberían mostrar a los niños y niñas cómo solucionar conflictos de forma pacífica: teniendo respeto y empatía por los demás, sus deseos y necesidades, así como encontrando compromisos y acuerdos justos.

No obstante, la no violencia no trata simplemente del comportamiento moral del individuo. Casi todos los estados del mundo han acordado por contrato de proteger a los niños y niñas de cualquier forma de violencia, lo cual implica una legislación justa, aplicación de la ley, prosecución, así como programas sociales, prevención y educación. Esto ha sido expresado en el artículo 19 de la Convención Sobre los Derechos de la Niñez de las Naciones Unidas, que ha sido ratificada por todos los países excepto por los Estados Unidos y Somalia. Por lo tanto, la protección contra la violencia y su prevención es un derecho humano central y universal de todos los niños, niñas y adolescentes.

Gandhi dice que la no violencia es poderosa de un modo especial. Los niños y niñas entenderán esto porque cada niño lleva una energía de paz dentro. El deseo de vivir en paz con otra gente y la naturaleza no es fácilmente alterado mientras el entorno emocional de los niños y niñas los apoye y sostenga. Por consiguiente, el amor y cuidado de los niños y niñas son las contribuciones más importantes para un mundo más pacífico. Pero los niños y niñas también deben aprender a ser conscientes y respetar sus propios sentimientos y necesidades así como los sentimientos de los prójimos. “Se Auténtico No Violento”, el título del manual, muestra esto claramente: “Actúa y compórtate como eres realmente – no seas violento.”

“El Ser es fuente de verdad y sabiduría. El poder del Ser es el poder de la no violencia.”

(Mahatma Gandhi)

Vemos que para promover la no violencia, el Ser de los niños y las niñas tiene que ser reforzado. Niños y niñas fuertes y seguros de si mismos que lleven la energía de paz y tolerancia en sus corazones, no promoverán la violencia y la guerra cuando sean mayores. Defenderán la paz, siguiendo el ejemplo de otros que lo hayan hecho. Están por ejemplo cientos de miles de jóvenes “Activistas de la Mano Roja” de todo el mundo, quienes protestan contra el empleo de niños y niñas soldados¹. O grupos juveniles de paz y objetores de conciencia contra el servicio militar en Colombia y en otras zonas de conflicto, quienes valientemente se deciden a romper el círculo vicioso de violencia en su país.

Fortalecer el autoestima y la energía de paz en la niñez también es un objetivo central en muchos proyectos con niños, niñas y adolescentes, apoyados por la organización de derechos de la niñez terre de hommes. Estos proyectos están localizados en Latinoamérica, Asia, África y en Alemania. El autoestima, la voz interior, el AlgoMás, de muchos de esos niños y niñas está debilitado. Ellos necesitan amor y atención, sobre todo si han experimentado violencia o ya se comportan de modo violento y agresivo. En estos casos un paso importante es domesticar al dragón, el Dragui, la ira, la tristeza interior.

De modo similar, Dragui y AlgoMás son los mejores amigos del pequeño Papui en el maravillosamente ilustrado Cartoon del manual de paz. Ellos le ayudan a curarse las heridas del alma para vencer el miedo y la ira y así poder solucionar los conflictos pacíficamente. Además, el manual contiene una parte teórica y una parte práctica para educadores y padres. La parte teórica anima a los lectores a reflexionar sobre sus sentimientos y su percepción de los conflictos así como su comportamiento conflictivo. El objetivo es acercarse a conflictos de manera más consciente y de este modo ser un verdadero modelo a imitar. La parte teórica también forma la base para una comprensión verdadera de como los conflictos y la violencia desarrollan y como pueden ser solucionados. La parte práctica, por otra parte, contiene el concepto para transmitirles ese conocimiento a los niños y niñas. En 33 sesiones de grupo de una hora cada una, diseñadas para niños y niñas entre 6 y 12 años, los niños y niñas pueden aprender por medio de juegos, historias, respiración y ejercicios de relajación.

La lectura del manual y del Cartoon es una experiencia alegre, ya que contiene bellas frases de verdad. Quisiera expresar mi gratitud al equipo de Rita Erben, Astrid Kummer, Emanuele Scanzani y todos los demás. El equipo ha trabajado en este manual de paz durante mucho tiempo y con gran esfuerzo. ¡Felicidades!

terre des hommes y sus copartes usarán el manual de paz en Latinoamérica, África, Asia y Alemania y contribuirán a su amplia difusión. Es un extraordinario instrumento para prevenir la violencia y para una educación para la paz - un paso pequeño pero significativo en el camino a un mundo más pacífico.

Ralf Willinger

Departamento de Derechos de la Niñez
terre des hommes Alemania - Apoyo a la Niñez

¹ www.redhandday.org

INTRODUCCIÓN

Ahora, ¡Basta de teoría; practiquemos ! Damos a continuación algunas orientaciones para esta parte práctica que tiene como base las sesiones de grupo con Papui.

Vamos a trabajar con los juegos:

- Juegos de movimientos corporales
- Juegos para desarrollar la confianza
- Juegos para afinar los sentidos
- Juegos de personajes, teatro
- Ejercicios de respiración y relajación
- Las historias de Papui



¿Por qué hacer juegos de movimientos corporales?

El impulso de moverse es natural en los niños, pero está a menudo reprimido. Cuando los niños han de quedarse inmóviles durante un largo período de tiempo, su energía comienza a desbordarse. Los juegos de movimientos simples permiten expresar esta energía. Además, estos juegos son divertidos, animan el espíritu de equipo. Los niños y las niñas que realizan bastante actividad física permanecen en buena salud física y mental.

¿Por qué hacer juegos para desarrollar la confianza?

Es mejor si los miembros del grupo ya se conocen. Sin embargo, la confianza mutua y la fe en nosotros mismos pueden ser desarrolladas progresivamente. Estos juegos ayudan a hacer emerger la idea de “nosotros”. También trabajan sobre la proximidad del otro y el contacto corporal.

¿Por qué hacer juegos para refinar los sentidos?

Para un desarrollo físico, mental y emocional sano, es importante que los niños y las niñas utilicen cada uno de los cinco sentidos: la vista, el oído, el olfato, el tacto y el gusto. A menudo no prestamos atención a estas capacidades, a pesar de que nos permiten percibir el mundo. Para los niños y las niñas es apasionante y divertido darse cuenta de estos sentidos y experimentarlos en el juego. Estos juegos están diseñados para despertar la percepción de uno mismo, de los otros y del entorno. Los niños y las niñas aprenden a reflexionar sobre sí mismos. Los juegos han sido creados para desarrollar, agudizar y refinar los sentidos de manera lúdica.



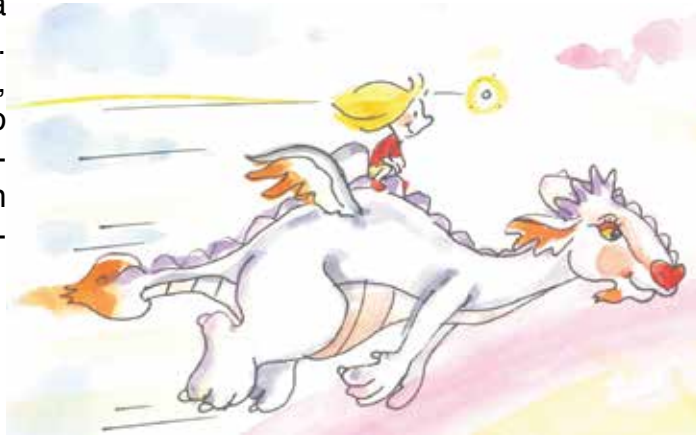
¿Por qué hacer juegos de personajes o teatro?

Los juegos de personajes permiten a los niños y niñas deslizarse en otro modo de ser y de vivir y les ofrecen la posibilidad de adoptar un cambio de perspectiva. Estar en la situación de otra persona les ayuda a desarrollar la empatía. Ya que pueden experimentar en sí mismos un punto de vista distinto al suyo.

Así, desempeñar papeles puede llevar a percibir los conflictos de otro modo. Podemos trabajar un problema dirigiéndolo. Al mismo tiempo, en estos juegos, los niños y niñas se enteran de reglas de comunicación. La puesta en escena teatral da espacio para probar las soluciones a los problemas. Ofrece una atmósfera lúdica para aprender a manejar los conflictos. A los niños les gusta expresarse durante estas actividades.

¿Por qué hacer ejercicios de respiración y relajación?

Los ejercicios de respiración y los juegos de relajación aportan paz mental y descanso muscular. Con la ayuda de la relajación los niños pueden entrenarse en permanecer alerta y a la vez tranquilos. Hoy en día, muchos niños y niñas están estresados, tienen dificultad en concentrarse y fácilmente se distraen. Estos juegos ayudan también a calmarse para pasar a juegos más activos. Los ejercicios con un compañero favorecen la interacción social y estimulan la participación en grupo. El lapso de tiempo de concentración de un niño o una niña se mejora con estas técnicas. También se desarrolla la seguridad, ya que aprenden a percibir su propio cuerpo desde el interior y así a conocerse mejor. Estos ejercicios son apropiados para experimentar emociones apacibles y agradables.



¿Por qué leer las historias de Papui?

Papui, Dragui y AlgoMás

Papui es un muchacho que va a la escuela como todos los niños y niñas. Un día vuelve a casa y tiene mucho miedo. Ya desde lejos puede oír las riñas entre sus padres. Esta vez la disputa es todavía peor que habitualmente. Papui no puede soportarlo y como es demasiado para él, se esconde en su habitación y se retira en su propio mundo fantástico.

Repentinamente siente dentro de él una especie de suave cosquilleo que luego se vuelve más fuerte. Entonces, aparece de repente una luz, un sol minúsculo. Es "AlgoMás". AlgoMás es de hecho la propia fuerza interior de Papui, la fuerza escondida que tenemos en lo más profundo de nuestro ser. Algunos la llaman su ángel de la guarda o el poder de su alma. En su imaginación, Papui y AlgoMás se van lejos de la casa volando y aterrizan en un volcán. Allí encuentran al dragón Dragui. Dragui representa nuestra sombra. Así como AlgoMás es nuestro lado luminoso, Dragui representa nuestro lado sombrío. Son facetas diferentes que tenemos. Dragui escupe el fuego y se vuelve iracundo. Papui tiene miedo de él. AlgoMás no tiene miedo y permanece tranquilo mirando a Dragui, lo cual hace Dragui vacilar. Papui observa que Dragui no le ataca, entonces valientemente se pone delante de él. Empiezan a hablar y Dragui

le cuenta a Papui que sus padres siempre escupen fuego. En el fondo, Dragui busca amor y seguridad, igual que Papui, pero al principio de la historia Dragui no puede admitirlo y escupe fuego. Papui, Dragui y AlgoMás se hacen amigos. Juntos vuelan por el planeta hacia continentes diferentes y viven muchas aventuras. En cada lugar, se dan cuenta de que se puede establecer la paz, si los que pelean comunican y resuelven el conflicto con calma. Durante esta aventura, Papui aprende a conocer mejor el lado sombrío de su ser, tanto como el luminoso, se entera de técnicas para cambiar su forma de reaccionar. Dragui cambia también, aunque sigue escupiendo fuego y enojándose fácilmente, aprende a calmarse y a controlar su ira. En la historia, Dragui y AlgoMás son invisibles a los adultos; solamente los niños pueden verlos. Al fin de la historia, Dragui y Papui vuelven a su casa volando. Primero aterrizan en el volcán de Dragui. El padre dragón y la madre dragona están siempre aullando y escupiendo fuego ferozmente. La madre de Dragui está llena de ira porque ha huido de la casa. El padre de Dragui parece no interesarse por él. Este padre no logra mostrar alegría al ver a su hijo volver sano y salvo. Durante su viaje por el mundo entero, Dragui ha aprendido mucho, pero sus padres no han cambiado. Dragui está decepcionado y decide seguir el vuelo con sus mejores amigos, Papui y AlgoMás. Su parada siguiente es la casa de Papui. Sus padres están felices cuando ven a Papui en el jardín. Ya estaban buscándolo, inquietos. Papui les habla de sus aventuras y de todas las cosas que aprendió. Sus padres le escuchan con atención. Cuando Papui termina con su historia, sus padres de repente descubren a Dragui y AlgoMás. Esto significa que perciben sus partes luminosas y oscuras que a partir de ahora podrán comprender mucho mejor. Podrán hablar y escucharse honestamente, resolver sus conflictos y vivir juntos en paz.

Recomendaciones prácticas para los juegos

Es preferible que uno de los educadores/as ya conozca los juegos. Si no, sugerimos practicar de antemano jugándolos con los compañeros/as para familiarizarse con ellos. Es mejor jugar los juegos de relajación y los juegos para desarrollar la confianza con grupos cuyos miembros se conocen. La sinceridad y un sentimiento de seguridad en el grupo son importantes. Tratar a cada niño y niña con respeto. No es necesario forzar a los niños y niñas a cerrar los ojos si no quieren. Durante la relajación pueden mirar hacia el suelo.

La estructura de las sesiones de grupo con Papui:

1. Comenzamos con un juego para juntar el grupo e introducir la sesión. Alrededor de 10 minutos.
2. Introducimos el tema con una historia, lo más frecuente será una de “ Papui y sus aventuras “, alrededor de 15 minutos.
3. Combinamos el trabajo en equipo, actividades o juego de roles en grupos. Alrededor de 15 minutos.
4. Terminamos con la Relajación. Unos 10 minutos.

Los niños y las niñas a menudo están agitados después de la actividad de grupo, entonces terminamos la sesión con una relajación para calmarlos.

La estructura de las sesiones de grupo



A los niños y las niñas les gusta la estructura. Por eso las sesiones de grupo siempre son hechas con el mismo modelo (hay excepciones). Esto ayuda a los niños y las niñas a sentirse seguros. Estas cuatro actividades forman juntas una sesión de una hora. Se han de hacer paso a paso, según el orden propuesto.

Sin embargo, si se necesita más tiempo y no se puede acabar la sesión en una sola vez, se pueden suprimir sesiones y hacer estas actividades en la siguiente sesión. Sería ideal que las sesiones de grupo con Papui se efectuaran dos veces por semana. ¿Para qué es el Anexo? En el Anexo se encuentra material especial para algunas sesiones. Esto será indicado al principio de la actividad como “material necesario”. Usted definitivamente necesitará este material para la sesión, así que por favor refiérase al Anexo. El texto que proponemos como lectura es una sugerencia para la persona que facilita el ejercicio. Por favor siéntase libre de cambiar la expresión y expresar las mismas ideas con otras palabras. Sugerimos que use música de fondo suave tranquila durante los juegos de relajación. Esto ayuda a los niños y las niñas a calmar y relajarse. En caso de no tener música, procure crear una atmósfera tranquila en el lugar.

I. PRESENTANDO A PAPUI

EDUCADOR/A:

Es nuestra primera sesión de Grupo con Papui. Durante estas sesiones jugaremos y aprenderemos cómo vivir juntos pacíficamente. Aprenderemos cómo ser auténtico, no violentos. Estudiaremos la violencia y la paz. Aprenderemos cómo expresar nuestros sentimientos y el significado de la palabra “empatía”. Veremos cómo podemos resolver los conflictos pacíficamente y cómo podemos ocuparnos de nosotros mismos y de nuestras amistades.

Comenzaremos siempre con un juego y luego leeremos una aventura de Papui u otra historia. Al final de cada sesión nos relajaremos. Las Aventuras de Papui son de un libro llamado Papui y Sus Aventuras. Conoceremos a este muchacho llamado Papui y a sus amigos. Primero, empecemos con un juego!

1. Juego de grupo : El Ratón y el Gato

Materiales : 1 pañuelo o una cinta



EDUCADOR/A:

El juego que vamos a jugar ahora se llama “ El Gato y el Ratón”. “Todos nos sentamos en círculo. Para comenzar todos ustedes son “ratones” y yo soy “el gato” y tendré este pañuelo en la mano (mostrar el pañuelo o cinta). Marcharé alrededor del círculo hasta que deje el pañuelo detrás de un “ratón”. Cuando este “ratón” se da cuenta de que el pañuelo está detrás de él o de ella, debe levantarse y perseguir al “gato”.

El propósito del “gato” es llegar al espacio vacío dejado en el círculo por “el ratón”. Sólo podremos correr alrededor del círculo en el sentido de las agujas de un reloj. El más rápido ocupa el sitio vacío y el juego empieza de nuevo.



2. Historia: Papui - Capítulo 1

Conozcamos a Papui y AlgoMás

EDUCADOR/A:

Formemos grupos de 4 o 5 niños. Miraremos el primer capítulo de la historieta Las Aventuras de Papui, Dragui y AlgoMás. Yo les leeré el texto en voz alta. Luego hablaremos juntos para comprender mejor lo que hemos escuchado.



Nosotros aconsejamos seguir siempre el siguiente método:
Con niños y niñas que saben leer, aconsejamos que usted distribuya los distintos papeles a los niños y niñas para leer la historia con la participación de los niños y las niñas. Con niños y niñas que no saben leer, el/la educador/a lee la historia entera en voz alta.

3 y 4 Actividad y Relajación : Viaje imaginario con "AlgoMás"

Materiales : Una música de relajación, papel y rotuladores de colores
Empezar con el volumen muy bajo.

EDUCADOR/A:

Que todo el mundo se acueste, suave y lentamente sobre la espalda. Cierren los ojos. Si quieren pueden dejarlos abiertos y relajados.

(leer esto lentamente)

Imagina que estás reposando sobre la hierba. El sol brilla. Hace buen tiempo. Sientes los rayos de sol que te cosquillan la nariz. Las nubes flotan en el cielo. A veces ves formas en las nubes, quizá un delfín o una jirafa. ¿ Qué ves? Imagina que puedes ver algo. Todo es apacible y tranquilo. Oyes el canto de los grillos, o el gorjeo de los pájaros. Muy a lo lejos, un perro ladra. Sientes el contacto con la hierba. Te hace cosquillas en la piel. Comienza por imaginar que lo sientes debajo de los talones, las piernas, bajo la espalda, los brazos y el cuello. Los árboles se balancean con la brisa. Siente el viento suave que sopla delicadamente sobre tu piel.

Imagina ahora que hay algo que está contigo para protegerte. Hay algo que está siempre contigo, especialmente cuando todo va mal, cuando todo está difícil, cuando tienes problemas, cuando tienes miedo, cuando tienes dudas. Hay algo que te da fuerza, que te acompaña y te da la impresión agradable de compañía.

Todos tenemos esa fuerza en nuestro interior y es invisible para los demás. Cada persona puede sentirlo de modo diferente. Para Papui es un sol minúsculo y muy brillante, llamado AlgoMás. Posiblemente dentro de ti, ves también esta fuerza como una luz, o una piedra, o una flor, o una determinada forma. ¿ Es tal vez un sonido, un olor, un cosquilleo o algo distinto?

¿ Qué es para ti? ¿ Ya lo sentiste? ¿ Lo conoces bien o es nuevo para ti? Quédate tranquilo un momentito más.

Ahora abre los ojos y puedes levantarte en silencio e ir tranquilamente a tu sitio. Por el momento no hables con nadie. Vas a dibujar tu propio " AlgoMás" y vas a darle un nombre.



2. PRESENTANDO A DRAGUI

1. Juego de Grupo: Atrapar la Cola del Dragón

Este es un juego de movimientos corporales.

Materiales : 2 pañuelos u otro tejido

EDUCADOR/A:

Hoy vamos a conocer a otro personaje de la historia “Las Aventuras de Papui , Dragui y AlgoMás”. Vamos a conocer a Dragui. Primero vamos a jugar un juego que se llama “Atrapar la cola del dragón.”

Formemos dos grupos que tengan el mismo número de participantes. (Ayúdeles a hacerlo.) Cada grupo va a formar un dragón largo y a darle un nombre.

Ahora todos los miembros de cada grupo forman una cola agarrándose por la cintura, uno detrás de otro. (Puede mostrarles el dibujo en página 15 aquí.) La última persona de cada grupo va a poner el pañuelo en su cinturón de modo que éste quede atrás rodando como una cola.

Luego, comenzamos el juego. La persona que lleva la delantera de su dragón tiene las manos libres. ¡ Esta persona debe tratar de coger la cola del otro dragón! Si un grupo se rompe o pierde su cola, la partida está perdida.

Este juego puede ser un poco caótico. Es muy divertido y será mejor si se puede jugar al aire libre.

2. Historia: Papui - Capítulo 2: Conocer a Dragui



3. Actividad de Grupo: Dibuja tu Dragón

Materiales: papel y lápices o rotuladores de colores

EDUCADOR/A:

Nos sentamos alrededor de la mesa, con el papel y algunos lápices de colores. Tenemos tiempo suficiente para dibujar nuestro dragón personal. ¿A qué se parece? ¿Qué colores tiene? ¿Qué forma? Vamos a dibujarlo. Dejemos libre a nuestra imaginación.

4. Relajación: Corta Meditación en Movimiento con un Sonido

Materiales : Un triángulo u otro instrumento similar

Para realizar este ejercicio, es necesario tener espacio libre en la sala. Se lee el texto mientras los niños y niñas hacen la relajación. Se puede repetir dos veces si el tiempo lo permite.

EDUCADOR/A:

Caminar por la sala en silencio. Cuando oigan el sonido del triángulo (después de un minuto o dos, el educador toca el triángulo), paren y se sientan círculo en medio de la sala. Levanten los brazos. Cierren los ojos y escuchen el sonido al mismo tiempo que bajan lentamente los brazos. Cuando dejen de oír el sonido, pongan las manos sobre su regazo en posición abierta como para contener agua. Escuchen el silencio. Ahora estiren todo su cuerpo y abran los ojos.



3. ¿QUÉ ES LA VIOLENCIA?

1. Juego de Grupo: La Lluvia

Pasarse gestos en círculo

EDUCADOR/A:

Vamos a comenzar hoy con un juego que se llama “La Lluvia”. Todos se sientan en círculo. En este juego no hay palabras ni otros sonidos; se juega en silencio.

Yo estaré en el círculo también. Miraré a alguien del grupo y haré un gesto. El primer gesto será éste: (golpeteo de la palma de una mano con un dedo de la otra mano.)

La persona a la que me dirijo repetirá el gesto. Luego miraré al grupo entero y juntos repetiremos el gesto.

- Golpetear con dos dedos en la otra mano
- Golpetear con tres dedos
- Golpetear con cuatro dedos
- Golpetear con todos los dedos
- Golpetear con las manos

Se hace una pequeña pausa antes de leer la historia.

Las veces siguientes se va añadiendo un dedo más y golpeteando más fuerte hasta que el sonido se parezca a una lluvia muy fuerte. Entonces haga una pequeña pausa y comience a leer la historia.

2. El principio: La Historia de una Guerra, ¿Cómo comienza?

EDUCADOR/A:

Hoy vamos a reflexionar sobre la violencia. Muchas personas han experimentado la violencia. Escuchen esta historia.

¿Cómo empieza una guerra?

Papá, por favor, ¿me puedes explicar cómo empieza una guerra? - pregunta el niño a su padre. Sí, de acuerdo, intentaré explicártelo, dice su padre. - Imagina que América envía sus tropas militares a Alaska ... - En aquel momento la madre llega e interfiere: - ¿Cómo puedes decirle al niño semejan-



te tontería? América jamás fue a la guerra contra Alaska. Allí solo hay esquimales, osos polares, focas y pingüinos. ¡Cuentas cualquier cosa! Dice la madre. El padre intenta clarificar: - Querida esposa, quise darle un ejemplo a nuestro hijo para explicarle cómo empieza una guerra. Pero la madre, ahora irritada, dice en tono quebradizo: - Con estos ejemplos estúpidos vas a sembrar solamente la confusión. De todos modos, es una mentira. ¡América jamás inició una guerra contra Alaska! - ¿Qué? ¡Quieres decir que soy un mentiroso! Responde el padre enfurecido. ¡Me tomo un tiempo para explicarle algo a nuestro hijo y tú sólo ves tu punto de vista!

¡Como de costumbre, crees que puedes hacerlo todo mejor! Entonces, ¿por qué no se lo explicas tú? Exclama. La madre replica gritando: ¿Qué? ¿Cómo me hablas? ¡Es un escándalo! ¡Nunca diré nada más! Y se va de la sala dando un portazo. El hijo mueve la cabeza y dice: Queridos padres ya no necesito que me expliquen cómo empieza una guerra; ahora me lo puedo imaginar perfectamente.

Discuta esta historia con los niños y niñas

EDUCADOR/A:

Hablemos juntos de esta historia.

- ¿Qué es lo que pasa en esta historia?
- ¿Qué han comprendido?
- ¿Qué hace el padre?
- ¿Qué hace la madre?
- ¿Cómo se hablan?
- ¿Qué quiere expresar el chico cuando dice:?

Queridos padres, ya no necesito que me expliquen cómo empieza una guerra, ahora me lo puedo imaginar perfectamente.

3. Actividad de Grupo: Hacer un Colaje con Periódicos



Materiales: Tijeras, periódicos, cartulina y cola.

EDUCADOR/A:

Tenemos estos periódicos. Vayan a ponerse en pequeños grupos (4-6 niños y niñas) busquen imágenes que les parezcan están relacionadas con la violencia. Luego pueden recortarlas y pegarlas en la cartulina.

Cuando los colajes están acabados, guardarlos en un lugar seguro ya que se necesitarán para la próxima sesión. En caso de no estar terminados, los niños y niñas pueden llevárselos a casa y traerlos la próxima vez o pueden acabarlos antes de la sesión siguiente.

4. Relajación: Masaje con los Elementos

Materiales: hace falta una manta para dos niños o niñas y si es posible música suave, tranquila y relajante.

EDUCADOR/A:

Colóquense de dos en dos. Van a darse un masaje con movimientos que evocan los elementos de la naturaleza: la lluvia, la tormenta, un buen sol etcétera. Para comenzar, decidan quién será el primero en recibir el masaje. Esta persona se acuesta sobre el vientre y la otra se arrodilla y comienza a masajear suave y regularmente.

A lo largo del masaje explicaré las diferentes maneras de hacerlo según los elementos. Seguir mi ejemplo y tratar de reproducir estos gestos. Luego nos serviremos de eso para contar una historia.

- Una pequeña lluvia fina (golpear con la punta de los dedos).
- Gruesas gotas de lluvia (golpear con el índice y el pulgar, uno tras otro).
- La lluvia lenta (separar los dedos y frotar suavemente de arriba abajo de la espalda con un ritmo regular).
- La tormenta (con los puños hacerlos rodar suavemente subiendo y bajando).
- Un buen sol (poner ambas palmas de las manos sobre la espalda).
- Los rayos de sol (frotar ligeramente con las palmas de las manos de abajo hacia arriba de la espalda).

Lea lento para que los niños y niñas puedan seguir y hacer los movimientos correctos. En caso de que no se acuerden de un movimiento, la explicación de cada movimiento está puesto entre paréntesis en la historia.

EDUCADOR/A:

Ahora vamos a comenzar el juego. Voy a leerles la historia y ustedes van a hacer los movimientos.

Un Paseo por la Playa

El sol brilla y hace calor (*pongan ambas palmas de las manos sobre la espalda*). Se oye el trino de los pájaros en las altas hierbas y los peces nadan en el agua. Todo es pacífico y tranquilo. Oh, pero ahora hay unas nubes que llegan y tapan el sol. Comienza a oscurecer. ¡Hay una tormenta que llega! (*Cierren los puños y rodarlos despacio subiendo y bajando.*) El cielo se llena de nubes sombrías y negras.

El océano se desencadena, los peces se esconden en las profundidades lejos de las olas. Los pájaros alzan el vuelo y buscan un refugio porque ahora empiezan a caer gruesas gotas de lluvia. (*Golpear con el índice y el pulgar, uno tras otro.*) la tierra se vuelve húmeda y mojada. Por todas partes se forman pequeños arroyos que desembocarán en los ríos.

Y luego la lluvia se vuelve lenta. (*Aparten los dedos y rozar despacio desde arriba hacia abajo de la espalda con un ritmo regular.*) Ahora llueve cada vez menos hasta que sólo queda una pequeña lluvia fina (*Golpear con la punta de los dedos.*). Las nubes se van y hace sol de nuevo. (*Pongan ambas palmas sobre la espalda.*)

Los animales salen de sus escondites. Todo el mundo se vuelve a sentir seguro. Los rayos del sol (*Rocen ligeramente con las palmas de las manos de abajo hacia arriba de la espalda*) calientan lentamente la tierra y la secan.

Verificar que cada niño y niña tenga su turno de masaje. Pedir que cambien los papeles y a continuación leer de nuevo la historia.



4. FORMAS DE VIOLENCIA I

1. Juego de Grupo: Presentar su Colaje

EDUCADOR/A:

Hoy vamos a mirar los colajes que hicimos la última vez. Que cada uno se sienta en el mismo sitio con el mismo equipo de la vez anterior en la que hicimos los colajes. Uno tras otro van a mostrar y explicar a los demás vuestro colaje. Queremos saber por qué piensan escogido tal o cual imagen y por qué han que esas imágenes tienen relación con la violencia.

Procurar que todos los niños y las niñas escuchen cada presentación. Al final colgar los colajes en las paredes de la sala.

2. Historia: Papui - Capítulo 3

La violencia puede darse en cualquier lugar y situación.



3. Juego de Interpretar los Personajes de la Historia

EDUCADOR:

Vamos a hacer un juego de rol. Primero les enseñaré como se podrían interpretar los personajes de esta historia y después dos de ustedes lo actuarán.



En primer lugar reflexionar sobre cómo se podría montar esta escena; el educador-a puede, por ejemplo, llamar a un niño para que haga el papel de niño insultado, o bien se pueden hacer grupos de dos y cada grupo interpreta la escena delante de los demás.

4. Relajación: Espiral en Grupo

EDUCADOR:

Ahora vamos a terminar la sesión con el juego de la espiral. Formemos un círculo cogiéndonos de la mano sin aflojar la mano del vecino. Ahora les llevaré en espiral alrededor del niño o la niña en el centro. (Cuando todo el grupo esté enlazado decir a los niños que cierren los ojos durante un instante.) A continuación, el niño o la niña en el centro se agacha y pasa por debajo de los otros para volver y coger mi mano. Lentamente, uno tras otro, sin soltarse las manos, lo siguen haciendo que nos encontremos de nuevo todos en círculo.



23

Procurar que todos estén tranquilos y silenciosos durante este juego. Los aprendizajes en este juego son múltiples ; se genera el sentimiento de pertenencia al grupo, la consciencia de la presencia de cada persona y se desarrolla la concentración.



5. FORMAS DE VIOLENCIA II

1. Juego de Grupo (Para Desarrollar la Confianza)

Se hace con los ojos vendados.

Materiales: Pañuelos o bandas

Si la sala es pequeña se puede hacer fuera.

EDUCADOR/A:

Hoy vamos a jugar un juego para desarrollar la confianza. Se juega por parejas, tienen que elegir la persona con la que van a jugar y decidir quién será “A” y quién “B”.

“ A ” será el primero en llevar los ojos vendados. (Si alguien no quiere ponerse la banda en los ojos, está bien, pero tiene que cerrarlos durante el juego.)

“ B ” está ahora al cuidado de su pareja con los ojos cerrados o tapados y cogiéndola de la mano la guía a través de la sala.

Esto se hace con mucho cuidado para que la persona pueda relajarse y confiar totalmente. (Recuerden que después serán ustedes quienes harán el papel de ciego.)

Después de algunos minutos decir a los niños y las niñas que cambien los papeles. Ahora será “ B ” la persona con los ojos vendados y “A” será su guía.

MUY IMPORTANTE:

El/la educador/a debe cuidar constantemente que la persona que guía a su pareja “ ciega ” actúe de corazón, con dulzura y prudencia. La persona que lleva los ojos tapados necesita confiar totalmente en su guía y éste no debe traicionarle para divertirse. Si esto se produce es mejor parar el juego completamente.

2. La historia : No hay historia.

3. Actividad de Grupo: El Barómetro de la Violencia

Materiales : Una hoja grande de papel (A2), rotuladores, lápices de colores o tiza azul y roja.

El propósito del juego es que los niños y niñas tomen consciencia de los diferentes grados de violencia.

Dibujar en el suelo, o sobre una hoja grande de papel, el barómetro de la violencia tomando este como ejemplo. Preparar las tarjetas recortándolas de antemano (ver el anexo no.1) y dar a cada niño y niña una tarjeta.



EDUCADOR/A:

Sentémonos todos en círculo alrededor de este barómetro.

Hoy vamos a trabajar sobre diversas formas de expresar la violencia. Los actos violentos no se limitan sólo a la guerra o a romperle las narices a alguien o darle un puntapié. Ofender a alguien con la palabra, acosar a una persona más pequeña o dar patadas a una puerta también es violencia.

Voy a darles a cada uno de ustedes una pequeña tarjeta en la que hay escrita una acción. Ven que he dibujado aquí delante un barómetro. ¿Qué es un barómetro? Es algo que se parece a un termómetro pero en lugar de medir grados de temperatura, el barómetro mide los grados de presión.

- El AZUL quiere decir muy poca o nada de violencia.
- Del AMARILLO al NARANJA indica cada vez más violencia.

Cuanto más se acerca al ROJO más violento se vuelve.

Leer en voz alta la acción indicada en vuestra tarjeta. Luego ustedes pondrán su tarjeta al lado del barómetro. Explicarnos por qué escogen ponerla en el azul, el amarillo, el naranja o el rojo.

Por ejemplo acosar. ¿Es el acoso muy violento o poco violento? ¿En qué punto o altura de presión creen que debe estar? ¿Muy rojo, más bien naranja, o lo pondrían en el azul?

4. La relajación : Estar en las manos de alguien

Todo el mundo se acuesta sobre la espalda con la cabeza en las manos de su pareja de relajación.

Materiales: música relajante, si es posible.

Poner la música de fondo suave. Si esto no es posible crear una atmósfera tranquila y que inspire seguridad. Procurar que los niños se agrupen con la amiga o el amigo que les inspire más confianza.

Tras unos minutos se cambiarán los papeles: La persona “A” se acostará y la “B” estará sentada.

EDUCADOR/A:

Para la relajación vamos a ponernos de dos en dos. Cada par decide quién es “A” y quien es “B.” Para empezar, todos los “A” van a sentarse en una posición confortable, con las manos sobre el regazo, las palmas visibles. “B” se acuesta sobre la espalda delante de “A” y coloca su cabeza en las manos de “A.” Las dos personas han de estar confortables; luego cerrareis los ojos y todo el grupo guardará un momento de silencio (Aproximadamente 3 minutos).



6. LA VIOLENCIA SE PUEDE DAR EN CUALQUIER LUGAR

1. Juego de grupo: El jefe amerindio "Ojo de Águila"



Materiales: un tazón o una cesta, un pañuelo o banda, un llavero con llaves

EDUCADOR/A:

Para este juego vamos a sentarnos todos en círculo. Yo elegiré una persona de su grupo para hacer de jefe amerindio que se llama "Ojo de Águila." Ese jefe se sentará en el centro del círculo. "Ojo de águila" tendrá los ojos vendados (o bien los mantendrá simplemente cerrados). Delante de él colocaremos un cesto y su tarea será impedir que alguien venga a dejar las llaves en el cesto.

Si el jefe tiene la impresión de que alguien se acerca podrá quitarse el pañuelo o abrir los ojos y gritar "¡Alto!"

Si el jefe percibe correctamente que alguien se acerca, esa persona es la que va al centro y se convierte en el nuevo jefe "Ojo de Águila."

Pero si el Jefe grita "¡Alto!" y no acierta, debe quedarse en el centro y continuar hasta que atrape a alguien.

Nota importante:

Este juego debe jugarse en silencio absoluto. El jefe necesita oír si alguien se acerca.

2. Actividad de Grupo: La Violencia Verbal

Materiales: La tarjeta No.2 "Violencia Verbal" (ver la lista de los materiales) o el CD con un proyector y pantalla.

Empezar mostrando a los niños y las niñas la tarjeta o su imagen en la pantalla.



EDUCADOR/A:

La última vez hablamos de la violencia psicológica. Hoy vamos a hablar de otra forma de violencia.

- ¿Qué ven en esta imagen?
- ¿Qué hace este hombre?
- ¿Qué creen que siente la niña?

(Establecer una pequeña discusión con los niños y las niñas.)

Ahora les leeré una historia y a continuación la pondremos en escena. Esta mañana el padre de Kim le pide que se ocupe de su hermano pequeño durante media hora pero a Kim se le olvida. Ella tenía muchos deberes ese día y también debía prepararse para sus clases.

Su padre llega a casa y la regaña: "¡No sirves para nada! ¡No puedo contar contigo! ¡Eres una inútil!" Kim tiene miedo y empieza a llorar, no tiene la ocasión de explicar por qué no ha podido ocuparse de su hermano. Su padre la regaña sin más.

Esto se llama violencia verbal.

3. Juego de Personajes

Materiales: un gong o un silbato

Primero demuestre como se podría interpretar la escena y después invite a dos niños o niñas a hacerlo.

ATENCIÓN:

Este juego tiende a crear una atmósfera de ruido en la que los niños y niñas pierden fácilmente el control. Para volver al orden el/ la educador/a necesita dar palmadas fuertes o sonar el gong o dar un pitido para ayudar a los niños y niñas a calmarse y centrarse de nuevo.



EDUCADOR/A:

Vamos a hacer un juego de personajes. Primero haré una demostración y luego dos de vosotros lo pondrán en escena. Si pierden el control sobre ustedes mismos o si empiezan a hablar demasiado fuerte silbaré o tocaré el gong. Al oír esto todos deben hacer silencio y recordar quiénes son realmente, antes de que podamos continuar. Para ello podemos utilizar la respiración, inspirando y expirando profundamente tres veces seguidas.

Ahora os voy a enseñar otras dos imágenes que muestran violencia. No vamos a escenificar estas imágenes sino discutir lo que vemos.

Ficha No.3, "La Violencia contra Cosas"



Mostrar la tarjeta No.3 "Violencia contra cosas" y pedir a los niños y niñas que describan lo que ven. Establecer un corto diálogo sobre este tema. (Aquí no hay ningún juego de personaje)

EDUCADOR/A:

- ¿Qué ven en esta tarjeta?
- ¿Cómo llamarían a esta clase de violencia?
- ¿Alguna vez han hecho algo así?
- ¿Alguna vez han visto violencia contra cosas?

Ficha No.4 "La Violencia Física."

Mostrar la tarjeta No.4 y preguntar a los niños y las niñas qué ven. Inspirar una corta discusión sobre este tema. (Aquí no hay ningún juego de personaje)



EDUCADOR/A:

Probablemente aquí todos sabemos que se trata de la violencia física. ¿Qué ven en esta imagen?

Leer el siguiente texto en voz alta y lentamente. Mantener una atmósfera tranquila. Al final de la historia los compañeros cambiarán de papeles y usted vuelva a leerles la historia.

4. Relajación: Los Animales Juegan en la Colina

EDUCADOR/A:

De nuevo es momento de relajarse. Sentémonos en círculo. Tomen como compañero a la persona que se encuentra a su derecha. Decidan entre ustedes quien será “ A ” y quien “ B. ” Para empezar “ A ” estará delante y “ B ” estará detrás. “ A ” se sienta confortablemente y se relaja mientras que “ B ” le masajea siguiendo las instrucciones que voy a leerles.

Escuchen esta historia:

Imaginen que todos estamos fuera paseando tranquilamente. Nos hemos paseado en lo mas alto de una colina verde. El viento sopla dulcemente y las hierbas se balancean. El sol brilla y calienta agradablemente nuestras caras. Los animales están felices. Erase una vez un ratón curioseando todo y especialmente las cosas que podía hacer en esta colina.

Los dedos de una mano suben y bajan la colina.

La colina es la espalda de la persona que estás masajeando.

Llega un caracol. Se desliza muy lentamente sobre la colina. Sube y baja.

La otra mano plana hace como el caracol.

De inmediato he aquí que llega un canguro. Saltando llega con facilidad a subir y bajar la colina.

Las dos manos imitan al canguro (que salta).

Una pequeña hormiga se aproxima y con sus pequeñas y ligeras patas explora la colina en busca de comida.

Un dedo toca muy ligeramente y salta por toda la espalda.

Dos tortugas de tierra avanzan lentamente por la colina.

Las dos manos frotan la espalda con dulzura.

He aquí un bonito día que llega a su fin. El sol se pone tras la colina. Los animales se han ido contentos.



7. TIERRA DE PAZ

1. Juego de Grupo: Guiñar el Ojo

EDUCADOR/A:

Hoy empezaremos la sesión con el juego “ Guiñar el ojo. ”

Vamos a dividirnos en dos grupos, grupo 1 y grupo 2.

El grupo 1 se pone en círculo y el grupo 2 hace un círculo alrededor del grupo 1. Todos están mirando al centro donde yo voy a estar.

Después, los del grupo 2 se sitúan exactamente detrás de una persona del círculo interior formado por el grupo 1.

Cada niño o niña del círculo exterior (grupo 2) debe poner las manos sobre los hombros de la persona que está delante.

Ahora voy a guiñar el ojo a alguien del círculo interior (grupo 1). El propósito del juego es que la persona en el centro intercambie su sitio con alguien del círculo interior.

PERO, la persona que permanece detrás quiere evitar esto e intentará retenerlo por los hombros. Así que hay que observar con mucha atención a la persona del centro para ver a quien le guiña el ojo porque esta persona intentará escapar.

Cuando un niño o niña a quien se le ha guiñado el ojo se escapa, la persona detrás, que lo ha dejado escapar, va al centro y el juego recomienza.

A mitad del tiempo de juego hacer que cambien de círculo todos los niños y niñas (los que estaban detrás pasan delante).

Este juego sólo puede ser jugado con un número impar de jugadores, el educadora debe ajustar. Procurar que el niño en el centro no guiñe el ojo siempre a la misma persona. Animar a los niños a que jueguen suavemente sin empujarse muy fuerte.

2. Historia: Papui - Capítulo 4

Descansando en la Tierra de Paz



3. Actividad de Grupo: Dibuja tu Tierra de la Paz

Materiales: Papel y lápices de colores

EDUCADOR/A:

Cojan su hoja de papel y los lápices antes de sentaros. (Según el espacio disponible dejar que los niños y niñas se sientan en su lugar habitual o en el suelo.)



Comenzar por cerrar los ojos.

Ahora imaginen su Tierra de Paz, el país de sus sueños. ¿A qué se parece? ¿Qué ves? ¿Qué puedes hacer allí?

Coge el papel y los lápices y dibuja tu país de ensueño, ese lugar donde jamás hay violencia.

4. La relajación: Un encuentro en el pozo

(Esta historia es para niños y niñas mayores de diez años)

Si los niños y niñas en su grupo tienen más de 10 años podéis servirlos de esta relajación. De otro modo les proponemos una alternativa más tarde en este texto, una actividad relajante apropiada para niños y niñas más pequeños. Crear una atmósfera tranquila y si es posible poner de fondo una música suave.

Materiales: Música de relajación

EDUCADOR/A:

Un viejo monje vivía solo en las montañas en un monasterio. Unas personas de la ciudad llegaron y le preguntaron: “¿Por qué vives así, tan solo en este silencio y en la soledad? ¿No es aburrido?” El monje, que estaba sacando agua del pozo, le respondió a su visita: “Miren dentro del pozo. Qué es lo que ven?” Miraron hasta las profundidades del pozo: “No vemos nada, sólo agua.”

Después de un pequeño rato el monje les pidió de nuevo mirar dentro del pozo. “¿Qué ven ahora?”

Luego el monje les explicó, “Más temprano, cuando justo había jarreado agua del pozo con mi cubo, el agua estaba agitada, llena de pequeñas olas. Ahora está calmada otra vez. Esta es la experiencia del silencio: En este silencio, uno se puede ver a sí mismo. Y cuando nos calmamos, podemos ver al mundo a través de ojos distintos.”

Discusión con los niños y niñas:

- ¿Quién puede contar la historia en sus propias palabras?
- ¿Qué piensan que quiere expresar el monje cuando habla de la experiencia del silencio?
- ¿Qué experiencias han tenido ustedes con el silencio? Cuando todo a su alrededor está en silencio, cómo se sienten?

Relajación alternativa a partir de los seis años: Circulo grande - circulo pequeño

Material necesario: Música relajante, bandas

EDUCADOR/A:

Para este ejercicio de relajación, todos se van a vendar los ojos (o cerrar sus ojos). Nos ponemos en circulo. Estiren sus brazos hacia ambos lados, ambos brazos, el izquierdo y el derecho. Los brazos se tienen estirados hacia los lados y tocan las puntas de los dedos de sus compañeros.

Ahora se mueven lentamente hacia el centro del circulo. Sienten como sus dedos lentamente van subiendo los brazo de sus compañeros. Lentamente los brazos pasan por los hombros de los compañeros. Nos estamos acercando más y más, hasta que todos estén parados hombro con hombro. Ahora nos regresamos lentamente a la posición en la que estábamos al principio.

Durante este juego, usted debería estar parado fuera del circulo, observando y dando las instrucciones. En caso de que un niño o niña se mueva demasiado rápido, recuerde a los niños y niñas de mover lentamente y tener cuidado de que nadie se haga daño.



8. COMUNICACIÓN Y LENGUAJE CORPORAL

1. Juego de Grupo: Teléfono

EDUCADOR/A:

Hoy hablaremos de la comunicación. Primero vamos a jugar un juego. Lo que notamos es que a veces oímos algo diferente de lo que una persona en realidad dice. Vamos a sentarnos en el suelo. Yo susurraré un mensaje al primer niño en la fila. Este mensaje va a ser una frase simple. (Ustedes pueden usar esta frase o inventar una propia: “ Hoy los monos corren por la selva.”)

A continuación, el primer niño o niña susurra el mensaje “al oído del siguiente niño o niña y este al siguiente, hasta llegar al último niño o niña. El último niño/a dice el mensaje en voz alta. Si el mensaje es correcto, el primer niño/a dice “sí”. Por lo general, el mensaje ha cambiado y está todo revuelto.

Recuerde a los niños y niñas que hablen claro. Dependiendo del número de niños con los que se trabaje se puede dividir el grupo en dos. Cada grupo no debe contener más de 15 participantes. Dependiendo del tiempo y el tamaño del grupo, se puede repetir el juego varias veces con frases diferentes.

2. Historia: Papui - Capítulo 5

Chispas Volando



3. Actividad de Grupo: Discusión y Pantomima

Material necesario: Anexo No. 2, Ficha No. 7

El/la instructor/a da una breve explicación sobre la comunicación.

EDUCADOR/A:

¿Por qué es tan difícil comprendernos cuando hablamos juntos? ¿Aparte de palabras, que cosas creéis que son importantes cuando hablamos unos con otros?(Ayudar a que los niños y niñas discutan esto.)

No sólo son las palabras que usamos, sino también cómo hablamos. Nuestras expresiones faciales y corporales son importantes.

Ahora voy a sostener una tarjeta y ustedes me van a decir qué expresión ven en la tarjeta.



Pantomima: Adivinación

(Tarjetas con: caras y posturas del cuerpo: molesto, sorprendido, ofendido, feliz, con miedo, y triste.)

Material necesario: cortar trozos de papel (ver anexo 2), bolsa, cesta o sombrero

Recorte los pedacitos de papel anteriormente. Doble los pedacitos de papel para que no se vea lo que se ha escrito y póngalos en un bolso o en las manos.

EDUCADOR/A:

El siguiente juego es un juego de pantomima. Cada uno de ustedes pasará y sacará un papel del sombrero (o independientemente del contenedor). Lo que tú has leído en tu papel es un secreto y no debes decirlo a nadie.



Ahora, nos reunimos en un semicírculo. El primer niño/a da un paso adelante y representa en la pantomima (“la pantomima consiste en representar por medio de gestos, sin palabras lo que hay escrito en el papel.”)

Por ejemplo supongamos que yo tenga la tarjeta “sorprendida”. Entonces muestro con mi cuerpo y mi cara los gestos que hago cuando estoy “sorprendida” (haga una demostración) y los espectadores tienen que adivinar a qué corresponde la expresión.

*i Guau! ¡Esto es asombroso!, dice ella
Nunca me imaginé que esto podría pasar. “
Esto representa ‘sorprendida’.*

Uno por uno, los niños y niñas hacen una breve demostración de la expresión que está escrita en su tarjeta.

4. Relajación: Canción “Brilla, brilla Estrella Azul...”

EDUCADOR/A:

Hoy terminaremos la sesión cantando una canción para relajarnos. Todos de pie, formando un círculo, vamos a cantar la canción “brilla, brilla estrella azul ...”

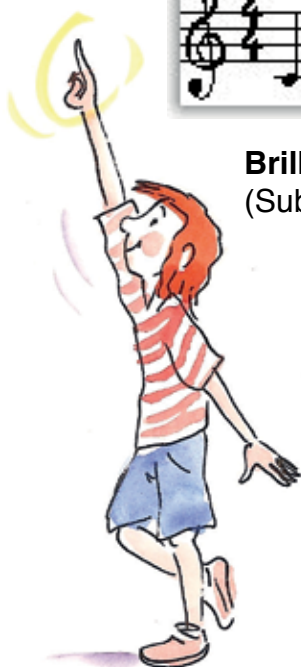
En caso de que esta canción en inglés sea demasiado difícil, seleccione otra de su cultura que pueda ser representada.



Brilla, brilla estrella azul
(Subir las manos, abrir y cerrar los puños)



yo ya se quién eres tú
(Poner el dedo índice en la sien)





tu reflejo de diamante



(Apuntar hacia el cielo con el dedo índice)
ilumina cada instante
(Formar un diamante con ambas manos)



juntando los índices y los pulgares)
Brilla, brilla, estrella azul
(Poner las manos en el aire, abrir y cerrar)



Yo ya se quién eres tú
(Poner índice en la sien)



9. ENVIAR “MENSAJES PERSONALES”

1. Juego de Grupo: Codo en la Rodilla

Material necesario: si es posible, música para bailar

EDUCADOR/A:

Hoy descubriremos más sobre la comunicación y cómo hablar sin herir los sentimientos de otra persona.

Primero vamos a jugar un juego para entrenarnos. Se llama “el Codo en la Rodilla.” Pondré alguna música y trabajaremos por parejas. Luego nos moveremos juntos al son de la música. (Si no hay música, se pueden dar palmadas.)

Luego pararemos la música y yo nombraré dos partes de cuerpo, por ejemplo “Codo y Rodilla”. Entonces ustedes rápidamente tienen que tocar con su codo la rodilla de su pareja de juego y así con las demás partes del cuerpo. Y al hacerlo deben quedarse un momento sin moverse. Luego pondré la música otra vez y ustedes continuarán el juego. (si no hay música, se hace dando palmadas y los niños y niñas se mueven con el ritmo de las palmas.)

Estas son las combinaciones de ejercicios:

- Codo y Rodilla
- Planta del pie y planta del pie
- Mano y Cabeza
- Pulgar Nariz
- Cuerpo y cuerpo
- Hombro y Oído
- Hombro y hombro





2. Historia: Papui - Capítulo 6

Cielo Nublado



3. Actividad de Grupo: Discusión y Juego: Enviando "Mensajes Personales"

El educador-a escribe sobre la pizarra:

ENVIAR "MENSAJES PERSONALES" significa:

Cuando quiero decir a otra persona algo, hablo como "yo".

No digo "uno", "cada uno" o directamente tú o "usted".

Diciendo tú nos ocultamos detrás de un ataque.

Por ejemplo: " Tú me pones nervioso. "

En lugar de esto es mejor decir " Estoy enfadado porque ... "

Material necesario: Una hoja de papel grande con dos encabezados:

"Mensajes -Yo" y "mensajes -tú". Dejar que los niños y niñas escojan sus propias frases para para escribirlas bajo los dos encabezados.

Anexo No 3

Ficha de trabajo (si no hay tiempo, utilizar la ficha de trabajo y dialogar con los niños y niñas). Ejemplos de “mensajes personales”: Yo estoy enfadado. “mensajes-Tú”: Tú eres estúpido.

EDUCADOR/A:

Vamos a sentarnos todos en un círculo y hablar de estos mensajes personales. Podemos evitar echarle la culpa a alguien diciendo “yo” al comienzo de la frase. Los “mensajes personales” nos enseñan a todos que cada persona es responsable de sus propios sentimientos y percepciones. Los “mensajes -Tú” culpan a la otra persona y la ponen a la defensiva.

Tenemos estas dos listas aquí. Una se titula “mensajes-yo” y la otra se llama “mensajes - tú.” Ahora ustedes seleccionan sus propias frases para estas dos listas y yo las escribiré debajo de la lista correspondiente. Luego discutiremos lo que han decidido escribir y por qué.

Anotar todas las frases mencionadas por los niños y niñas. Atender para que cada niño contribuya con su mensaje. Lo ideal es que uno o más niños/as lean en voz alta los mensajes, o bien que cada niño/a lea los mensajes que ha seleccionado. Durante esta charla con los niños y niñas sobre las diferentes frases, es importante resaltar que cuando una persona se siente atacada o cuando necesita defenderse, su voluntad para resolver el conflicto disminuye.

Interpretar un papel:

EDUCADOR/A:

Ahora vamos a interpretar un papel. Interpretaremos la situación siguiente. Lo haremos de dos modos diferentes: Primero actuaremos como de costumbre y después lo haremos utilizando “mensajes-yo”.

Ahora voy a leer la primera situación:

1. Hay una pelota en el suelo. Dos niños quieren jugar con ella e intentan atraparla al mismo tiempo. Luego argumentan sobre de quién es la pelota.

(elegir dos niños/as para interpretar esto.)

EDUCADOR/A:

Ahora tenemos otra situación: (elegir otros dos niños para interpretarla)

2. Dos niños están jugando su juego favorito. Una niña les pregunta si puede participar. Los dos niños no le prestan atención y la niña se siente herida y rechazada.

Ahora vamos a hablar de lo que habéis interpretado.

- ¿Qué fue fácil?
- ¿Qué fue difícil?
- Creen que hay alguna ventaja cuando usamos los “mensajes -Yo”?

4. Relajación: Relajación Estrella

Material necesario: Música relajante

EDUCADOR/A:

Para finalizar esta sesión haremos una relajación llamada “Relajación Estrella.”

Un grupo de niños/as, como máximo ocho se acuestan en el suelo boca arriba. Sus cabezas en el centro del círculo y sus pies hacia el exterior. (Si es necesario pueden formarse más de una estrella de ocho niños/as.)

Cerrar los ojos y ajustar la postura hasta que se sienten cómodos. Concéntrate ahora en los sonidos que llegan del exterior. Intentar imaginar que o quién produce esos sonidos. ¿Es un pájaro, un coche, el mar...? ¿Qué es?

Ahora concéntrate en su cuerpo. Sientan la parte que toca el suelo. ¿es duro, frío, suave? Ahora escuchen con atención esta música. ¿Qué les sugiere, qué imágenes les trae a la pantalla de su mente o película interior?



10. REGLAS DE LA COMUNICACIÓN

1. Juego de Grupo: "El Mago y la Estatua"

Material necesario: se puede usar un tambor u otro objeto para la señal acústica.

Los niños y niñas deciden de antemano si va a ser con señal acústica. Puede ser una palabra mágica, una palmada o cualquier otro signo sonoro.

EDUCADOR/A:

Vamos a jugar el juego del mago y la estatua. Utilizaremos este sonido (hacer que lo oigan). El primer mago será... (escoger a alguien). El resto de ustedes puede moverse libremente por la habitación. Al oír el sonido del "mago" todos ustedes tienen que quedarse petrificados como si fueran estatuas. Las estatuas pueden ser liberadas de nuevo con el toque del mago. Cuando sientan el toque del mago pueden moverse de nuevo libremente por la habitación.

Durante el juego el instructor decide cuándo cambiar de mago, procurando que el máximo posible de niños/as puedan interpretar el personaje.

2. Historia: Sin Historia.

Rayos y centellas

3. Actividad de Grupo: Aprender a Escuchar

EDUCADOR/A:

Vamos hacer una actividad que nos enseñará a escuchar realmente lo que otra persona nos quiere decir.

Vamos a formar dos círculos con el mismo número de sillas (o bien en el suelo), un círculo interior y otro exterior. Cada niño/a del círculo interior se gira hacia el exterior, es decir frente a otra persona del círculo exterior. De esta manera cada uno de vosotros está sentado frente a su pareja de juego.

Debe haber un poco de distancia entre las parejas. Cada pareja va a hablar sobre algo que los dos conocen, por ejemplo la fiesta de navidad, Año Nuevo, Pongal, Diwali... (Dependiendo del contexto cultural, el educador-a sugiere un tema).

Ahora los niños/as del círculo exterior empiezan a hablar de esto con sus compañeros durante unos minutos. ¡Hay que utilizar al máximo las expresiones faciales! (decirles que paren después de 2-3 minutos).



Luego les toca hablar a los niños/as del círculo interior. Cada uno le dirá a su compañero lo que ha oído y también las expresiones faciales que vio mientras lo escuchaba.

Empezarán diciendo “yo he entendido que ...” Si el otro cree necesario corregir al oyente, que lo haga.

(Darles unos minutos para esto y luego cambiar).

Ahora todos los niños/as en el círculo interior se levantan y mueven una silla (o posición) a la derecha, de modo que usted quede frente a una nueva persona. Esta vez, las personas que se sientan en el círculo interior van a hablar del festival y los niños/as de círculo externo van a escuchar. ¡No olvide usar expresiones de la cara y gestos! (Después de 2-3 minutos dejen que los demás hagan la parte “he entendido ...”)

(Después de completar este ejercicio, haga alguna pregunta para poder evaluar el resultado).

- ¿Fue duro escuchar a la otra persona sin interrumpirla?
- ¿Qué dificultades ha tenido al hablar?
- ¿Era fácil repetir lo que oía de su pareja de juego?

4. Relajación: Parar y Andar

Es posible que la actividad anterior tome bastante tiempo, entonces hay que observar cómo está la energía de la clase. Puede que sea suficiente que cada persona cierre los ojos durante un minuto antes de terminar la sesión.

O si hay bastante tiempo y energía se puede jugar este juego: ¡“Parar y andar!”

EDUCADOR/A:

Bien, ahora nos ponemos de pie y nos movemos alrededor de la habitación. Tan pronto como alguien diga “Parar”, nos paramos. Tan pronto como alguien diga “Andar”, nos movemos.

Yo empezaré diciendo “Parar” y a partir de ahí cualquiera de ustedes puede decir “Parar” o Andar!” El juego funciona cuando cada persona está atenta a los demás. Sólo un jugador puede dar la instrucción y los otros han de seguirla.

II. PERCEPCIÓN

Este capítulo es para niños/as a partir de 12 años.

1. Juego de Grupo: "¡Atención! Fíjese bien"

Hoy hablaremos de "la percepción". "La percepción" es la manera en que vemos las cosas. Aunque miramos las mismas cosas, ocurre a veces que cada persona las ve de modo diferente. ¿Cómo puede ser eso?

Primero vamos a jugar un juego que nos va a dar una idea de esto. Se llama: "¡Atención fíjese bien!". Nos dividimos en dos grupos y hacemos dos filas. De pie uno frente a otro separados por una distancia de dos metros. Ahora fíjense bien en la persona que tienen enfrente y recuerden su apariencia (la ropa, las gafas, el calzado ...). Tienen 30 segundos. (Deles 30 segundos, cronometre el tiempo con su reloj y luego dígalos que se den la vuelta.)

Ahora cada uno gira y queda de espaldas a su pareja de juego. Tienen 2 minutos para cambiar algo en su modo de vestir o apariencia. (Mire el tiempo y dígalos cuándo se han de dar la vuelta.)

Cuando están de frente nuevamente, miren de nuevo a su pareja de juego y busquen los cambios que ha hecho, tienen un minuto para esto. Por cada observación correcta, la fila gana un punto. Por cada observación incorrecta la fila pierde un punto. (Cada niño/a dice su observación en voz alta. Y se sigue el orden de la fila.)

2. Historia: Papui - Capítulo 7

Árboles Maravillosos



3. Juego de Grupo: Hacer unas Gafas

Material necesario: tijeras, cartulina lápices, papel transparente de colores, pegamento y el patrón de las gafas (Anexo, Última Página)



Prepare el material para que cada participante pueda cortar sus propias gafas usando el patrón o modelo que está en el anexo.

EDUCADOR/A:

Ahora vamos hacer unas gafas de colores como las que llevan Papui y Dragui en las historietas. Siéntense en su mesa. Les voy a dar un papel con el dibujo de las gafas para que lo recorten. Cortaremos la parte correspondiente a los ojos y pegaremos allí el papel de color transparente. La forma o contorno de las gafas la pintan del color que más les guste.

Ahora ya pueden mirar a través de las gafas cromáticas. (ver si alguien necesita ayuda.) Ahora ya tienen sus propias gafas de color para ver el mundo. Hoy lo ven amarillo, verde o rojo.

Esto es un ejemplo de cómo cada persona percibe a su manera. Podemos decir que cada persona tiene su propio fondo (color), que hace que su percepción sea distinta de las demás. ¿Conocen alguna situación en la que hayan visto las cosas de modo diferente a alguien?

4. Relajación, Juego de Grupo: Experiencia de Tocar la Naturaleza

Material necesario: Tapaojos

Este juego es mejor hacerlo fuera.

EDUCADOR/A:

Ahora vamos a jugar un juego de confianza. Es muy importante que lo tomemos en serio. Tenemos que hacerlo con tranquilidad. La persona que está con los ojos vendados necesita confiar en su guía totalmente. La persona que guía es totalmente responsable de su pareja de juego.

Busquen una pareja de juego. La persona que guía se llama B y la otra A. Primero A se tapa los ojos (si alguien rechaza el vendarse los ojos, se puede hacer cerrándolos y teniendo cuidado de no abrirlos). Después B guía A hacia un árbol. (Dependiendo del entorno, si no hay árboles se puede hacer con otras cosas, rocas piedras... Si juegan en el interior, se puede elegir algo que esté al otro lado del aula).

Ahora A empieza a explorar el árbol, la textura del tronco, las ramas, las hojas... durante dos o tres minutos y después regresa al punto de partida, llevada por su guía B.

Al final las A se quitan la venda y vuelven otra vez cada una a su árbol para sentirlo con los ojos abiertos y comparar todos los detalles y percepciones, las diferencias que hay entre ver y sentir con los ojos cerrados y con los ojos abiertos.

Se cambian los papeles. (Cuando todos hayan terminado) Ahora reunámonos en un círculo. ¿Cómo se sienten ahora?

Cierran sus ojos durante un momento. Inspiren profunda y lentamente y expiren. (Dos o tres veces) Ahora imagínense el árbol (o el objeto que ustedes tocaron). Mírenlo con su visión interior. (Deles un minuto para esto.) Ahora abran los ojos.

Evitar que alguien se haga daño. Y asegurar que este juego se tome en serio. La persona vendada necesita confiar totalmente en su guía.



12. MÁS SOBRE LA PERCEPCIÓN

Este capítulo es para niños/as y adolescentes a partir de los 12 años de edad.

1. Juego de Grupo: Tocar Algo en la Naturaleza

Obtener objetos de la naturaleza, darles un adjetivo de acuerdo a su forma, textura u otra cualidad.

Material necesario: un pañuelo grande o algo similar, muchos objetos o cosas de la naturaleza (colectadas por los niños y niñas) Música suave de fondo.



EDUCADOR/A:

Primero tienen que traer un pequeño objeto natural. Puede ser una piedra, un palito, una semilla, una hoja de árbol...y lo traen aquí dentro. Es un secreto, y lo han de mantener escondido.

Importante: No debería ser algo desagradable. No debería ser algo que corte o cause heridas. (Supervise a los niños y niñas recogiendo estos materiales.)

Ahora ocultamos todas las cosas en una bolsa de tela. Cada persona inspecciona la bolsa y toca uno de los objetos sin verlo (ya que está dentro). Siéntanlo. Piense al menos en cuatro palabras (más o menos según la edad) adjetivos (duro, suave, blando ...) que describan el objeto.



Ahora le toca el turno a la otra persona, su pareja de juego. Otra vez piense en cuatro palabras (adjetivos) que describan el objeto. Está hablando la otra persona de las mismas propiedades o cualidades del objeto, está usando los mismos adjetivos? ¿Son muy diferentes de los suyos? Sólo cuando se hace este cambio se puede sacar el objeto de la bolsa y mirarlo. ¿Tenía Usted razón o lo que pensó era algo totalmente diferente?

Nota para el educador-a: Permanezca muy atenta durante estas discusiones y si fuera necesario ayude individualmente para que no quede nadie sin hablar de su objeto. Sólo cuando este intercambio final es completado se puede mirar el objeto.

2. Historia: ¿Qué es un Elefante?

Material necesario: Ficha No 5.

EDUCADOR/A:

Por favor miren esta ficha. Voy a leerles la historia de Buda sobre el Elefante. ¿Qué es un Elefante?

Buda dice:

Había una vez un Rey de Benares (India) que quiso divertirse e invitó a unos mendigos a su palacio. Estos mendigos eran ciegos de nacimiento. El rey prometió un premio para la mejor descripción de un elefante. Resultó que el primer mendigo para examinar al elefante se acercó a su pata y dijo que el elefante se parecía a un tronco de árbol. El segundo, que tocó la cola, explicó que el elefante se parecía a una cuerda. El otro, que sostenía la oreja, insistió en que el elefante se parecía a una hoja de palma. Los mendigos comenzaron a discutir entre ellos y el rey se divirtió mucho.

- ¿Qué pasa en la historia?
- ¿Por qué cada mendigo da una descripción diferente del elefante?
- ¿Pueden pensar en una situación en la que ustedes, ven, perciben solamente una parte de algo?

(Discuta esto con el grupo.)

3. Actividad de Grupo: Palabras Clave y Discusión

Material necesario: Papel y lápiz

La persona que coordina el juego escribe esto en la pizarra. Discutir las palabras clave con los niños/as y preguntarles si recuerdan incidentes cuando esto les podría haber ayudado.

Palabras clave: ¿Qué puedo hacer para percibir realmente bien?

Observar dos veces:

¿Era realmente así? Comprobar de nuevo. ¿Era realmente así?

Preguntar:

¿Podría estar equivocado?

Intercambiar percepciones:

Hablen con otras personas sobre lo que ellas vieron y sintieron.

Pregunten por el significado:

¿Que significa si fuera así? ¿Qué significa si fuera diferente?

Alguien lee en voz alta lo que está escrito en la pared. ¿Pueden imaginar una situación en la que esto podría ayudarles?

4. Relajación: Meditación con Piedras

Material necesario: Piedras (pinturas, pegamento, pegatinas brillantes ...)

Los niños/as recogen piedras fuera o el educador distribuye algunas piedras.

EDUCADOR/A:

Vamos a ir fuera y cada uno de nosotros recogerá una piedra. Debería ser bastante pequeña para poder sostenerla en la mano. Entonces volveremos dentro. Vamos a sentarnos juntos en un círculo. Cada uno de nosotros tiene una piedra en su mano. Son piedras muy diferentes, pequeñas o grandes, planas o redondas. Estas piedras son diferentes unas de otras, así cómo lo somos las personas. Una piedra puede hacer daño. Alguien puede ser herido por una piedra. De la misma manera, las personas nos podemos hacer daño mutuamente. Piensen en ello. La piedra en nuestra mano no debería ser lanzada a nadie.

Hoy esta piedra en nuestra mano quiere reunirse, decirnos algo. “Pónganme en su bolsillo. Allí, estaré cerca de ustedes y seguiré todos sus movimientos. Tal vez quieran tirarme, pero no lo hagan. ¿Por qué no? Porque soy la piedra que quiere recordarles que todos somos parte de la unidad”.

Quiero que recuerden que todos pertenecemos el uno al otro, aunque seamos diferentes. Ya seamos plantas, árboles, piedras, animales o gente. Formamos una unidad. Cuando ustedes me sientan en su bolsillo les recordaré, “Defiendan más la amistad. Acérquense a los demás con una sonrisa. ¡Si no lo hacen, tal vez nadie lo haga!”

Cada participante deberían tener su piedra en el bolsillo. Si usted tiene pinturas o pegatinas brillantes de colores, se pueden usar para decorar las piedras. La piedra se convierte su talismán (o piedra de la suerte).

13. APRENDIZAJE INTER-RELIGIOSO Y INTER-CULTURAL

Este capítulo es para niños/as y adolescentes a partir de los 12 años.

1. Actividad de Grupo: Discusión

EDUCADOR/A:

En varias sesiones anteriores hemos trabajado con la percepción y aprendido que la gente puede percibir y entender la misma situación de forma diferentes. Hoy vamos a hablar de la percepción cultural. Con ello quiero decir cómo culturas diferentes, o grupos sociales, entienden y trabajan a su modo, cada una según su tradición.

Tenemos algunos ejemplos de cómo los mismos gestos son entendidos de manera diferente en cada cultura.

- Mover la cabeza de izquierda a derecha quiere decir “No” para un europeo. Para un indio esto quiere decir “Sí.” (Usted puede demostrar esto...)
- Los americanos dan la mano para dar la bienvenida a alguien. Sin embargo, los franceses se dan un beso en las mejillas. Los esquimales se frotan su nariz juntos. Los asiáticos se inclinan para dar la bienvenida a alguien.

Es decir así como la gente viene de culturas diferentes, también practican religiones diferentes. Las religiones y culturas pueden ser diferentes, pero la gente en todo el mundo es semejante en muchas cosas y tiene unas necesidades básicas similares (p.ej. necesidad de alimentarse, necesidad de ser respetada, necesidad de protección) necesidad de expresar sus sentimientos (p.ej. felicidad, tristeza, amor...).

Preguntas:

- ¿Qué formas diferentes de dar la bienvenida conocen ?
- ¿Qué tradiciones tenemos en nuestro país? (Por ejemplo Deepavali, la Navidad, Pongal, el Martes de Carnaval, el Ramadán ...)
- ¿Qué otras conocen?

Muchas celebraciones tradicionales en una cultura estrechamente son unidas a la religión.

(Discusión con los niños y niñas.)



EDUCADOR/A:

¿Qué religiones conocen? (El cristianismo, el Islam, el hinduismo, el Judaísmo y el budismo son las principales.) Las tradiciones y rituales son distintos, pero la búsqueda de la divinidad y la espiritualidad es la misma. Toda la gente busca la paz dentro de sí misma y en el mundo aunque no sea consciente de ello o crea que eso no existe. No es siempre fácil encontrar la paz. Algunas personas creen que la paz y la seguridad pueden ser obtenidas atacando a la gente que temen. Quieren usar armas. A veces la gente no desea compartir y quieren tomar cosas de otros. Entonces hay guerra y violencia. La verdad es que la paz no puede hacerse con armas. La paz puede ser encontrada cuando tratamos de solucionar nuestros conflictos sin violencia. La paz puede ser creada aprendiendo a compartir y actuar de manera justa y amable con el ser humano y la naturaleza. Por eso tenemos estas sesiones. Nuestro programa se llama “Se Auténtico_No Violento”.

Ustedes aprenden ahora, que son jóvenes, a solucionar sus conflictos pacíficamente. Cuando sean adultos, sabrán tratar con otra gente sin dar puñetazos en la nariz o atacando con un arma. Hoy aprendemos que debemos prestar atención a otras culturas y religiones para no crear malentendidos. A menudo, la violencia surge porque pensamos que otra cultura es mala. Olvidamos que son gente como nosotros con tradiciones diferentes. Entonces tontamente los rechazamos sin conocerlos y sin comprender su mundo de creencias. Vamos a jugar un juego llamado “la Conferencia de los Planetas”. Para ello necesitaremos toda la sesión, o sea que hoy no haremos otras actividades.



2. Juego de Grupo: "Reunión Planetaria"

Una buena idea es ensayar esto antes con sus colegas para ver cómo funciona.

EDUCADOR/A:

Vamos a formar pequeños grupos (5-8 participantes). Cada grupo viene de un planeta diferente. Den un nombre a su planeta (cada grupo dice su nombre).

Ahora les voy a dar 9 palabras. Ustedes tienen que inventar otras 9 nuevas palabras para ellas. Los visitantes de cada planeta hablan SÓLO la lengua de su planeta.

NOMBRE, SÍ, NO, BUENO, MALO, MUCHACHO, MUCHACHA, HAMBRE, SUEÑO

(Escriba las palabras para ser "traducidas" en la pizarra)

Siempre deben decir estas 9 palabras en la lengua de su planeta. En nuestro juego, la gente de los diversos planetas se encuentran por primera vez. Ellos tratan de entenderse y descubrir qué quieren los visitantes.

El objetivo del juego es averiguar qué hacemos cuando no comprendemos lo que alguien dice. Puede haber problemas debido a esto. ¿Cómo solucionarlos? ¿Qué hacer para que haya una comprensión mutua?

Por ejemplo:

- ¿Cómo te llamas?
- ¿Cuál es tu Tschatscha?
- ¿Eres un muchacho?
- ¿Eres un balla balla?
- ¿O eres una muchacha?
- ¿O eres un azul azul?

Es recomendable observar el juego, e intervenir y ayudar cuando sea necesario. Después de 20 - 30 minutos termina el juego. A continuación, facilite una charla para que los niños puedan hablar sobre sus experiencias.

Pregunte a los niños: ¿Lograron comunicarse con los visitantes de otro planeta? ¿Se sintieron bienvenidos en el otro planeta? ¿Había algún conflicto? ¿Cómo lo solucionaron?

14. ¿QUÉ SON LOS SENTIMIENTOS?

1. Juego de Grupo: Haciendo Caras

EDUCADOR/A:

Hoy vamos a hablar de sentimientos. Tenemos sentimientos pero a veces no sabemos cómo nos sentimos. Primero vamos a jugar un juego llamado “Haciendo caras”. Empezamos por sentarnos en círculo. Uno de ustedes comenzará con una expresión simple (... tristeza, sorpresa, felicidad). Una expresión que sea fácilmente entendida por todo el mundo. Vamos a fingir que nuestra cara es como una máscara. La persona que empieza va y se sienta delante de alguien y actúa como si se quitara la máscara para dársela a esa persona. Después, la que recibe esa máscara ha de imitar exactamente ese estado de humor. Y a continuación ha de elegir otra “cara” o expresión y pasarla a otra persona.

Procure que nadie quede sin participar. Anime a los niños y niñas para que muestren muchos y diferentes estados emocionales.

2. Historia: Papui - Capítulo 8

El collar roto



3. Actividad de Grupo: Dibuja tus Propios Sentimientos

Material necesario: Papel, lápices de colores



EDUCADOR/A:

Sentados en su lugar, ustedes van a dibujar un cuadro que exprese cómo se sienten. Para ello van a utilizar papel y lápices de colores.

Piensen sobre cómo se sienten ahora y cómo se sienten en otros momentos. Intenten expresar eso con imágenes, colores trazos en el papel.

4. Relajación: Meciendo el Saco de Patatas

Material necesario: Si es posible, un pequeño gong o campana

Se recomienda una atmósfera tranquila en la habitación.

EDUCADOR/A:

Para finalizar la sesión de hoy vamos a jugar una juego muy breve que se llama "Mecer el saco de patatas". Elijan una pareja de juego de su misma estatura y fuerza (el educador ayuda si es necesario). De pie y de espaldas a su pareja de juego. Las dos personas entrelazan sus brazos a la altura del codo. Una de ellas alza a la otra doblando su espalda hacia delante, lentamente hasta que la otra persona levanta los pies del suelo. Y en esta posición se mece suavemente a la otra persona durante un corto espacio de tiempo.

Este ejercicio de estiramiento ha de hacerse con cuidado, no valen las bromas ya que los niños y niñas pueden hacerse daño. Si hay quienes empiezan a hacer tonterías, hay que parar. Al cabo de 2 minutos aproximadamente, se hace sonar el gong o se da la orden de parar el ejercicio. Luego se cambian los roles.



15. MÁS SOBRE LOS SENTIMIENTOS

1. Juego de Grupo: "¡Así se empieza!"

Es conveniente que alguien que sepa los movimientos haga una demostración delante del grupo.

EDUCADOR/A:

Hoy empezamos con la rutina de la mañana. Nos sentamos en un círculo. Les voy a leer un texto y ustedes hacen los movimientos.

Es temprano por la mañana. Ustedes se despiertan, bostezan y estiran su cuerpo. Cada participante hace los movimientos.

Ahora se levantan y toman una ducha. Primero lavan el brazo izquierdo con la mano derecha, y el derecho con la mano izquierda. Luego se lavan la cara y se secan con la toalla.

Ahora, con ambas manos, se lavan las piernas. Primero la derecha y luego la izquierda. Ahora sacuden la cabeza y el cuerpo para quitarse hasta la última gota de agua. Los niños/as sacuden la cabeza y el cuerpo.

Ahora es tarde y se van corriendo a la escuela. Sin moverse del lugar, los niños/as empiezan a correr, haciendo movimientos rápidos.

Llegan a la escuela totalmente exhaustos, respirando rápidamente. Los niños y niñas inhalan y exhalan un par de veces.

Ahora empiezan a calmar su respiración poco a poco, haciéndola más lenta y rítmica. Tienen suerte. Llegan exactamente a la hora. Pónganse de pie y sonrían hacia la derecha e izquierda.

EDUCADOR/A:

De acuerdo, ahora podemos empezar. ¡Muy buenos días!

2. Historia: Poema sobre Sentimientos

Material necesario: Ficha No. 6

EDUCADOR:

¿Pueden ver esta ficha? Leeré el poema escrito en ella. (Se lee en voz alta el texto de la ficha)

¿Qué queremos decir con sentimientos que “suben”? (feliz, satisfecho)

¿Qué queremos decir con sentimientos que “bajan”? (triste, infeliz, insatisfecho, sufriendo)

¿Qué quiere decir que los sentimientos giran, se mueven dentro o a nuestro alrededor? (confusión, no sabiendo lo que queremos)

¿Qué quiere decir que a veces son buenos y a veces son malos? (Los sentimientos pueden cambiar, no están fijos. Hay momentos en los que gritamos, y otros en los que nos sentimos alegres. Los sentimientos están en movimiento o moción. (E-mociones).

3. Actividad de Grupo: Hacer una Lista de Sentimientos y el Papel que Juegan

Material necesario: Ficha No. 7, cartulina y lápiz

EDUCADOR/A:

El/la educador/a muestra y comenta cada ficha con los niños y niñas.

Observen esta ficha.

¿Qué ven en ella?

¿Qué sentimientos o emociones ven la cara?

¿Cómo reconocemos los sentimientos?

Ahora haremos una lista de sentimientos. Los escribiré en la pizarra (o en un pedazo de cartulina que luego podremos colgar en la pared más tarde).

Díganme qué sentimientos o estados de ánimo conocen (felicidad, ira, tristeza...)

(Escribir los sentimientos en la pizarra)

Interpretar un rol:

Ahora vamos a interpretar un sentimiento. Cada uno de ustedes escoge uno de los sentimientos de la lista e intenta expresarlo. Pueden usar palabras, pero no están obligados a hacerlo. Cada uno lo expresará a su manera, pero si observamos con atención podremos reconocer qué sentimiento es. Prestemos atención a los gestos, la postura del cuerpo, la expresión de la cara y el tono de voz.

(Primero el educador/a demuestra la expresión de su cuerpo y su cara cuando está triste. Y luego cada niño y niña interpretan la expresión que han elegido de la lista. Todos participan.)

4. Relajación: Me gustas porque ...

Material necesario: Música, Papel, cinta celofán y lápices

EDUCADOR/A:

Para terminar la sesión de hoy vamos a jugar un juego que se llama “Me gusta porque ...”. Cada uno de ustedes recibirá un trozo de papel pegado en su espalda y un lápiz. Luego empiezan a moverse por la sala (Sin o con música, simplemente se mueven). Luego eligen a alguien y escriben, en el papel que lleva en la espalda, algo que les guste de esa persona. Nota: Asegurarse que cada participante obtenga algo escrito en el papel que lleva pegado en su espalda y nadie quede excluido. Ejemplos: Tú me gustas porque es cooperativo. Me gusta tu sonrisa. Me gusta tu pelo.



16. SENTIMIENTOS AGRADABLES Y DESAGRADABLES

1. Juego de Grupo: Juego de la Máquina

Cada grupo forma una máquina

EDUCADOR/A:

Hoy comenzamos con un juego llamado “el Juego de la Máquina“. En este juego ustedes construirán una máquina. Primero vamos a formar pequeños grupos (5 - 8 niños). En cada grupo un niño es el constructor. Él/Ella hace una máquina grande con muchas partes diferentes. Cada parte está representada por un niño o niña de su grupo. Cada parte hace un sonido y un movimiento. Todo encaja perfectamente para que haya un buen funcionamiento.

Ayude a los niños y niñas a formar los grupos. Cada grupo muestra su máquina a los demás.



2. Historia: Papui - Capítulo 9

Lágrimas de Dragón



3. Actividad de Grupo: Discusión y Ficha de Trabajo

Material necesario: lápices y cuadernos, Anexo No. 4

EDUCADOR/A:

A veces nos sentimos bien, y a veces nos sentimos mal. Ambas clases de sentimientos son normales. Vamos primero averiguar qué sentimientos les son agradables o desagradables.

Escribiré seis frases en la pizarra (ver el cuadro siguiente). (Pida a un niño o niña leer en voz alta la primera frase. A continuación pregunte qué siente. Luego la siguiente frase a otro niño y así seguidamente de manera que todos participen.) ¿Qué piensas tú? ¿Es este un sentimiento agradable o desagradable?

SENSACIONES AGRADABLES Y DESAGRADABLES

1. Me siento como si flotara en las nubes.
2. Me siento como si fuera un sol que nunca jamás va a brillar de nuevo.
3. Me siento como perdida.
4. Me siento como si pudiera volar.
5. Me siento pesado como una piedra.
6. Me siento como si pudiera abrazar el mundo entero.

Ahora ustedes van a escribir en su cuaderno 3 frases con sentimientos o sensaciones agradables y 3 con desagradables. Empezando la frase con “Me siento como si ...” (tienen 5 min. para hacerlo) (Después de cuatro minutos les recordaré que les queda un minuto y a continuación leerán en voz alta sus frases.)

58

EDUCADOR/A:

En general, a todas las personas nos gusta tener sentimientos buenos. Sin embargo, cuando no nos gusta como nos sentimos, a veces no sabemos qué hacer. Aquí les damos un plan que puede ayudarles cuando sus sentimientos les molestan. Apuntes para el educador-a: Escriba estos 4 pasos en la pizarra. Haga que los niños y niñas los copien en sus cuadernos. Si puede fotocopiar esta página, (ver Anexo No 5) no tiene mas que dar una copia a cada estudiante. Si hay tiempo, los niños y niñas pueden pensar en situaciones en las que podrían practicar estos 4 pasos.

4. Relajación: “Cara de Póquer”

Voy a terminar esta sesión con un juego llamado “Cara de Póquer”. Nos sentamos todos en círculo. Escojo a una persona que hará el papel de Cara de Póquer. Las reglas del juego son estas: Cara de Póquer tiene que poner una cara seria, lo más seria posible y ha de cruzar los brazos sobre el pecho. Luego se pondrá enfrente de la persona que está a su lado y la mirará a los ojos inclinándose ante ella en silencio, luego hará lo mismo con la siguiente y así hasta el final del círculo. La meta del juego es hacer reír a cara de póquer haciendo muecas y gestos cómicos, riendo, haciéndole bromas o haciéndole preguntas...Pero no vale gritar, insultar ni tocar. No está permitido. La persona que hace reír a “Cara de Póquer” gana y se convierte en la nueva Cara de Póquer.

17. JUEGO DE LA MEMORIA SOBRE LOS SENTIMIENTOS

1. Juego de Grupo: Equilibrio

EDUCADOR/A:

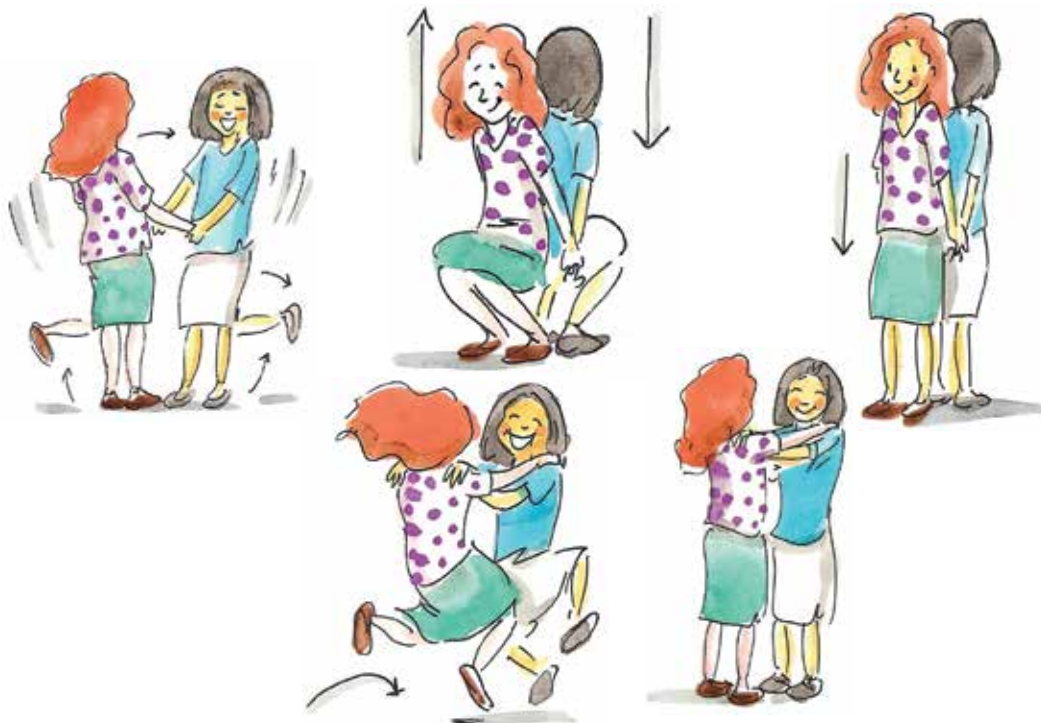
Comenzamos con un juego para probar nuestro equilibrio. Escogan su pareja de juego. El objetivo de este juego es mantenerse en equilibrio con su pareja de juego durante los ejercicios.

Sigan las instrucciones siguientes:

En posición de frente y dándose las manos hay que balancearse a derecha izquierda y atrás, sin levantar los pies. Ahora sigan balanceándose, apoyando sólo un pie y manteniendo el equilibrio. Ahora cambien de posición y manténganse apoyados con las espaldas juntas. Doblen sus rodillas y agáchense. Suban de nuevo juntos. Coloquen sus manos en los hombros de su pareja, cierren los ojos y salten a derecha e izquierda. Ahora cambien de pareja y repitan el ejercicio.

Después del ejercicio:

- ¿Ha sido fácil o difícil mantenerse en equilibrio con otra persona?
- ¿Ha sido lo mismo con cada pareja de juego?
- ¿Qué has descubierto acerca de las demás personas? ¿Qué has descubierto acerca de ti durante el ejercicio?



2. Historia: Sin historia

Hoy no hay historia porque el ejercicio es más largo.

3. Actividad de Grupo: La Memoria Sensorial

EDUCADOR/A:

Hoy haremos juegos de memoria sensorial.

Material necesario: papel, lápices y tijeras

La persona que guía el juego escribe una lista de sentimientos en la pizarra. Para facilitar la comprensión del juego damos los ejemplos siguientes.

Ejemplos de sentimientos: estar enfadado, estar triste, estar sorprendido, tener miedo, tener repulsión, estar feliz, sentir amor, estar desesperado, sentirse excluido, sentirse satisfecho, sentirse solo, sentir celos, sentir paz, sentirse decepcionado, sentir aburrimiento, sentirse inseguro, sentirse seguro.

EDUCADOR/A:

Cada uno de ustedes toma un hoja de papel y la corta por la mitad. Le doy a cada uno de ustedes un sentimiento de que los que figura en la lista. (Si el grupo es grande, más de una persona puede tener el mismo sentimiento.)

Piensen en un símbolo. ¿Qué símbolo o imagen va con este sentimiento? Dibujen el mismo símbolo en ambos papeles. Escriban abajo en palabras, qué sentimiento es.

4. Relajación: Juego del Sentimiento-Memoria

EDUCADOR/A:

Ahora comenzamos el juego:

Nos sentamos en círculo alrededor de la mesa, (o bien en el suelo). Ponemos las cartas con las imágenes de sentimientos, bocabajo, sobre la mesa (o el suelo).

Cada vez, la persona que juega gira bocarriba dos cartas e intenta memorizar en el lugar que están colocadas. Se trata de encontrar los pares de cartas iguales, la persona que encuentra las dos cartas se queda con ellas y vuelve a jugar.

La persona que más cartas tiene al final del juego, gana. Cuando alguien gira una carta, hemos de memorizar dónde está posicionada, y así poder adivinar cuando nos toca el turno de jugar.

Y cuando giramos hacia arriba las dos cartas con la misma imagen, miramos la carta describiendo el sentimiento que representa. Por ejemplo, "Tristeza". Estoy triste si mi amigo no juega conmigo.

18. ¿CÓMO MANEJAR LOS SENTIMIENTOS?

1. Juego de Grupo: Construir Estatuas

Hoy empezamos con un juego llamado “Construcción de Estatuas”. Cada persona busca un compañero o una compañera de juego. Se decide quién será la “arcilla” primero y quién será el primer “escultor”. Para empezar, la “arcilla” se tiene de pie muy relajada. El “escultor” a pueden ser moldeados suavemente para formar la estatua. Les voy a mostrar cómo se hace (el educador-a hace la demostración.) No sean bruscos. Sean suaves unos con otros.



Tener cuidado que los niños y niñas se posicionen unos a otros cuidadosamente. No deberían ser bruscos o hacerse daño. Después de unos pocos minutos se cambian los roles.

2. Historia: Papui - Capítulo 10

Encerrado y Solo



3. Actividad de Grupo: Interpretar un Rol

Material necesario: Anexo No. 6 (“¿Cómo puedo manejar mis sentimientos cuando me desbordan?”)

Vamos a representar algunas situaciones. Su trabajo es encontrar soluciones para tratar con sentimientos. Si no se les ocurre nada, pueden preguntar a otras personas para que les den ideas.

Seleccionar un pareja de juego y susurrarles a cada persona su papel a interpretar. No decirles el rol que interpreta la otra persona.

Al primero le decimos: Tu eres el hermano (o la hermana) menor, llegas a casa muy contento y orgulloso, con un dibujo y se lo muestras a tu hermano (El educador-a le da un dibujo).

Al segundo niño o niña: Tu eres el hermano mayor. Tu hermana te muestra su dibujo, pero a ti no te gusta y le dices: “Es un dibujo estúpido!”

Es importante que el educador-a diga su historia a los niños o niñas por separado para que no sepan los sentimientos del otro, antes de interpretar la situación.

EDUCADOR/A:

Ahora interpretamos la situación. (Después de interpretar el rol):

- ¿Qué sentiste cuando tu hermano dijo que no le gustaba tu dibujo? (Enfado, tristeza, decepción, vergüenza...)

Luego preguntamos al los demás del grupo...

- ¿Qué podría hacer ella con su sentimiento? ¿Cómo podría manejarlo? (Reunir las diferentes sugerencias y dos personas pueden representarlas.)

Luego el educador-a pregunta al otro niño:

- ¿Cómo te sentiste al decir “es un dibujo estúpido!”?
- ¿Qué podrías haber dicho en lugar de eso?

(Podría haber dicho, “no me gusta tu dibujo...”) Cuando el hermano dice “Es un dibujo estúpido”, está usando un lenguaje que realmente hiere a su hermanita. Tenemos que poner atención en cómo nos hablamos.

Después al educador anota lo siguiente en la pizarra: 1. Quédate tranquilo. No pierdas tu calma. Cuenta hasta diez antes de hacer o decir algo. 2. Si alguien te provoca, ignora a la persona. Hazle el vacío. 3. Tú mismo decides lo que dices o haces. No tienes que hacer lo que otra gente diga o haga, si no te gusta. 4. No estás solo. Siempre hay alguien que se pone de tu lado. Dirígete a estas personas. Pueden ser tus padres, profesores, amigos etc. 5. No grites, pero expresa en voz clara lo que quieres (decir).

4. Relajación: La Escucha Mutua

Este es un juego donde realmente tenemos que escucharnos mutuamente. Nos sentamos en círculo. Cada participante cierra sus ojos (o mira hacia abajo) tranquilamente. Alguien empieza a contar en voz alta empezando por el número “1”. Luego otra persona sigue con el “2”, la siguiente, “3” etcétera. El objetivo de este juego es contar hasta 12. Pero si dos personas dicen un número al mismo tiempo (que pasa a menudo para cualquier grupo que juega por primera vez), tenemos que comenzar de nuevo empezando por el “1”. También, si alguien acaba de decir un número, no puede decir el siguiente, lo ha de decir otra persona.

19. ¿QUÉ ES LA EMPATÍA?

1. Juego de Grupo: Baile De la sombra

Baila exactamente detrás de tu pareja de juego.

Material necesario: Música, preferible un gong disponible

EDUCADOR/A:

En la sesión de hoy hablaremos de la empatía. “La empatía” es la capacidad de sentir lo que otras personas sienten.

Primero jugaremos un juego donde tenemos que movernos con otra persona. Primero decidiremos quién es A y quién es B.

Empezaremos con música (si no hay música, se pueden mover por el espacio del aula o el lugar donde se hace el ejercicio). La persona A empieza a moverse despacio al son de la música. La persona B se sitúa detrás de A e imita cada movimiento de A como si fuera su sombra.

Notas apuntes para el educador-a: Después de 5 minutos se para la música o los golpes de gong (o se dan palmadas fuertes) y se anuncia que es hora de cambiar papeles. Ahora la persona A es la sombra.

63

2. Historia: Papui - Capítulo 11

Monstruos en la Noche



3. Actividad de Grupo: Juego de Rol y Discusión

Material necesario: Ficha No. 8, lápices y cuadernos

EDUCADOR/A:

- ¿Qué ven en la ficha?
- ¿Qué es empatía?
- ¿Por qué es importante tener empatía con alguien?
- ¿Qué significa “ponerse en los mocasines de alguien”?
- ¿Qué tiene que ver eso con la empatía?
- ¿Qué podemos hacer para mostrar empatía por otra persona?

Busquemos maneras de ayudar a otros. Pensar en alguna ocasión en la que hayamos herido los sentimientos de alguien. Describir lo que ocurrió.

- ¿Cómo supimos que habíamos herido los sentimientos de esa persona?
- ¿Cómo nos sentimos en esa situación?
- ¿Qué hicieron para mejorar la situación?

Discutan cómo creen que se escuela cambiaría si todos los estudiantes tuvieran y demostraran más empatía con sus compañeros de clase. Ustedes creen que eso haría una gran a pequeña diferencia? Por qué lo creen?

4. Relajación: Ciegos sobre una Pierna.

Intentar mantener el equilibrio durante el mayor tiempo posible sólo con una pierna y con los ojos cerrados.

EDUCADOR/A:

Hoy terminamos con un juego que tiene relación con el equilibrio. Nos sostenemos primero con las dos piernas para distribuir igualmente el peso del cuerpo, mantenemos los ojos abiertos. Ahora transferimos todo el peso a la pierna izquierda sin levantar la pierna derecha y hacemos lo mismo transfiriendo nuestro peso a la pierna izquierda.

Ahora volvemos a la pierna izquierda pero haciéndolo muy lentamente, así ... En el momento en que el peso está distribuido igualmente entre las dos piernas lo sostenemos un momento y continuamos transfiriendo el peso a la pierna derecha.

Ahora levantamos un poco la pierna izquierda y guardamos el equilibrio con la pierna derecha. Lentamente transferimos el peso otra vez, con la pierna izquierda en el suelo y levantamos la pierna derecha. Cerramos los ojos y guardamos al máximo posible el equilibrio, sin caer.

A continuación hacemos lo mismo con la pierna derecha.

El juego no es fácil porque el sentido de equilibrio también va unido a impresiones ópticas. (Intenten hacer el ejercicio enfocando un punto en el suelo a 1.5 metros de distancia directamente enfrente.)



20. RECONOCER SENTIMIENTOS

1. Juego de Grupo: Reconocernos mutuamente por el tacto del cabello

EDUCADOR/A:

Hoy vamos a hablar de cómo reconocer los sentimientos de otra persona. Primero vamos a jugar un juego para reconocernos por el tacto del cabello. Hacemos dos grupos, un grupo es A y el otro es B. Cada grupo está de pie frente al otro. Esto quiere decir que cada persona está de pie frente a otra. Ahora miren a su pareja de juego con atención. ¿Qué aspecto tiene? Fíjense bien.

Ahora la gente del grupo A cierra los ojos. Cada persona del grupo B, empieza a caminar arrastrando los pies! Cambian de lugar. Cada participante del grupo A ha guardado los ojos cerrados y debe reconocer a su pareja de juego por su cabello.

Cuando alguien del grupo la B es reconocido avisa a su compañero porque entonces ya puede abrir los ojos.

Bien, ahora se cambian los papeles. Grupo A y grupo B se sitúan frente a una nueva pareja de juego y comenzamos el juego de nuevo. Esta vez las personas del grupo B son las que cierran los ojos.

2. Historia: Sin historia.

Al haber dos actividades, hoy no hay historia.

Asegúrese de que el lugar esté tranquilo y que los participantes se respeten durante el juego.



3. Actividad de Grupo: Interpretar un papel

EDUCADOR/A:

En una situación determinada es muy probable que cada persona tenga una percepción y un sentimiento diferente. Es importante, en este caso, que seamos capaces de expresar esa diferencia. Por ejemplo: Dos amigos quieren jugar juntos. A Tomás le gusta trepar a los árboles, pero a Luis le da miedo. A Luis le gusta jugar en la oscuridad, como por ejemplo en lugares como las cuevas pero, a Tomás eso le da miedo porque tiene miedo de la oscuridad.

Ahora voy a llamar a alguien para que venga y le diré muy bajito al oído una determinada situación para que la interprete, es decir que exprese cómo se sentiría en esa situación. Ustedes no sabrán de qué situación se trata y tendrán que adivinarlo, al ver cómo la persona la interpreta. Vamos a empezar.

EDUCADOR/A:

Presten atención. Cuando crean que han adivinado el sentimiento que ha sido repre-

Llamar a la primera persona y empezar con la primera situación en la lista siguiente. Luego llamar a otra niña o niño y continuar con la situación siguiente. Esto puede hacerse también por escrito. La persona lo lee en silencio y luego se pone en escena la situación.

sentado, levanten su mano. Si alguien da una respuesta incorrecta, tienen que explicar por qué pensaron en ese sentimiento.

Las situaciones:

- Estás triste porque tu amigo no quiere jugar contigo.

Durante la interpretación de los papeles, hay que recordar que los sentimientos tienen que ser expresados con la cara, el cuerpo y los gestos. Las personas que observan también han de estar atentas.

- Estás feliz porque ganaste la lotería.
- Tienes miedo porque un perro grande te ladra.
- Estás enfadado porque tu madre no te dejará jugar con tu amigo porque tienes que terminar tus deberes.
- Estás emocionado porque vas a visitar una feria el próximo fin de semana.

3. Actividad de Grupo: Discusión y Escritura

Material necesario: Cuaderno y lápiz.

EDUCADOR/A:

Hoy vamos a hablar de cómo pueden cambiar los sentimientos, cómo estos no permanecen siendo los mismos. Y vamos a aprender por qué es así. Los sentimientos se debilitan con el tiempo. Dependiendo de la situación, e incluso pueden cambiar.

Por ejemplo:

- Si hoy estoy molesta por algo, no quiere decir que lo seguiré estando mañana.
- Hoy estoy enfadada porque mi hermano no quiere jugar conmigo, pero mañana ya no me importará. Iré a ver algunos amigos y amigas y jugaré con ellas.
- Estoy triste porque mis padres y yo nos hemos cambiado a otra ciudad y no puedo ver a mis amigos, pero después de un tiempo estaré contenta porque habré encontrado nuevos amigos y amigas.

Ahora tienen que encontrar nuevas situaciones en su vida en las que cambiaron los sentimientos. Anoten eso en su cuaderno. (Es aconsejable dar un tiempo libre antes de leer las instrucciones siguientes)

4. Relajación: Espejo

Material necesario: Música de fondo tranquila

EDUCADOR/A:

Este juego se llama “Espejo”. Hay que empezar eligiendo una pareja de juego. Hay que expandirse en la sala para no tropezar con las demás personas (lo que permita el lugar).

Decidan quién es el jugador A y quién es el jugador la B. Primero A es el líder y B es el espejo. Estando en posición uno frente al otro un poco separados, A empieza a hacer movimientos lentos y B intenta copiarlos exactamente como si fuera su espejo. Pueden mover brazos, piernas, cejas o cualquier cosa que se les ocurra.

Los movimientos tienen que ser realmente lentos para que su pareja de juego pueda seguirlos.

(Después de 5 minutos, cambie papeles.)

Ahora cambiamos papeles, B es líder A es el espejo. Por favor recuerden, hagan sólo movimientos muy lentos.



21. ¿CÓMO MANEJAR LAS BURLAS?

1. Juego de Grupo: ¡Parar!

EDUCADOR/A:

Hoy hablaremos de algo que probablemente todos ustedes conocen, las burlas. ¿Qué podemos hacer cuando alguien nos hace una broma y no nos gusta?

Primero, comenzamos con un juego llamado "Parar!". Dos niños/as representan la situación siguiente para el grupo. A molesta a B, empujando y tirando de su brazo hasta que B envía una señal clara diciendo: "¡basta ya!"

Después, el grupo da una respuesta a B sobre cómo lo hizo.

¿Fue B lo suficientemente claro?

¿Podría haber sido más firme B?

¿Fue su voz alta y lo suficientemente fuerte?

Si la pareja quiere pueden repetir su interpretación e incluir sugerencias. A continuación una nueva pareja interpreta y obtiene evaluación

2. Historia: Papui - Capítulo 12

"La Vaca en el Cielo"



3. Actividad de Grupo: Interpretar un Papel

Material necesario: Ficha No. 9, un silbo



EDUCADOR/A:

Primero interpretaré la escena con dos niños/as para mostrar cómo funciona. (Escojer a dos niños que aún no hayan tenido su turno y hacer la demostración, y luego escoger a tres nuevos niños/as para interpretar la situación de burla.) Ahora, ustedes van a interpretar la escena. En el punto más intenso del conflicto, cuando se haya puesto muy pesado, les diré que paren, gritando “¡basta!”.

Discutan sobre esto. ¿Qué harían ustedes?, ¿Cómo intentarían solucionar esta situación difícil?

(Si es posible anote en la pizarra todas las sugerencias.)

¿Qué sugerencia nos parece la mejor? (Hablen de ello y escojan la mejor solución. Seleccione otros tres niños/as para representarlo.)

Después del juego, tengan otra charla sobre la historia.

- ¿Cómo reaccionó la muchacha? (triste, herida, enfadada)
- ¿Reaccionó la muchacha?
- ¿Qué pasaría si ella insultara a otros niños?
- ¿Qué podría hacer para calmarse?

Sugerir lo que puede hacer:

- Respirar muy despacio 3 veces.
- Despacio, cuanta hasta cinco, diciéndote “cálmate”. (Primero, demuestren esto y luego instruyan a todos para hacerlo juntos varias veces.)
- ¿Qué más puedes hacer?
- ¿Qué haces si alguien te toma el pelo?

En la discusión con los niños/as, repita lo que dicen o haga un resumen. Si siente que no captaron un punto importante, méncionelo. Ver Ficha No. 9 (La Burla) para ponerlo en la clase o escribirlo en el tablón de anuncios.

Comente esto con el grupo y cuélguelo en el aula. Notas e ideas para el educador-a sobre las charlas continuas con los niños y niñas:

¿Qué pueden hacer cuando alguien se burla de ti y trata de dominarte?

- Cuéntaselo a alguien de confianza.
- Manténte alejado de esa persona al máximo posible.
- Si una persona dominante intenta hacerte daño, manténte firme. No luches. Aléjate del lugar o pide ayuda.

¿Qué deberías saber si tú estás intentando dominar a otras personas?

- Hacer daño a otras personas no nos hace importantes, simplemente nos hace personas mezquinas. Pensemos en las diferentes maneras de ser líder sin ser brutal. Esto lo podemos lograr participando en deportes, grupos escolares y actividades comunitarias. Si necesitamos consejos hablemos con alguien de nuestra confianza.
- No hay nada bueno en ser dominante. Tarde o temprano nos volveremos impopulares y seremos víctimas de alguien dominante.

¿Qué hacer cuando vemos una situación de dominación?

- Las personas dominantes quieren aparentar duras frente a las demás y casi siempre tienen una audiencia cuando se comportan de esa manera tan mezquina.
- Mejor no darle importancia a una persona dominante. Si no le prestamos atención, pierde su poder.
- Podemos acudir en ayuda de la persona que está siendo dominada sin mirar a la dominante.
- La mayoría de las veces la situación termina cuando alguien viene a ayudar.

4. Relajación: Meditación con Sonidos.

Postura acostada o sentada en una silla.

EDUCADOR/A:

Siéntense y relájense. Cierren los ojos. Escuchen los sonidos a su alrededor con atención. ¿Qué sonidos oyen a lo lejos? Puede que oigan los ruidos de los carros al pasar o el canto de los pájaros afuera. Después de un momento, es posible que vean imágenes. O pueden también visualizar algo que les guste: un bosque o su casa. Cualquiera que sea la imagen, mantengan la visión durante un momento.

(Darles un tiempo para esto, y si se inquietan pueden parar antes de lo acordado) Inspiren lentamente, expiren despacio y ahora vuelvan a la clase. Poco a poco abran los ojos.



22. CONTROL DE LOS IMPULSOS

1. Juego de Grupo: Seguir al Líder

Cada persona imita los movimientos

Material necesario: Un sombrero o, si no hay, un chal.

EDUCADOR/A:

Hoy tenemos como tema la ira y como tratar con ella. Primero vamos a jugar un juego llamado "Seguir al líder".

Caminaremos por la sala. Yo soy el primer "líder" y me voy a poner el sombrero (o la bufanda o chal al cuello). La regla principal del juego es que tienen que hacer los mismos movimientos que la persona que lleva el sombrero o chal, es decir que ahora han de seguir mis movimientos.

Después de un corto tiempo la persona "líder" le pasa el sombrero a otra y el grupo ha de imitar los movimientos de esta nueva líder. Si alguien permanece demasiado tiempo con el sombrero, daré unas palmadas para que la persona lo pase a alguien.

Nota para el educador: Si alguien retiene el sombrero demasiado tiempo, usted da unas palmadas fuertes para indicar que debe haber cambio de "líder".
Nota: Al principio los movimientos han de ser fáciles de seguir. Es conveniente animar a los niños y niñas para que hagan movimientos que sean familiares tales como andar como un anciano, gatear como un niño pequeño, bailar como una bailarina de ballet, o también imitando algunos animales como el elefante, el águila, etc. Cuidar que cada persona del grupo tenga su turno de "líder."



2. Historia: Papui - Capítulo 13

Dragui se vuelve loco ...



3. Actividad de Grupo: Obra de Teatro

EDUCADOR/A:

Sentir enfado es totalmente natural para la mayoría de las personas. La cuestión es cómo tratar este sentimiento. Supongamos que yo estoy enfadado con alguien; este sentimiento está bien, pero si hago daño a alguien porque estoy enfadada, esto no está bien. Insultar a alguien porque estamos de mal humor o decir palabras que hieren, no está bien, como tampoco está bien hacer daño a alguien físicamente.

Pero empujar hacia dentro y esconder este sentimiento dentro de uno mismo no resuelve el problema. Esto nos convierte en una especie de olla a presión. ¡Es decir, que si no dejamos salir el vapor habrá una explosión! Existen diversas maneras de manejar el sentimiento de ira en nosotros, canalizando esa energía de otra manera en vez de haciendo daño. Repetimos que la ira es algo que casi todas las personas experimentan. Lo que importa es saber cómo manejarla. Y para practicar esto, vamos a hacer una pequeña obra de teatro.

La escena que vamos a interpretar trata de una persona que se enfada. En el momento en que los actores se enfaden, yo pararé la acción y las personas que observan sugerirán soluciones. Estas soluciones serán interpretadas por nuestros actores.

Esta es la escena: Pedro y Marcos juegan al fútbol juntos. Tomás quiere participar. Pedro y Marcos se miran uno a otro y sacuden sus cabezas diciendo: “ No, no con nosotros. ¡Apestan a ajo !” Tomás lleno de ira les grita: ¡”Ustedes son idiotas estúpidos! ¡Ustedes si que apestan!” Los otros dos chicos se enfadan porque Tomás dice que ellos apestan.

ATENCIÓN: La persona líder del ejercicio tiene que ser cuidadosa. Si los niños/as se muestran realmente enfadados, habrá que parar el juego. Se puede usar un silbido o dar palmadas fuertes. Si ellos no escuchan, habrá que pararlos físicamente.

Entonces hable de las posibles soluciones: ¿Podría Tomás reaccionar de manera diferente? ¿Existe otra forma para que él y los otros chicos se calmen?

El educador-a anota las sugerencias. Se hace una votación para las tres sugerencias mejores y luego se representa la escena. A continuación, el educador-a selecciona a otras tres personas para que hagan el papel de Tomás, Pedro y Marcos, quienes interpretan de nuevo la misma situación pero esta vez Tomás reacciona de manera diferente.

4. Relajación: Buenos Deseos

Material necesario: un pequeño candelero transportable, una vela y cerillas

EDUCADOR/A:

Este juego se llama “Buenos deseos “. Vamos a desearnos mutuamente cosas buenas. Cada persona viene y se coloca en el círculo. Aquí tenemos una vela (la vela está en el candelero con manija, en un lugar seguro.) Voy a alumbrar la vela y a pasarla a la siguiente persona. Cuando les toque su turno de pasar la vela, han de formular un buen deseo y transmitirlo a la persona siguiente, para empezar podemos decir simplemente “ ¡Adiós y gracias!”. La vela es pasada alrededor del círculo hasta que cada persona haya dicho y recibido un buen deseo.

Es entendido que estos buenos deseos deberían ser verdaderos y tomados en serio.

Dependiendo de la edad del grupo, tiene que cuidar que los niños y niñas sostengan la vela correctamente y no se hagan daño. Puede que tenga que ayudarles a pasar la vela.



23. MANEJO DE LA IRA

1. Juego de Grupo: Números

EDUCADOR/A:

Para poner en práctica el juego hemos de escuchar muy atentamente los números. Nos vamos a sentar en círculo. Voy a dar a cada persona un número del 0 a 9. (Dé la vuelta el círculo para dar a cada participante un número del 0 a 9. Si son muchas las personas que participan en el juego, se repiten los números). Cada persona debe recordar su número. Está bien que haya varias personas con el mismo número.

Ahora les voy a leer una historia. Cada vez que se mencione su número, tienen que ponerse de pie rápidamente y sentarse otra vez.

Si un número contiene 2 cifras, como por ejemplo 23, todas las personas que tengan el 2 y el 3 tienen que levantarse.

(Lea despacio de modo que los niños/as puedan escuchar con atención)

Comienza la historia: Es viernes, el 8 del 10. El reloj suena 2 veces al sonar la campana de la puerta ... 1 vez, 2 veces, 3 veces, 4 veces. Cierro el libro que estoy leyendo en la página 90. Voy y abro la puerta. Allí de pie está una muchacha de unos 6 años aproximadamente. En su manos sujeta un ramo de 7 rosas y dice: "Estas 7 rosas son para usted. Pero 2 de ellas son para su madre. " Yo rápidamente cuento 5 rosas para mí y las pongo en un florero y pongo las 2 rosas para mi madre en otro florero.

Entonces la muchacha dice, "Venga conmigo, le mostraré 34 gatos hermosos" ¿Y pueden creerlo? ¡Fuera realmente hay 34 gatos hermosos! Hay 9 negros, 5 de color marrón a rayas, 8 a rayas jengibre, 6 grises, 2 negro y blanco, 3 marrón y 1 blanco. Es maravilloso estar entre estos gatos.

De repente, la campana de la puerta vuelve a sonar 1 vez, 2 veces, 3 veces, 4 veces, 5 veces. Me giro porque oigo a mi madre que me llama, "¡Lisa, ven a desayunar!" Ah, me despierto. Esto era sólo un sueño ... doy 2 vueltas en mi cama y digo, "vengo en 5 minutos. " 10 minutos más tarde me levanto y me lavo la cara. Voy a la cocina y veo 9 plátanos y 8 naranjas, 6 manzanas y 7 limones. La campana de la puerta suena otra vez y veo de nuevo que es simplemente un sueño.

Ahora si que es hora de levantarse.



2. Historia: Papui - Capítulo 14

1-2-3 Papui

3. Actividad de Grupo: Discusión y Ficha de Trabajo

Material necesario: Lápices y cuadernos. Anexo No 7 ("¿Qué podemos hacer cuando estamos realmente de mal humor?") Anexo No 8 (Ficha de trabajo) Anexo No 9 ("Puede que no. Pero puede que sí")

EDUCADOR/A:

Hoy hablaremos sobre el sentimiento de estar realmente enfadado. Exploraremos modos de manejar la ira cuando nuestros sentimientos nos dominan. Son momentos en que estamos ciegos de rabia. Hoy vamos a pensar juntos en esos momentos en los que perdemos el control y lo único que queremos es pegar a alguien.

Voy a darles algunas sugerencias que podrían ayudarles la próxima vez que se sientan así. El enfado es normal. Lo que no está bien, es hacer daño a otras personas con palabras o acciones solamente porque estamos enfadados.

Voy a escribir en la pizarra una serie de pasos que nos pueden ayudar (escriba los 5 pasos - "Lo que podemos hacer cuando estamos realmente enfadados" - ver el material del anexo No 8 y cópielo en la pizarra) y lo escriben en su cuaderno. Luego hablaremos de ello.

Cuelgue esta lista en el aula también.

Dependiendo de su tiempo, podría repartir la ficha de trabajo (el Anexo No 9) a los niños para que lo lleven a su casa.

Converse con el grupo sobre los modos de manejar la ira.

- ¿Cuándo te enfadaste?
- ¿Qué haces normalmente cuándo te enfadas?
- ¿Qué hace tu madre? ¿Qué hace tu padre? ¿Tú qué haces?
- ¿Qué haces cuándo tu ira se calma otra vez?

Hable de estas opciones con el grupo y cuelguen el anexo (ver el Anexo 10) en un lugar visible del aula.

4. Relajación: Música Relajante

Material necesario: Lector de CDs y música de relajación

EDUCADOR/A:

Hoy tenemos muchos temas para tratar. Despacio estírense y acuéstense en el suelo (o si no es posible, siéntense silenciosamente en su silla). Cierren los ojos y escuchen la música (o bien escuchen los sonidos en el aula o fuera del aula).

(Después de unos minutos, les dice que abran sus ojos.)

24. ¿QUÉ SON LOS CONFLICTOS?

1. Juego de Grupo: Sigam su Nariz

EDUCADOR/A:

Hoy hablaremos de conflictos. Pero primero vamos a jugar un juego tonto. Cada persona empieza a moverse por el aula. Yo diré en voz alta una parte del cuerpo. Entonces deben moverse como si esta parte de su cuerpo les condujera.



Sigan su nariz. Sigam su vientre. Sigam su pecho. Sigam sus rodillas.
(Deles un poco de tiempo para cada parte antes de anunciar la siguiente.)

2. Historia: Sin Historia

3. Actividad de Grupo

EDUCADOR/A:

Por todas partes, cuando la gente se reúne surgen conflictos. Pero los conflictos no son el problema. El problema viene de la manera en que los manejamos. Los conflictos son normales. Cuando hay un conflicto tenemos que aprender no sólo a ver nuestra opinión, sino a ver también la opinión de las otras personas, sus puntos de vista.

¿Qué son los conflictos?

¿Qué clases de conflicto existen?



Ahora, les leeré una historia:

Esta es la historia de un conflicto. Hay dos niñas. Una se llama María y la otra Susana. Son amigas. Un día se reúnen para jugar y divertirse. Pero María y su amiga Susana no están de acuerdo. María quiere jugar a la pelota con Susana, pero Susana prefiere jugar con muñecas.

María le grita a Susana: ¿"Por qué siempre tenemos que jugar lo que tú quieres? ¡Nunca jugamos lo que a mí me gusta! ¡No puedes tener siempre todo a tu manera!" Susana se siente mal y sólo quiere desaparecer. No sabe que decir y no dice nada.

Después, María no sabe qué hacer. Piensa que su amiga ya no la quiere porque ha dejado de hablarle. Entonces María comienza a sentirse realmente triste y esto la hace sentirse aún más enfadada.

Entonces María grita, " Ya no eres más mi amiga. ¡Bah! " Ahora Susana está desesperada y empieza a gritar. Ninguna de las dos entiende los sentimientos de la otra.

¿En este contexto, qué podría hacer la "empatía"? Vamos a examinarlo e intentar comprenderlo. Esta historia es sobre el manejo de conflictos. Vemos cómo María y Susana manejan de forma diferente los conflictos.

Cuando María se siente triste, se enfadada. ¿Por qué? Porque el dolor de su tristeza le provoca un sentimiento de desespero. Para no sentir dolor, convierte la tristeza y actúa con ira.

La otra muchacha, Susana, se vuelve miedosa. Con el miedo, Susana oculta su sentimiento de estar dolida. Ella también piensa que su amiga ya no la quiere.

Ahora bien, si Susana aprende a tener empatía con los sentimientos de María y María con los sentimientos de Susana, las dos podrían hablar y encontrar un acuerdo para poder jugar juntas. Podrían llegar a una solución.

Examinemos este ejemplo una vez más, observando sus sentimientos. María reacciona con ira aunque en realidad está triste. Quizás ha aprendido esto de sus padres. Tal vez en su familia le han dicho o mostrado que la tristeza significa o es una debilidad. Tal vez no le permitieron llorar y le enseñaron a contener y reprimir su tristeza, guardándola dentro. La tristeza contenida sale hacia fuera en forma de ira.

Si pudiéramos enseñar a María cuales son sus sentimientos, ella podría decir, me siento triste porque siempre jugamos lo que tú quieres, y nunca lo que yo quiero.

Susana podría hablarle de ello. Podría entender a María y no estar preocupada por pensar que su amiga ya no la quiere. Podrían resolver esto juntas, encontrando una solución pacífica. Podrían llegar a un acuerdo, un modo de hacer lo que a cada una le gusta.

Jugar un Rol

Ahora representaremos esta historia.

EDUCADOR/A:

¿Qué piensan ustedes? ¿Cómo podrían María y Susana solucionar su conflicto?

(Anote todas las ideas. Dialogue sobre cuál es la mejor solución. Luego seleccione otros dos niños o niñas para representar la escena final con esta solución.)

Escoja a dos niños o niñas y ayúdeles a representar este conflicto. Luego hable con otros dos niños sobre cómo podría ser resuelto este conflicto.

4. Relajación: "El Rey de la Inmovilidad"

EDUCADOR/A:

Cuando yo diga "congelar" ustedes tienen que congelarse. Esto quiere decir quedarse inmóviles, manteniendo cada parte de su cuerpo absolutamente inmóvil, en silencio y manteniendo la postura en la que están. Quienquiera que sostenga la postura durante más tiempo incluyendo el no hablar o no caerse, es "el Rey (o la Reina) de la inmovilidad".

25. ¿CÓMO MANEJAR LOS CONFLICTOS?

1. Juego de Grupo: Palomitas de Maíz

EDUCADOR/A:

Hoy hablaremos un poco más de los conflictos. Primero vamos a jugar un juego llamado “Palomitas de maíz” en el que haremos explotar unas semillas de maíz. Cada persona del grupo busca un lugar de la sala y se coloca allí en posición agachada. Y funciona así. Cada uno de nosotros es una semilla de maíz. El suelo es como una cazuela grande y vamos a hacer palomitas de maíz. Despacio comenzamos a calentar la cazuela. Cuando la cazuela se pone más caliente, los granos de maíz comienzan a ‘reventar’. Ustedes van a mostrar esa explosión saltando, aplaudiendo con sus manos por encima de su cabeza y diciendo ‘explosión’.

Es conveniente empezar a reventar poco a poco. Hasta que se convierta en una cosa del grupo, para ello miraremos y escucharemos a los demás. Esto empezará lentamente y luego se volverá más y más rápido hasta llegar a un máximo y luego irá disminuyendo poco a poco. Hasta que todos los granos hayan reventado.

Usted puede dirigir este ejercicio o juego usando su voz. (Si los niños no paran por sí mismos, les dice que paren el juego.)

79

2. Historia: Papui - Capítulo 15

Balanceándose en el Puente



3. Actividad de Grupo: Conflicto y Reacción

EDUCADOR/A:

Hoy queremos hablar de los conflictos que tienen lugar entre los niños y niñas. Ustedes conocen muy bien esas situaciones que se plantean una y otra vez y en las que se generan discusiones. Díganme algunas y yo las escribiré en la pizarra.

Si a nadie se le ocurre un ejemplo el educador-a puede ayudar mencionando los ejemplos siguientes:

- Peleas por los juguetes
- Discusiones por los asientos
- Argumentos con los amigos y amigas sobre quién juega con quién
- Molestar a alguien
- Interferir, interrumpir
- Luchas de poder

Discuta con el grupo acerca de estas situaciones que conducen a conflictos y pregunte si se les ocurren otras. Encontrar soluciones a los conflictos.

Material necesario: Papeles preparados en los que hay escritos diversos conflictos (ver Anexo No.10). El educador-a corta los papeles con las situaciones de conflicto y los pone en un sombrero (o algo similar, una caja, por ejemplo).

EDUCADOR/A:

Ahora vamos a formar grupos de 5 a 8 personas. La primera persona saca un papel y lee en voz alta lo que hay escrito en él, y a continuación cada grupo discute las posibles soluciones a ese conflicto. Cada grupo debe ponerse de acuerdo sólo en una solución. Alguien del grupo es el portavoz de esta solución y la transmite al resto. Después todos los grupos se reúnen para seleccionar la mejor solución (siempre hay muchas soluciones). Otra persona viene y saca otro papel con otro conflicto, etc.

Ayudar a los niños y niñas en este proceso. Hemos preparado 6 conflictos, anexo número ... pero se puede trabajar con más o menos y con diferentes tipos de conflictos.

4. Relajación: Jaime, ¿Dónde estás?

Material necesario: 2 tapajos (bufandas)

EDUCADOR/A:

Este juego se llama “Jaime, ¿dónde estás?”

Nos colocamos en círculo. Yo selecciono a dos jugadores que estarán en el medio. Uno es Tomás y el otro es Santiago. (Hay que decidir quién es quién.) A los dos se les tapan los ojos para que no sepan dónde están, se les da suavemente la vuelta y los dejamos solos en el círculo para que se muevan libremente.

La meta del juego es que Tomás encuentre a Santiago pero sólo con ayuda de los sonido que Santiago hace: sus pasos, su respiración, su tos, etc. Para que esto sea posible todo el mundo alrededor ha de estar silencioso. Si Tomás no puede encontrar a Santiago puede preguntar de vez en cuando: Santiago, ¿dónde estás? Y Santiago sólo puede responder “estoy aquí”, estas son las únicas palabras permitidas.



Al estar con los ojos tapados, hay que asegurarse de que ambos participantes no corren riesgo de hacerse daño.

26. ESCALADA DE CONFLICTOS

1. Juego de Grupo: Todos en Fila

Los niños y niñas se alinean en filas en un orden diferente cada vez.

El educador/a da diferentes indicaciones y los niños y niñas tienen que estar de pie de manera correcta. Por ejemplo: Ahora cada uno está de pie en hilera según la primera letra de su nombre de pila. La fila comienza con Aruna y se termina con Tarun. A continuación el educador-a menciona los siguientes criterios y los niños y niñas se reorganizan.

EDUCADOR/A:

Nos vamos a distribuir en el espacio. Yo mencionaré ideas diferentes y ustedes se alinearán aquí de acuerdo con ese criterio. (Mostrar por donde comienza)

La primera letra de su nombre. (comenzamos con la A aquí y seguimos por orden alfabético la fila) • Cumpleaños. (Comenzamos aquí en enero yendo hacia allí para diciembre.) • Número de zapato. • Edad. • Altura.

2. Historia & 3. Actividad de Grupo

Cartel con la Escalada de Conflictos y la Discusión

Material necesario: Carteles 1 y 2

Cartel 1: Cómo se intensifica un conflicto

Cartel 2: Cómo prevenir la intensificación de conflictos

Primero el educador-a cuelga en alto el Cartel 1 y habla de ello con el grupo. Luego cuelga el Cartel 2 y habla de ello. Si es posible dejar los carteles colgados en la clase durante un rato.

4. Relajación: Dibujo de Grupo

Material necesario: Papel grande, lápices de colores

Divida el grupo en grupos más pequeños. Se pueden formar grupos de 5 niños/as más o menos. Cada grupo dibujará y coloreará un cuadro juntos. Pueden hacerlo sentados o en el suelo. El papel se coloca en medio y cada participante dibuja en el lado que está. Se puede sugerir el siguiente tema " Todos tensos y todos relajados ".

Después de 10 minutos, termine la sesión y haga que los niños y niñas miren los dibujos de cada uno. Nota: Asegúrese que la atmósfera permanece tranquila.



Los niños se reúnen en el recreo.



Un grupo quiere jugar criquet y el otro fútbol



No están de acuerdo y cada grupo insiste en su punto de vista.



Ya no se escuchan. Cada grupo solo quiere tener la razón.



Los niños forman dos grupos y se empiezan a acusar.



Ya se ha perdido la confianza. Ahora se han convertido en enemigos y se amenazan. Han perdido el control de su comportamiento.



Ellos se tornan violentos, no pueden mas conversar.



Todo que sobra es odio y ira.



Todo se ha roto y todos los niños y niñas se han hecho daño. Los profesores vienen a ayudar.



Based closely on "The 9 Steps of Violence escalation" according to Prof. Dr. Friedrich Glasl



Los niños se juntan en el recreo.



Los niños tienen opiniones diferentes sobre qué quieren jugar.



Los niños no se pueden poner de acuerdo, cada grupo insiste en su punto de vista.



Los niños buscan una persona externa que no está involucrada en el conflicto para ayudarles.



Como personas externas, Papui y Dragui se acercan para ayudarles a volver a tener confianza.



Juntos elaboran reglas sobre cómo tratarse y ser justos con los demás.



Es muy importante considerar el punto de vista y los sentimientos de las otras personas. Si cada grupo insiste en tener la razón, no encontrarán una solución.



Para poder resolver un conflicto, tenemos que llegar a un acuerdo.



Para ser pacíficos con los demás, tenemos que cumplir con las reglas de nuestros acuerdos.

Basada closely on "The 9 Steps of Violence escalation" according to Prof. Dr. Friedrich Glasl

27. CONFLICTOS Y MEDIACIÓN

Este capítulo es para niños y niñas y adolescentes a partir de los 12 años.

1. Juego de Grupo: "Hechizado" - Variación

Material: Si es necesario un objeto sonoro, por ejemplo un tambor.

EDUCADOR/A:

Este juego es una variación del juego "Hechizado" que jugamos antes durante la 10a sesión.

Escogeré a una persona que va a ser el primer "mago o maga". Ahora, ustedes empiezan a moverse libremente en el espacio. Cuando oigan una señal acústica como una palabra mágica, aplausos o el tambor del mago deberán congelarse y hacerse como una estatua. Para liberarse de ese hechizo necesitan el toque del mago. Una vez que la persona ha sido "descongelada" podrá moverse libremente.

Lo nuevo esta vez es que el mago o la maga nombra un animal (el caracol, el gato, el pollo ...) y la persona tiene que imitar a ese animal al congelarse, convirtiéndose en estatua de ese animal.

Durante el juego tiene que decidir cuándo cambiar al mago. Todos los participantes han de hacer de mago o maga por lo menos una vez.

2. Historia: Palabras Clave para una Interacción Pacífica - Sin Violencia

Material necesario: Anexo No 11 (palabras Claves para una interacción pacífica - sin violencia)

EDUCADOR/A:

Vamos a colgar un cartel en alto de modo que todos puedan verlo. Es sobre palabras clave para relaciones pacíficas. Esto debería ayudarnos a comprender las diferencias y no usar la violencia.



3. Actividad de Grupo: Un Tribunal De Niños y Niñas.

EDUCADOR/A:

Hoy representaremos un juego. El título de este juego es “ Un Tribunal De niños y Niñas.” ¿Saben qué es un tribunal? ¿Qué gente está presente en un juicio delante de un tribunal? (explique brevemente)

EDUCADOR/A:

Voy a escoger los papeles para ustedes. (Escoja a los niños y niñas de acuerdo con su personalidad para que encajen con los roles. Los niños y niñas sin ningún rol ante el tribunal participan como audiencia silenciosa).

Los Papeles son ...

El Juez:

El juez abre el caso del tribunal. Él da la bienvenida a cada persona y los introduce mutuamente. Durante el juicio, el juez asegura que cada persona participante siga las reglas y también dirige la conversación entre los partidos contrarios.

Al final pronuncia el juicio.

El Jurado:

Es un grupo de gente que hace las preguntas a los partidos contrarios. El jurado quiere ayudarles a encontrar una solución y trata y hace sugerencias para una resolución pacífica.

Los partidos contrarios:

Cada lado habla de su conflicto, diciendo cómo ve las cosas desde su punto de vista y lo que quiere. Después intentan de llegar a un acuerdo aceptable para las dos partes.

Los Testigos:

Son personas que han estado presentes en el conflicto y describen lo que han visto, delante del tribunal.

El Empleado de Grabación:

Él o ella anota los puntos importantes del caso.

El caso comienza. El juez es el primero en hablar y él/ella “abre” el caso.

JUEZ: “Bienvenidos señores y señoras:. Hoy estamos aquí reunidos para hablar del conflicto entre Tina y Jack.”

EL CASO: Jack tiene 8 años, es pequeño y delgado. Tina tiene 10 años y físicamente es más alta que Jack. No se llevan bien. De hecho, se enojan constantemente y se tratan con brusquedad, se gritan el uno al otro, se empujan todo el tiempo. Siempre están de pelea y aunque otros niños/as han tratado de hablar con ellos, no ha servido de nada. Tina y Jack discuten todo el tiempo. Otros niños/as a su alrededor se sienten irritados porque los desacuerdos constantes contagian de mal humor al grupo.

Hoy queremos atender este caso para solucionar el conflicto. El empleado de grabación introduce las reglas:

- Hablar en primera persona.
- No interrumpir
- Ser breve
- No gritar ni insultar.

El juez primero se dirige a Tina y le dice que explique cómo ella ve el conflicto, y luego lo hará Jack.

A continuación el juez da la palabra y tiempo para que el jurado haga sus preguntas a los dos bandos.

Primero se piden los hechos, qué ocurrió, cuando empezó el conflicto, la situación, los hechos... etc

El jurado interroga a los testigos para que digan lo que ellos vieron. El Testigo describe de su punto de vista.

Luego los dos bandos comentan las declaraciones de las personas que vieron los hechos, los testigos.

El Jurado habla y trabaja sobre soluciones, propone unas soluciones, que han de ser aceptables tanto para Jack como para Tina.

Los dos bandos discuten esto y en caso de no estar de acuerdo han de encontrar otras soluciones. Ha de haber un acuerdo común.

Usted debería ayudar al jurado a buscar soluciones y tendrá que coordinar el proceso entero, manteniendo una supervisión e interviniendo si es necesario. Probablemente tenga que decir : “Para poder encontrar una solución, Tina and Jack tienen que ponerse de acuerdo en aceptar compromisos. ¿Qué es un compromiso? Un compromiso implica luchar menos para defender los propios intereses y dar un paso hacia los intereses ajenos.”

Si cada persona insiste rígidamente en su punto de vista no habrá solución. En un conflicto ocurre esto, que cada parte piensa que tiene la razón y que su planteamiento es la única solución. Pero si se intenta sentir lo que la otra persona o el otro bando siente, algo nuevo puede suceder. Es posible una convivencia pacífica.

Al final Tina y Jack se dan la mano.

En caso de que haya un conflicto real en el curso, se podría intentar resolverlo por medio del tribunal de niños, pero debería ser en otra sesión más tarde.

El conflicto descrito aquí es un ejemplo. Es muy útil ya que permite que los niños y niñas puedan practicar el tribunal infantil. Es como un ensayo y puede ser usado para resolver todo tipo de conflictos. Pero no es el único método y es aconsejable recurrir a él en caso de conflictos difíciles de resolver como último recurso.

28. DERECHOS DE LA NIÑEZ I

1. Juego de Grupo: El Conejo y el Lobo

EDUCADOR/A:

Hoy vamos a trabajar en un nuevo tema pero primero jugaremos al “Conejo y el Lobo”.

Tienen que elegir una pareja de juego y luego decidir quién hace de conejo y quién hace de lobo. La idea es que el lobo ha de cazar a su pareja el conejo.

ATENCIÓN: ¡No está permitido correr! Sólo se puede andar rápido.

Quando el lobo toca al conejo debe girar dos veces e intercambiar roles, es decir ahora él es el conejo y su pareja es el lobo. Y el juego continúa. Cuide de que los niños no corran, este juego es sobre habilidad.

2. Historia: Papui - Capítulo 16

Rojas, rojas, manos



3. Actividad de Grupo: Discusión sobre los Derechos de la Niñez

Material: Derechos de la Niñez importantes (Anexo No 12)

EDUCADOR/A:

Hoy vamos a hablar de los derechos de los niños y niñas.

- ¿Sabían que los adultos tienen derechos?
- ¿Sabían que los niños y niñas también tienen derechos?
- ¿Sabían que hay leyes internacionales sobre esto?

Vamos a explicar qué es la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de la Niñez. Voy a repartir estas fotocopias de los diez párrafos importantes y los leeremos juntos.

La Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de la Niñez.

El 20 de Noviembre de 1989 las Naciones Unidas adoptaron la ONU Convención sobre los Derechos de la Niñez.

El mensaje es:

Niños/as son seres humanos que tienen derechos desde el nacimiento. La Convención sobre los Derechos de la Niñez fue creada para que los adultos trataran a los niños y niñas con respeto. Es un acuerdo entre estados para que no se haga daño e injusticia a los niños y niñas. El gobierno de cada país tiene que asegurar que los derechos de los niños y niñas son respetados.

¿Qué es una Convención sobre los Derechos de la Niñez?

Una Convención sobre los Derechos de la Niñez es un acuerdo entre casi todos los gobiernos del mundo sobre los derechos de niños, niñas y adolescentes. Las naciones que firmaron este contrato se comprometieron a garantizar la puesta en práctica de los derechos en su país. Aplicando leyes básicas que protegen a las niñas y los niños y adolescentes. De todos los países del mundo entero, sólo dos no firmaron el contrato, los Estados Unidos y Somalia.

Ahora miraremos algunos derechos importantes. (Escoja a un niño o niña para leer el primer párrafo. Explique lo que quiere decir y seleccione a otro niño o niña para leer el siguiente párrafo. Siga de esta manera.)

4. Relajación: Tranquila

EDUCADOR/A:

Vamos a colocarnos en círculo todos. Para esta relajación, cada participante representará silenciosamente, un ejercicio, algo relajante y los demás tendrán que adivinar lo que es. Estas actividades pueden ser despertarse, leer, escribir un diario etc.

(Si el grupo es bastante grande, los niños y niñas pueden formar pares y demostrar esta actividad de relajación. Deles un momento para ponerse de acuerdo de antemano sobre lo que van a mostrar).



29. DERECHOS DE LA NIÑEZ 2

1. Juego de Grupo: Parar y Moverse

EDUCADOR/A:

Muévanse alrededor del espacio libremente. En cuanto alguien diga “Parar”, todos se para. En cuanto alguien diga “Moverse”, se mueven otra vez.

Este juego sólo funciona si cada persona escucha y está atenta a las demás, es decir si hay una atención mutua. Es decir, cuando a una persona dice “ Parar “ los demás realmente se paran. Sólo una persona a la vez, puede dar la orden.

2. Historieta: Papui capítulo 17

Ayuda a la Niñez



3. Actividad de Grupo: Juego sobre Derechos de la Niñez

Material necesario: 1 tijeras, Anexo No 12 (derechos importantes de las niñas y niños.), Anexo No 13 (Situaciones)

EDUCADOR/A:

Vamos a sentarnos juntos en grupos de 5 a 8 niños niñas. Distribuiré un papel a cada grupo. (anexo No 14) Sobre este papel encontrarán una situación descrita y tendrán que encontrar qué párrafo encaja o corresponde con cada situación. También les voy a dar algunos derechos importantes de los niños y niñas (ver Anexo No 13).



Hable en su grupo sobre qué derechos no son respetados. Dé a los niños y las niñas algún tiempo para emparejar la situación con el párrafo correspondiente. Discuta con el grupo si los párrafos estuvieron bien emparejados o no y por qué.

EDUCADOR/A:

¿Adónde puedo ir si los derechos del niño no son respetados? ¿A quién puedo dirigirme?

(Dependiendo su país, usted puede sugerir organizaciones como terre des hommes, pero también oficinas de reclamación oficiales de gobierno u oficinas de ayuda a los jóvenes)

4. Relajación: Globo

Cada niño o niña finge que es un globo que está siendo inflado poco a poco.

EDUCADOR/A:

Este juego se llama “el Globo”. La idea es que siempre muy despacio cada persona está siendo llenada de aire, como un globo que se infla.

Para comenzar, nos agachamos.

Ahora despacio, con cada inhalación, nos abrimos cada vez más. Despacio estiramos los dedos de las manos y de los pies. Abrimos los brazos y estiramos las piernas haciéndonos más y más grandes.

Y nos estiramos tanto que el balón explota y nos caemos z-z-z-z-z-z-z suavemente al suelo y nos quedamos allí quietos.

(Dependiendo del tiempo disponible el juego se puede repetir.)



30. DERECHOS IGUALES PARA NIÑOS Y NIÑAS

1. Juego de Grupo: Semillas y Floración

EDUCADOR/A:

Hagamos un círculo. Cada persona empieza como si fuera una pequeña semilla (agachada como un balón muy apretado. Luego lentamente empieza a germinar (Desplegándose un poco y levantando sus brazos). Creciendo (poniéndose de pie) y finalmente deviniendo una flor abriéndose hacia arriba y expandiéndose hacia el sol. (Estirando los brazos hacia arriba y hacia fuera).

¡Repita esta rutina, yendo más rápido cada vez, terminando con todas las semillas que saltan en el aire juntas diciendo un “Ahhh” muy alto.

2. Historia: Papui - Capítulo 18

¡No hay derecho!



3. Actividad de Grupo: Me gusta ser una Muchacha - me gusta ser un Muchacho

Material necesario: 2 hojas grandes de cartulina y lápices de colores.

EDUCADOR/A:

Acabamos de oír en la historia Papui que las muchachas y muchachos a menudo son tratados de manera diferente.

Pero, es importante vivir en armonía. Haremos una actividad relacionada con esto. Primero vamos a dividir nuestro grupo con todas las muchachas a un lado y los muchachos al otro.

Cada grupo recibirá una hoja de cartulina. En ella las muchachas empezará por escribir la frase: “me gusta ser una muchacha porque...” y cada una completará la frase. Tienen que encontrar al menos cinco frases sobre por qué les gusta ser una muchacha. Lo mismo para los muchachos, empezarán escribiendo” me gusta ser muchacho porque... “Cada muchacho tendrá que encontrar al menos cinco frases sobre el por qué le gusta ser un muchacho.

(Deles algún tiempo para completar la tarea.)

Cuando ambos grupos han terminado sus frases todos se reúnen.

EDUCADOR/A:

Vamos a colgar ambos carteles y hablar de ellos. ¿Hay diferencias entre muchachas y muchachos? ¿Qué son esas diferencias?

4. Relajación: Relajación Colectiva

EDUCADOR/A:

Vamos a formar un círculo. Uno tras otro, cada participante mostrará su “ejercicio de relajación” representándolo silenciosamente. Los demás niños y niñas tratarán de adivinar de que se trata la actividad relajante .. (Puede ser descansar, leer,..)

Si el grupo es bastante grande, los niños y niñas pueden formar pares. Estas parejas pueden mostrar una acción relajante juntos. Evidentemente se han de poner de acuerdo de antemano sobre lo que quieren mostrar.



31. LA AUTOCONFIANZA - CÓMO HACER LOS NIÑOS FUERTES

1. Juego de Grupo: Viaje a nuestra Fuerza Interior

Material necesario: Papel y lápiz

EDUCADOR/A:

Hoy aprenderemos algo sobre nuestra fuerza interior. Vamos a comenzar nuestra sesión con un viaje imaginario. Vamos a relajarnos acostados en el suelo e iniciar el viaje.

Es muy importante ir despacio y hacer una pausa después de cada frase. Esto deja a los niños y niñas el tiempo necesario para interiorizarse.

Ahora cierran los ojos ... Recuerden algo de su vida, hace unas semanas, o tal vez a hace unos meses ... o unos años ... Vuelvan a un tiempo cuando ustedes se sintieron realmente felices, fuertes, ... seguros de sí mismos capaces. Recuerden una situación en la cual sintieron un bienestar total...

¿Qué imagen les viene a la memoria? ¿... Qué miraban? ¿... Qué colores había allí? ¿... Qué oyó usted? ¿... Qué voces eran agradables? ¿... Cómo era su voz? ¿... Qué olores recuerdan? ¿... Qué sintieron? ¿... Qué es lo que les hizo sentir tan bien? ¿... Qué les dio un sentimiento tan agradable de bienestar y fuerza? ...

Bien. Ahora, traten de encontrar una palabra o la frase que describe esa fuerza ... ¿Qué palabra o frase les viene para describir esa memoria? ...

Ahora inspiren y exhalen profundamente... tres veces ... estiren su cuerpo entero ... y vuelven al grupo ... de manera lenta y abran sus ojos.

Ahora anoten la palabra o frase han encontrado sobre su fuerza. Pueden también dibujar un cuadro. Escoja los colores que van mejor con su fuerza.

(Tales símbolos de fuerza y fuerza interior podrían ser un león, un sol naciente, radiante, o cosas similares.)

- ¿Qué experimentaste durante este viaje?

2. Historia: Papui - Capítulo 19

Las armas no son juguetes



3. Actividad de Grupo: Discusión con los Niños

EDUCADOR/A:

Hoy es la última sesión de grupo de SE AUTÉNTICO – NO VIOLENTO. Quiero que reflexionemos sobre lo que han aprendido del programa.

Material necesario: El anexo No 14 (Este soy yo - esto es lo que puedo hacer bien) puede dar fotocopias o escribir sobre la pizarra

El educador/a reparte las fotocopias.

EDUCADOR/A:

Cada uno de ustedes copia las frases de la pizarra (o mira el Anexo No 15 en la fotocopia). Dibujen los recuadros en su cuaderno y escriban allí sus propias frases. No hablen con nadie en el grupo sobre estas frases en la pizarra.

4. Relajación: Me gusto a mi mismo

EDUCADOR/A:

Para terminar nuestra sesión hoy, vamos a jugar un juego llamado “me gusto a mi mismo o me gusto a mi misma”. Van a escoger una persona de confianza y esta persona va a decir lo que aprecia en tí. Luego tú le vas a decir lo que te gusta de ti mismo/a. Un ejemplo podría ser: “lo que me gusta de mí es que soy siempre graciosa.”

Cada persona tendrá tres minutos para hablar.

Cuando yo de palmadas cambiaremos de pareja de juego. Empezamos ahora. (Mire el reloj. Cada participante tiene tres minutos, luego se cambian.)

Este ejercicio ayuda a las niñas y niños a darse cuenta de sus propios puntos fuertes. Para muchas personas es insólito o desagradable el apreciarse o valorarse. La diferencia entre la valoración de uno mismo y la jactancia debería ser hablada. Si usted encuentra la jactancia en los niños, recuérdelos este ejercicio sobre la valoración de uno mismo.

32. ¿QUÉ ES LA PAZ?

1. Juego de Grupo: Imagine Caminos y sígalos

EDUCADOR/A:

Vamos a quitarnos los zapatos y calcetines.

Voy a guiarles en un paseo imaginario. Ustedes van a recorrer los caminos que iré descubriendo. Ustedes los han de seguir, percibiendo cómo se sienten. Por ejemplo podría decirles que caminen sobre piedras.

Bien, comiencen por caminar en este espacio donde estamos dando vueltas alrededor. Sus pies avanzan, paso a paso. Ahora fíjense en qué sienten caminando sobre un césped muy alto... Ahora llegan a un camino de grava pedregoso. Las piedras empujan sus pies ... Ahora se van de ese lugar y entran en un camino fangoso en el bosque... De vez en cuando hay unas partes musgosas... Después de un paseo largo por allí caminan hacia la orilla del mar por un camino de arena caliente...

2. Historia: Papui - Capítulo 20

Esperanza de Paz



3. Actividad de Grupo: ¿La fabricación de un bricolaje ¿Qué es la Paz?

Material necesario: Tijeras, cola, periódicos, revistas y papel de cartón.



EDUCADOR/A:

Aquí tienen algunos periódicos y revistas. En esta sesión van agruparse en pequeños grupos (4-6 personas) y a buscar imágenes, fotos, en los periódicos o revistas que ustedes consideren que tienen algo que ver con la paz. Luego van a recortar esas fotos para pegarlas sobre cartulina. El título de este bricolaje es: ¿Qué es la paz?

En la historieta Papui vieron niños afectados por conflictos armados. Su vida diaria es la violencia. Pero todos ellos, al fondo de su corazón, quisieran vivir en paz. ¿Qué significa la paz para ustedes?

Si es posible habría que exponer algo, u organizar un evento para la escuela o la organización entera.

4. Relajación: El Juego del Árbol

Líder del Juego:

Busquen un lugar para relajarse.

Ahora imagínense que son un árbol. Sus pies son las raíces y están fijadas profundamente en la tierra. Sus brazos son las ramas y se expanden hacia el sol. Hay una brisa suave. Las ramas se balancean en el viento. El viento se hace más y más fuerte y mueve las ramas. Sopla cada vez más fuerte (el brazo y los movimientos de cuerpo se hacen más rápidos, más amplios y más intensos). Luego, poco a poco, el viento se apacigua (se reduce la velocidad de los movimientos).

(El juego termina cuando el viento se ha calmado completamente.)

33. AMISTAD Y AMOR

1. Juego de Grupo: El Día de una Flor

Cada participante interpreta el personaje de una flor.

Puede ser provechoso hacer esto con un ayudante que haya aprendido los movimientos de antemano y que se le pueda imitar.

EDUCADOR/A:

Hoy van a pretender que son una flor.

- En un campo grande hay muchas flores.
- Todas estas flores están dormidas, cerradas porque es de noche ... (cada persona está recogida agachada en el suelo).
- El sol se levanta al amanecer y envía sus rayos a la tierra.
- Las flores ... se abren lentamente...abren los ojos y parpadean... hacen estiramientos..., y... se levantan despacio abriendo los brazos de par en par).
- Durante el día, las flores son felices.
- ¡Hay abejas amistosas y la gente pasea disfrutando de las flores ... (Hagan un baile alegre!)
- Por la tarde, el sol se oculta lentamente. Las flores cierran sus pétalos uno a uno y despacito se van a dormir ... (Agáchense lentamente, plieguen los brazos y finjan que van a dormir.)

2. Historia: Papui - Capítulo 21

En casa por fin



3. y 4. Actividad de Grupo y Relajación: Grupo-Mandala

Material necesario: Hoja grande de papel o un rollo de papel, lápices de colores. O bien, si se hace afuera: materiales encontrados en Naturaleza

Hoy es nuestra última sesión del programa **SE AUTÉNTICO NO VIOLENTO**. Vamos a hacer un mandala. Un mandala es un dibujo o modelo generalmente geométrico, con frecuencia es circular o cuadrado, simbolizando o representando el cosmos. Los mandalas tienen un efecto en nuestra percepción y son utilizados para crear un sentido de unidad y para la meditación.

Este mandala puede ser diseñado al aire libre usando cosas de la naturaleza y papel.

Para terminar nuestro programa **SE AUTÉNTICO - NO VIOLENTO**, aconsejamos hacer este mandala de grupo que tiene como objetivo generar un momento de unión creando algo en grupo. Esto puede reforzar el sentimiento de cercanía e intimidad de las personas que forman el grupo y promover la buena voluntad de trabajar unidas - sin violencia.

Durante la creación del mandala se aconseja guardar una atmósfera concentrada en silencio. Se puede hacer el trabajo sin palabras, en comprensión silenciosa y armonía.



ANEXOS

&

FICHAS

ANEXO NO 1
5. FORMAS DE VIOLENCIA



BURLAS

GOLPEAR

EMPUJAR SUAVEMENTE

GRITAR A ALGUIEN

ROMPER ALGO

ARREBATAR ALGO A ALGUIEN

USAR MALAS PALABRAS

ENFADARSE

AMENAZAR ALGUIEN

DARLE UNA PALIZA A ALGUIEN

MENTIR

INTERRUMPIR
EMPUJAR
TIRAR DEL PELO
CACHETEAR A ALGUIEN
ROMPER ALGO
RIDICULIZAR A ALGUIEN

ANEXO NO 2

B. COMUNICACIÓN Y LENGUAJE CORPORAL



SENTIRSE OFENDIDO

SENTIRSE ABURRIDO

TRASTORNADO

HAMBRIENTO

SER EGOISTA

SER ABIERTO

ESTAR DESESPERADO

SENTIRSE TRANQUILO

SENTIRSE SATISFECHO

DECEPCIONADO

EMOCIONADO

TRISTE
SENTIR ENVIDIA
SENTIR AGOTAMIENTO
SENTIR INSEGURIDAD
SENTIR AVIDEZ
SENTIR ALEGRÍA
TENER SUEÑO
SENTIR VALENTÍA
SENTIR HUMILDAD
SENTIR MOLESTO
SENTIR MIEDO
SENTIR ENFADO

SENTIR CARIÑO

SENTIR ORGULLO

SENTIR CALMA

SENTIR ENTUSIASMO

SENTIR INTERÉS

SER UNA PERSONA HONESTA

SENTIR EMPATÍA

SENTIR SEGURIDAD

SENTIR MOLESTIA

SENTIR TEMOR

SENTIR SOLEDAD

ANEXO NO 3

FICHA DE TRABAJO

Como se pueden decir las frases siguientes sin hacer daño?

¡"TÚ ME ENFADAS!"

¡" TÚ ME HACES SENTIR MAL!"

107

¡"TU ERES ESTÚPIDO"!

¡"TU ME PONES TRISTE"!

ANEXO NO 4

16. SENTIMIENTOS AGRADABLES Y DESAGRADABLES

Cuando mis sentimientos me molestan, puedo...

1. **ACEPTARLOS.** Decirme a mi mismo/
misma: “Estoy triste.” “Estoy asustado/a.”
“Estoy enfadado/a.” “Tengo vergüenza.
“Está bien tener sentimientos.”

2. **RELAJARME.** Puedo respirar lenta y
profundamente y relajar todos mis músculos.
Puedo decirme a mi mismo?: Yo soy yo, yo
me siento a mi mismo y me siento protegido “.

3. **PENSAR** en maneras de ayudarme a mi
mismo/a. El pensamiento me ayuda a hac-
er algo inteligente en vez de hacerme daño
o empeorar las cosas.

4. **HACER** algo para ayudarme a mi
mismo/a. Tal vez me ayude hablar con al-
guien, o hacer algo que me guste. Si esto
no funciona vuelvo al paso 3.

ANEXO NO 5

16. SENTIMIENTOS AGRADABLES Y DESAGRADABLES

¿Cómo puedo manejar mis sentimientos cuando me abrumen?

- ▶ Permanecer tranquilo/a. No perder la calma. Contar hasta diez 10 antes de decir o hacer algo.
- ▶ Cuando alguien te provoca, ignora a esa persona, ni la mires.
- ▶ No uses violencia, no hagas daño a nadie.
- ▶ Si no te gusta, no tienes que actuar como los demás quieren que lo hagas.
- ▶ No estás solo/a. Siempre hay alguien de tu lado quien te apoya: Tus padres, tus profesores o tus amigos.

ANEXO NO 6

16- SENTIMIENTOS AGRADABLES Y DESAGRADABLES

¿Qué puedes hacer cuándo alguien te toma el pelo?

Cálmate (Inhala lentamente, exhala despacio 3 veces o bien cuente hasta cinco, diciéndose a si mismo/a “cálmate”)

Dile a la persona que te está tomando el pelo: “ no me gusta cuando me embromas”. O simplemente ignore a esa persona.

¡Dile al niño o niña que te toma el pelo
”**¡Ya basta!** “

Si esto no funciona y la persona continúa, ve a buscar alguien en quien confías y cuéntale lo que ocurre.

ANEXO NO 7

16. SENTIMIENTOS AGRADABLES Y DESAGRADABLES

¿Qué podemos hacer cuándo estamos realmente enfadados?

1. Reconocer lo que nos provoca el enfado. (Alguien te dice algo estúpido...)

2. Intenta comprender los sentimientos de la otra persona.
(El profesor lo regañó y ahora él lanza su ira sobre tí.)

3. Utilizando los mensajes personales, dile a la persona cómo te sientes.
(Me estoy enfadando porque me insultas.)

4. Presta atención a tu cuerpo.
(Sientes mucho calor en la cabeza y tu cuerpo está muy tenso. Tu vientre está caliente.)

5. Mantén tu atención sobre la verdadera situación presente.
(Es decir: No pienses que otra persona es estúpida y que ya nunca más le vas a dirigir la palabra.)

ANEXO NO 8

23. MANEJANDO LA IRA

Identifico sentimientos de enfado usando la declaración siguiente:

“ Me siento enfadada cuando Marta me insulta porque esto me pone en ridículo.”

ME SIENTO _____ cuando _____

PORQUE _____

ME SIENTO _____ cuando _____

PORQUE _____

ME SIENTO _____ cuando _____

PORQUE _____

ME SIENTO _____ cuando _____

PORQUE _____

ME SIENTO _____ cuando _____

PORQUE _____

ANEXO NO 9

16. SENTIMIENTOS AGRADABLES Y DESAGRADABLES

A usted no le ayudará:

Romper algo

Gritarle a alguien

Morder a alguien

Ser mezquino con una persona o animal

expresar violentamente una rabieta

pegar a alguien

Esto puede ayudarle:

Abrazar un oso de peluche

Tener una buena llorada

Dibujar un cuadro

Discutir las cosas

Desgarrar viejos periódicos

Alejarse de la situación

Jugar con arcilla y agua

Hacer saltar una pelota

Respirar profunda y lentamente

Pedir ayuda

Salir afuera en la naturaleza y gritar diciendo lo enfadada que está.

Escuchar música



ANEXO NO 10

25. ¿CÓMO MANEJAR CONFLICTOS?

6 Ejemplos de conflictos para recortar:

Dos niños visitan a Marcos. Marcos y Felipe quieren jugar un juego de cartas. Tomás quiere mirar la tele. Esto molesta a los otros dos.

Julia dice que Pedro le quitó su pluma. Pero ella no sabe si esto es verdad.

Marcos fumó en secreto. Jivan lo vio. Marco amenaza: “Si dices algo a mis padres te pegaré.”

Tomás es el mayor en el grupo. Él siempre quiere decidir qué deberían jugar los demás.

De camino a casa Julian amenaza a las muchachas diciéndoles “ Si no me traen caramelos mañana vendré con otros muchachos y les daré una paliza.”

“Timoteo se burla de Susana diciéndole ¡”Oiga cuatro ojos! Está horrible con esas gafas. “

ANEXO NO 11

27. MANEJANDO CONFLICTOS Y MEDIACIÓN

PALABRAS CLAVE para interactuar sin violencia

1. Empujar, golpear o cualquier otra violencia física está estrictamente prohibido.

2. Si estás de mal humor puedes alzar la voz pero recuerda que no tiene derecho a gritar.

3. No interrumpas a la otra persona. Déjala terminar. Escucha. No insultes. Habla en primera persona usando “Yo” en vez de echarle la culpa. Habla mirando a esa persona directamente.

4. Mira el problema desde ambos lados. Busca una solución común. Encuentra un acuerdo común. Si es necesario, busca a alguien que pueda hacer hacer el trabajo de mediación.

5. Aunque sea difícil admite que te equivocaste. Esto acelerará la solución del problema. ¡Recuerda que todas las personas podemos cometer errores!

6. Después de un argumento, cuando lo haya solucionado, se sentirá bien de nuevo.

ANEXO NO 12

28. DERECHOS DE LA NIÑEZ I

29. DERECHOS DE LA NIÑEZ II

Importantes derechos de los niños, niñas y adolescentes

Según la Convención de Derechos de la Niñez de las Naciones Unidas todas las personas menores de 18 años se benefician de derechos especiales. Aquí sigue una selección de derechos de esta Convención.

El derecho a un trato igual y a la no discriminación

Todos los niños y niñas deben ser tratados iguales. No importa, si es una niña o un niño, o qué nacionalidad, color de piel o religión tiene, si tiene una discapacidad, y independientemente de su origen social o étnico o de sus bienes materiales o si vive en su país de origen o en otro.

La prioridad del bienestar de los niños y las niñas

En todas las medidas que tomen las instituciones públicas o privadas de bienestar social, los tribunales, las autoridades administrativas o los órganos legislativos, el bienestar de los niños y niñas debe ser una consideración primordial.

116

El derecho a la asistencia médica, agua potable limpia y alimento sano y suficiente

Los gobiernos prometen cuidar de la salud y alimentación de los niños y niñas.

Cualquier persona menor de edad tiene derecho a tratamiento médico. Los gobiernos deben hacer lo que es necesario para prevenir enfermedades: Deben asegurarse que hay alimentos no contaminados y agua potable.

El derecho a la convivencia con la familia y a un hogar seguro

Los niños y niñas tienen derecho a vivir con su familia y a tener un hogar seguro.

El derecho a la protección contra la violencia

Los gobiernos prohíben cualquier forma de violencia contra los niños y niñas. No deben forzarlos a algo que los pone enfermos. A las personas adultas no se les permite golpear a niños o niñas.

El derecho a una protección contra la explotación

Los gobiernos prometen evitar la explotación de niños y niñas. Por ejemplo, no deben ser forzados a trabajar. Muchas empresas prefieren emplear niños y niñas porque reciben un salario más bajo.

ANEXO NO 12

28. DERECHOS DE LA NIÑEZ I

29. DERECHOS DE LA NIÑEZ II

El derecho a la educación y formación profesional

Los gobiernos deben hacer lo posible para que cada niño y niña pueda recibir educación. Cada niño y niña tiene derecho de aprender tanto como pueda. Deberían permitir a todas los niños y niñas ir a la escuela. La escuela primaria debería ser gratis de modo que quienes tienen padres pobres puedan aprender, también. En la escuela la dignidad de niños y niñas debe ser asegurada. Un profesor o profesora no debería golpear, insultar o abusar de sus alumnos o alumnas.

El derecho a la protección contra el abuso sexual

Los gobiernos prometen protección contra cualquier forma de abuso sexual. Por ejemplo de ser abusados por miembros de su familia así como por personas fuera de la familia.

El derecho a la protección y ayuda a víctimas de violencia

Los gobiernos prometen cuidar de los niños y niñas que han sido tratados cruelmente. Por ejemplo, algunos niños y niñas son traumatizados y heridos en la guerra o cuando tienen que escapar violencia. Los gobiernos se comprometen a ayudar niños y niñas afectados por violencia y conflictos armados.

117

El derecho a la protección contra el servicio militar

Niños y niñas menores de 18 años no pueden ser obligados a prestar el servicio militar y tampoco deben ser reclutados voluntariamente.

El derecho a expresar una opinión libremente, ser oído y participar activamente

Los gobiernos dan a cada niño y niña el derecho a ser oído/a. Esto quiere decir que cuando una decisión les concierne, se ha de escuchar y considerar su opinión.

El derecho al ocio, el juego y la recreación

Los gobiernos conceden a cada niño y niña el derecho al ocio, el juego y la recreación. Los niños y niñas deberían tener la posibilidad de hacer actividades que les guste. Lamentablemente, para muchos niños y niñas esto todavía no es así. Muchos tienen que trabajar para que sus familias puedan sobrevivir.

El derecho a la inscripción de nacimiento y nacionalidad

Cada niño y niña tiene derecho de ser inscrito inmediatamente después de su nacimiento y a adquirir una nacionalidad.

ANEXO NO 13

29. DERECHOS DE LA NIÑEZ II

Situaciones que corresponden con algunos derechos importantes de la niñez

Aruna de 12 años tiene que despertarse muy temprano por la mañana, cuando su hermano todavía está durmiendo porque tiene que barrer el suelo. Cuando su hermano se despierta, se toma el desayuno. Ambos van a la escuela. Por la tarde vuelven a casa. El hermano de Aruna va a jugar al fútbol con sus amigos pero Aruna tiene que hacer las compras y ayudar a su madre a preparar la cena. *(El derecho a un tratamiento igual para chicos y chicas, Artículo 2).*

Pedro tiene 8 años y está muy enfermo, tiene tuberculosis y necesita medicación. Sus padres son pobres y no tienen el dinero para comprar las medicinas. Los médicos no pueden ayudarlo sin estas medicinas. *(El derecho a la asistencia médica: Artículo 24)*

Rolando vive en Asia. Tiene 10 años. Sus padres son pobres y casi nunca ganan suficiente dinero para sobrevivir. Un día llega un hombre a su pueblo y propone un trabajo a Rolando en una fábrica donde podría ganar suficiente dinero para ayudar a su familia. Se siente triste porque tiene que trabajar muy duro y no tiene tiempo de jugar o ir a la escuela. *(El derecho a la educación y la formación, Artículo 28. El derecho a la protección contra la explotación, Artículo 19. El derecho a la protección contra la explotación económica, Artículo 32. El derecho al juego y al recreo, Artículo 31)*

Fafa vive en África. Tiene 13 años. Realmente le gusta ir a la escuela y consigue buenas notas. Su sueño es estudiar para ser enfermera. Pero hay un problema. Su padre no puede encontrar trabajo y su madre trabaja en el campo y gana muy poco para mantener a la familia. Este dinero no es suficiente para pagar los honorarios de la escuela y los libros de texto. Sus padres se ven obligados a sacarla de la escuela. Ahora ayuda a su madre en los campos y está desesperada. *(El derecho a la educación y la formación profesional, Artículo 28. El derecho al juego y recreo, Artículo 31)*

Eva vive en Norteamérica. Tiene 6 años. A veces es muy torpe y deja caer cosas. Hoy quiso ayudar a su madre a llevar platos a la cocina y dejó caer un plato. Su madre se enfadó mucho y le gritó. “ Eres estúpida. ¿No puedes ser más cuidadosa? “ Y golpea a Eva que comienza a gritar y gritar. Esto hace que su madre se ponga aún más enfadada y la golpea con un palo. Eva tiene dolor en todo el cuerpo. Se siente muy sola. *(El derecho a la protección contra la violencia, Artículo 19)*

Lorenzo tiene 12 años. Hay guerra en su país. Muchas personas están sin hogar; muchos han muerto o han sido heridos. Un día llegan unos hombres al pueblo y lo obligan al servicio militar y lo entrenan para matar. Le dan drogas para que no sienta miedo. *(El derecho a ser protegido contra el servicio militar, Artículo 38. El derecho a la protección contra la violencia y el abuso, Artículo 19. El derecho al juego y la diversión, la participación en la vida cultural y artística, Artículo 31)*

Magdalena vive en Sudamérica. Tiene 5 años, 3 hermanas y 2 hermanos. Su familia es pobre. Muchas noches tiene que irse a dormir con hambre porque su familia no tiene suficiente comida, no pueden comprar muchas verduras y carne o huevos. Magdalena está mal nutrida y débil. A menudo se siente cansada y no puede concentrarse en la escuela. *(El derecho a una alimentación sana y suficiente, Artículo 27)*

Bumi, 16 años, nació en un pueblo en Asia. Él no tiene ningún certificado de nacimiento porque después de nacer nadie de su familia lo registró. Un día, su tío en Inglaterra quiere invitarlo a vivir con él y su familia de modo que Bumi pueda seguir sus estudios en Inglaterra. Pero Bumi no puede ir porque no tiene el certificado de nacimiento para poder obtener un pasaporte. *(El derecho al registro de nacimiento, un nombre y nacionalidad, Artículo 7)*

Martin y Petra son hermanos. Viven en Europa. Martin tiene 6 años y su hermana tiene 4. Cada domingo visitan a su tío que vive no muy lejos. Durante una de estas visitas, lo llama a su habitación y les dice “ Hoy jugaremos un juego especial y es un secreto. “ Él los toca en sus partes privadas. Los dos se sienten extraños y no les gusta esto pero es su tío y confían en él así que no dicen nada. *(El derecho a la protección del abuso sexual, Artículo 34)*

Vinti, 11 años y vive en Asia. Hubo violencia en su país durante muchos años. Creció con la guerra. Él no sabe qué es la paz es. Muy a menudo, los soldados entran en su pueblo con armas y matan a muchas personas. El mes pasado los soldados mataron a su hermano mayor justo ante sus ojos. Ahora, por la noche, Vinti se despierta gritando. No puede dormir porque las imágenes de cómo ha muerto su hermano le atormentan. Vinti no puede concentrarse en la escuela, ha dejado de jugar con sus amigos y no habla con nadie. *(El derecho a la recuperación y la reintegración de las personas menores que han sido traumatizadas, Artículo 39)*

ANEXO NO 14

31. AUTOCONFIANZA - CÓMO HACER FUERTES A LOS NIÑOS Y NIÑAS

ESTO SOY - ESTO LO HAGO BIEN

MI NOMBRE ES:

Lo que más me gusta es:

Lo que hago bien es:

Este es mi sueño

VIOLENCIA PSICOLÓGICA



VIOLENCIA VERBAL



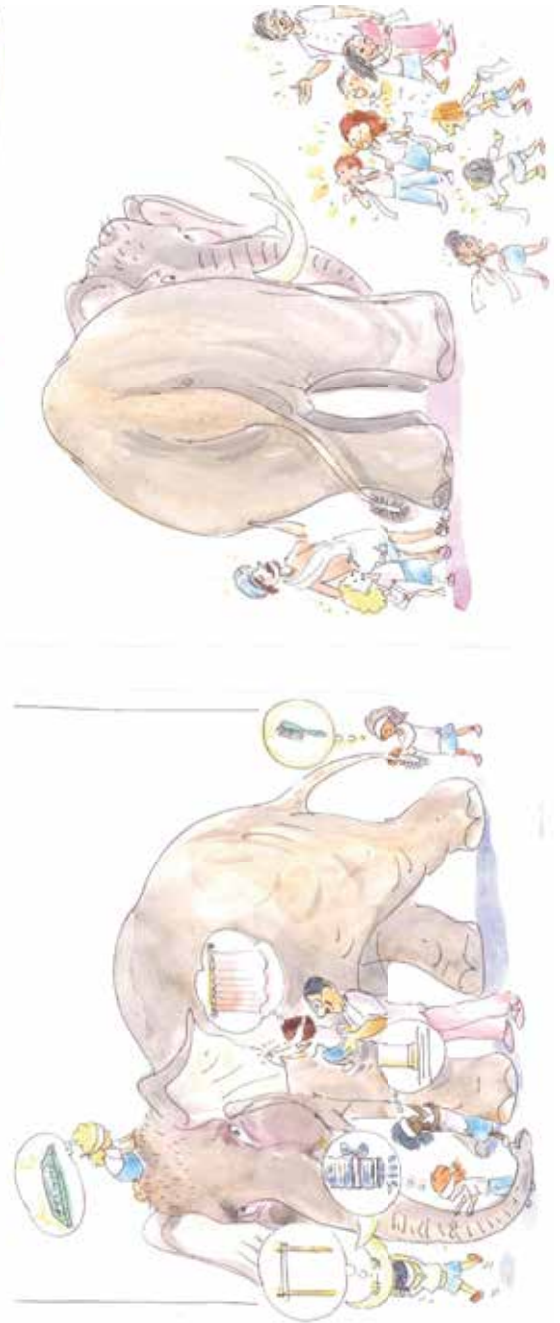
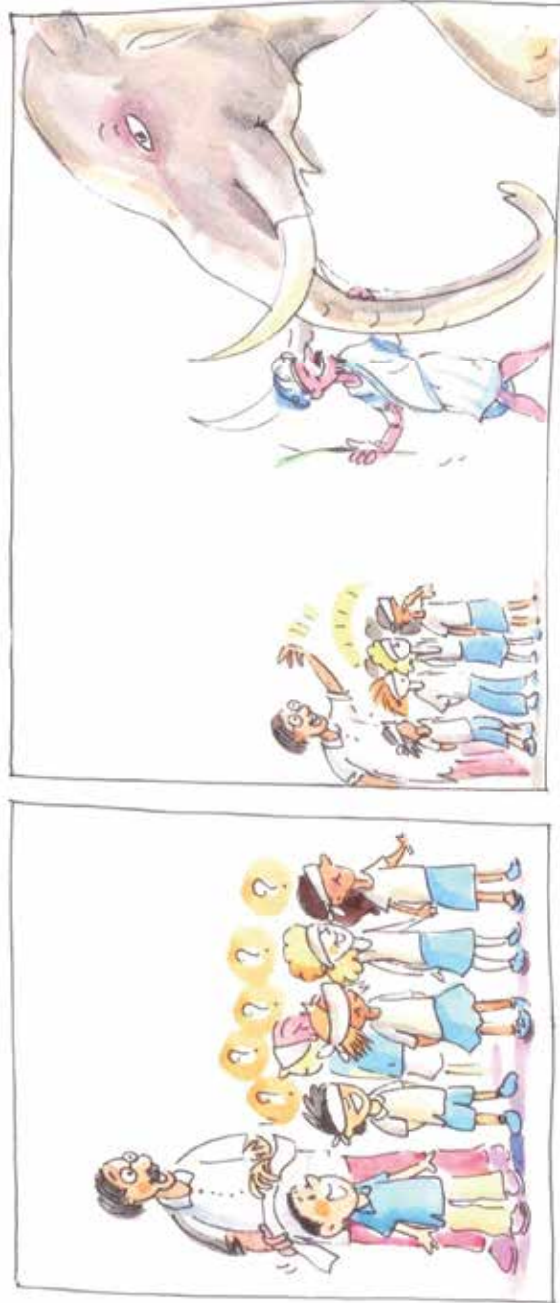
VIOLENCIA CONTRA COSAS



VIOLENCIA FÍSICA



¿QUÉ ES UN ELEFANTE?



¿QUÉ SON LOS SENTIMIENTOS?

Poema de Katia, una niña de 11 años



Los sentimientos van



Los sentimientos vienen



Hay sentimientos dentro
y alrededor nuestro



A veces son buenos



... a veces no.



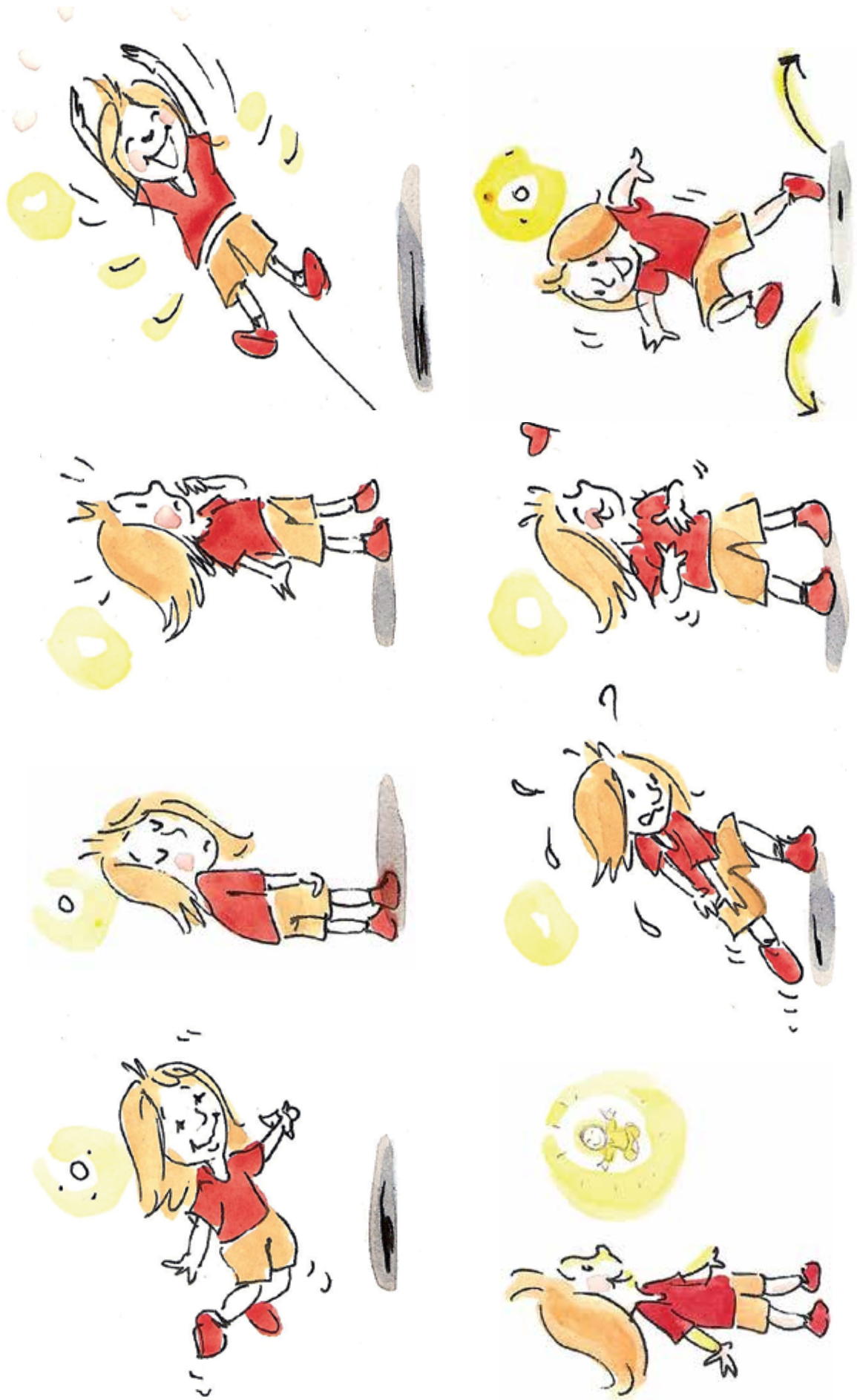
Pero todos tenemos
sentimientos



Estar encerrada y
sentirse insegura
son sentimientos
que no nos gustan.



DIVERSAS EXPRESIONES, MÍMICA Y POSTURA



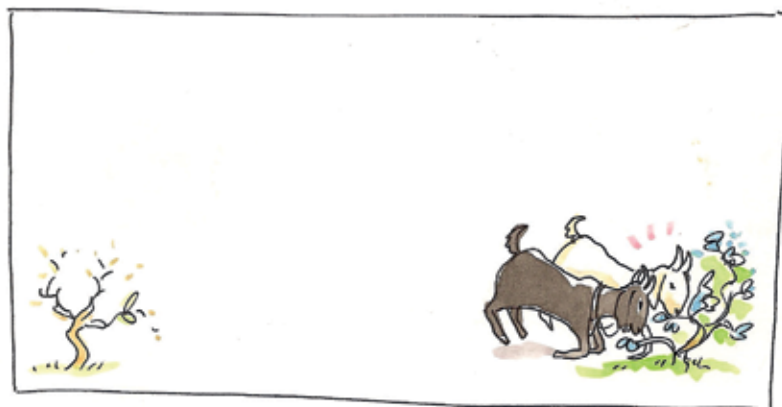
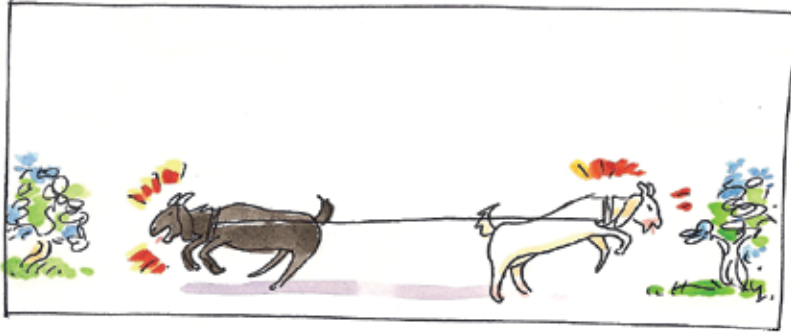
LA EMPATÍA

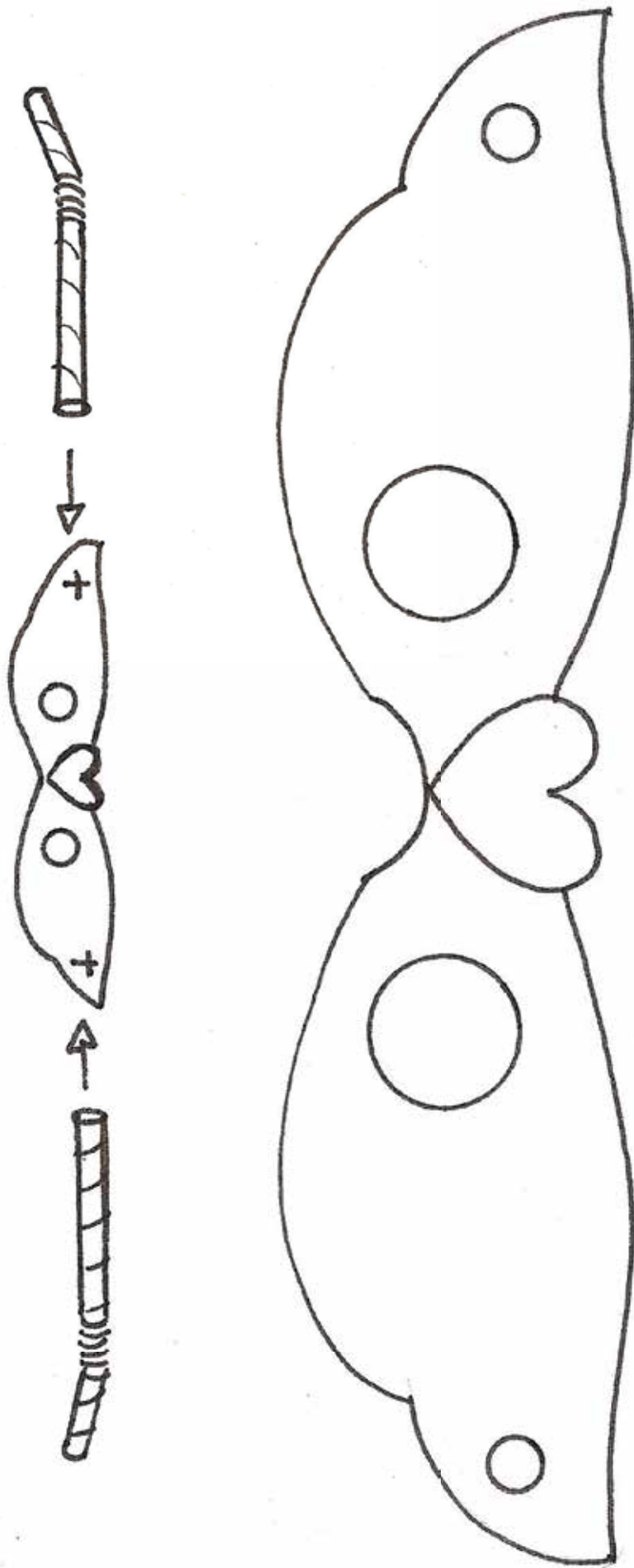


LA BURLA



RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS





EL EQUIPO



Rita Erben (Alemania)

Rita Erben nació en 1955, vivió en Colonia y en la actualidad, desde 2008, en el Sur de la India, en Auroville. Estudió Pedagogía Social y ciencias de la Comunicación. Después de 10 años trabajando como pedagoga social, cambió su trabajo al área de los medios de comunicación. De 1993 al 2008 trabajó como escritora independiente para la radio y la TV públicas (ARD y ZDF) con enfoque en derechos humanos y política social. *Durante 15 años trabajé en muchos lugares de todo el mundo, en zonas de crisis y guerra. Durante este tiempo aprendí que no podemos encontrar la paz por medio de la violencia, la ciencia, la revolución o la religión. La paz sólo puede ser encontrada dentro. La creación de este documento sobre la paz es un pequeño paso en esa dirección.*



Astrid Kummer (Alemania)

Nació en 1970 en Viernheim. Asistió al Colegio de Educación en Berlín. Más tarde trabajó durante un año en una escuela de niñas en Londres. De 1995 hasta el 2010 vivió en Auroville, India, donde creó varios proyectos sociales y culturales. En los últimos años participó en talleres de payaso y teatro en diferentes países, aplicando lo aprendido en sus proyectos. *Siento que es muy importante el auto conocimiento, ser conscientes de nuestros sentimientos e inhibiciones, de las diferentes partes de nuestro ser, nuestra fuerza y nuestra parte débil, así como de la manera en que nos relacionamos con las demás personas. Esto les daría la capacidad de relacionarse con los demás de forma pacífica.*



Emanuele Scanziani (Italia)

Nació en 1966, Milán. Comenzó a ser un ilustrador a los 16 y trabajó durante 12 años en el negocio de su familia, una oficina de dibujo, creando tarjetas de felicitación e ilustrando libros. En 1995 llegó a Auroville donde trabaja como ilustrador de libros y en proyectos de todo el mundo promoviendo un desarrollo sostenible, a través de proyectos educativos.



Ralf Willinger (Alemania)

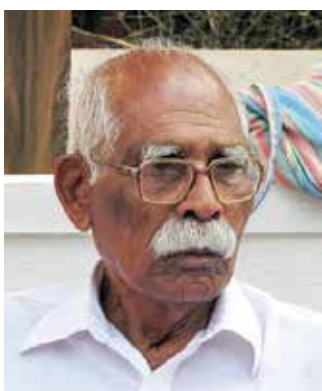
La Paz duradera sólo puede venir del interior. He encontrado gente joven en mis visitas a lugares de conflicto que organizaban demostraciones por la paz y partidos de fútbol a pesar de las amenazas de muerte. Esas personas son como fuentes de paz que pueden despertar la fuerza de la paz que yace profundamente dormida en nuestro interior. Ellas pueden inspirar los demás con su entusiasmo y audacia. Es importante fortalecer esta fuerza de la paz interior así como la comprensión hacia los demás y hacia uno mismo. Ojalá más y más niños y niñas, profesores, educadores y padres lo harán con ayuda de este maravilloso manual. Mis hijos están encantados con Papui, Dragui y AlgoMás.



Oliver J. Wiebelt (Alemania)

Nació en Heidelberg, Alemania, en 1968. Empezó su carrera profesional como banquero, trabajó en negocios de ventas en la ciudad de Nueva York. Antes de trabajar en la industria de telefonía móvil y en Tecnologías de la Información y la Comunicación. Ha participado durante 20 años en seminarios de crecimiento personal y enseñando programación a cientos de personas. Vive en Auroville desde hace dos años.

Para mí toda la vida es una cuestión de consciencia... Aunque ello no nos impida cometer errores, es la base para el cambio. La humanidad está en el umbral de un gran cambio y hemos de plantar la semilla y la tierra ahora y que los niños disfruten de una mejor vida sin violencia.



S. Mahalingam (India)

Estoy muy contento de haber contribuido una pequeña parte, como aquella de la ardilla en el Ramayana, en este proyecto benevolente, imaginativo y efectivo para ayudar a los niños y niñas a ser verdaderos evitando la violencia y viviendo en armonía en la familia en la comunidad y en el mundo.

Agradezco a Rita por darme una oportunidad de servir en esta noble causa.



Maria Desamparados Aznar Arce (Spain)

Me sentí inspirada a tomar parte en este trabajo por su valor educativo. El tema es importante y muy relevante en este momento en nuestro planeta y el enfoque es muy comprensivo.

La traducción al español ayudará a las personas de mi cultura a comprender nuestras maneras específicas de violencia, por ejemplo la violencia de género, y a soñar con un mundo mejor.

AUROVILLE

La mayor parte de las personas participando en este programa vive en Auroville.

Auroville fue fundada como una ciudad universal por Mirra Alfassa de nacionalidad francesa y llamada “La Madre”. Siguiendo una llamada de la UNESCO, el 28th de Febrero de 1968, llegaron jóvenes representando 124 naciones y todos los estados de la India para inaugurar la ciudad y recibir su Carta.

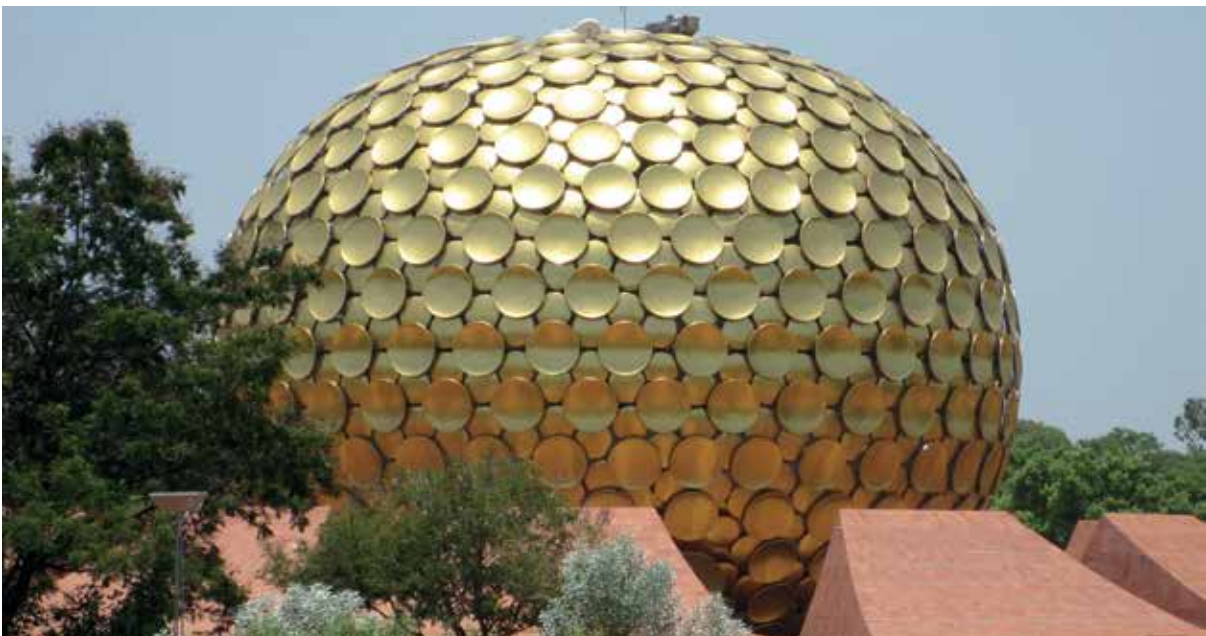
El propósito de Auroville es realizar la unidad humana – en la diversidad. Hoy Auroville es reconocida como el primero y único experimento internacionalmente respaldado que sigue en marcha hacia una unidad humana y transformación de la consciencia, que también investiga de forma práctica el desarrollo sostenible y las necesidades sociales, culturales y espirituales de la humanidad.

Auroville está situada al Sur de la India y tiene habitantes de 45 naciones de todas las edades, desde la infancia hasta mayores de 80, de todas las clases sociales y culturas, representando el conjunto de la humanidad. La población de la ciudad crece constantemente y en la actualidad es de 2,160 personas de las que aproximadamente un tercio son de la India. Auroville es un modelo único de experimento para la paz y la convivencia internacional. La ciudad está diseñada para un máximo de 50,000 habitantes. Entre otras organizaciones que apoyan los ideales de Auroville están la UNESCO y la Unión Europea.

Las autoras y muchas de las personas que participaron en la realización de este proyecto viven en Auroville.

“Auroville quiere ser una ciudad universal donde hombres y mujeres de todos los países puedan vivir en paz y en progresiva armonía por encima de todos los credos, políticas, y nacionalidades. El propósito de Auroville es realizar la unidad humana.”

Mirra Alfassa



UN SUEÑO

Debería existir en algún lugar de la tierra un lugar que ninguna nación pudiera reclamar como suyo, un lugar donde todas las personas de buena voluntad con una aspiración sincera, pudieran vivir libremente como ciudadanas del mundo, obedeciendo a una sola autoridad, la Verdad suprema; un lugar de paz concordia y armonía donde todos los instintos guerreros de la humanidad serían utilizados exclusivamente en conquistar la causa de sus sufrimientos y miseria, en superar sus debilidades e ignorancia, en triunfar sobre sus limitaciones e incapacidades; un lugar donde las necesidades del espíritu y búsqueda de progreso prevalecería sobre la satisfacción de los deseos y pasiones, la búsqueda de placeres y goze material.

En este lugar los niños podrán crecer y desarrollarse integralmente sin perder el contacto con su alma. La educación será dada no en vistas a pasar unos exámenes y obtener títulos sino para enriquecer las facultades ya existentes y desarrollar otras nuevas. En este lugar los títulos y posiciones serán suplantados por la oportunidad de servir y organizar. Se atenderá con igualdad a las necesidades del cuerpo de todas y cada una de las personas.

En la organización general la superioridad intelectual, moral y espiritual encontrará expresión no en incrementar los placeres y poderes de la vida sino en el aumento de los deberes y responsabilidades.

La belleza artística en todas sus formas, pintura, escultura, música, literatura estará disponible igualmente para todos, la oportunidad de compartir las alegrías que esto produce sólo estará limitada por las capacidades de cada persona y no por su posición social o financiera.

Porque en este lugar ideal el dinero ya no será el señor soberano. El mérito individual tendría mayor importancia que el valor que damos a la riqueza material y la posición social. El trabajo allí no sería un medio de ganarse la vida sino un medio de auto-expresión para desarrollar las propias capacidades y posibilidades haciendo al mismo tiempo un servicio al grupo, que por su parte proveería la subsistencia para cada persona y área de trabajo.

En resumen, sería un lugar en el que las relaciones humanas normalmente basadas en la competición y la lucha, serían reemplazadas por relaciones de estímulo para hacer mejor, de colaboración y auténtica fraternidad.

Mirra Alfassa

TERRE DES HOMMES

APOYO A LA NIÑEZ

Nuestro objetivo es una "terre des hommes", una "Tierra de Humanidad". La manera en que una sociedad cuida a sus niños, muestra su grado humanitario. Porque son los niños y niñas quienes más sufren en las guerras, hambre y pobreza.

terre des hommes es una organización internacional de apoyo a la niñez y de derechos de niños y niñas. Se fundó en 1967 en Alemania a raíz de las terribles noticias sobre la guerra de Vietnam. Un grupo de personas dedicadas no se conformaron simplemente en contemplar la miseria y el desastre de esta guerra. El primer programa de la asociación terre des hommes, fue la organización de vuelos de emergencia para niños heridos en Vietnam que fueron atendidos en Alemania en hospitales y clínicas de rehabilitación.

Hoy terre des hommes tiene un grupo de más de 1.500 voluntarios, trabajando en 147 lugares diferentes. Terre des hommes apoya unos 400 proyectos para niños y niñas necesitados en 30 países. Organizaciones nativas en Asia, África y Latino América que ayudan a los niños necesitados, son apoyadas y la auto iniciativa de la gente es fortalecida. Terre des hommes ayuda a los niños de la calle, abandonados y trabajadores, ayuda a niños que son víctimas de la guerra y la violencia y asegura su educación. Terre des hommes apoya a los jóvenes cuyas familias han muerto de SIDA, apoya el mantenimiento de la diversidad cultural y biológica y la protección de los derechos de grupos discriminados.

Los empleados en terre des hommes de las oficinas de coordinación en Africa, Asia y Latinoamérica acompañan los proyectos en las regiones respectivas y participan en diálogos con organizaciones locales asociadas. Esto asegura que el trabajo del proyecto puede flexiblemente responder a los requisitos de la región y nuevo desarrollo. Las organizaciones asociadas apoyan explícitamente la participación de niños y adolescentes en la formulación de los objetivos del proyecto, así como sus campañas de actividades para la ejecución de sus derechos.

En Alemania, terre des hommes está activa en la política como defensora de los derechos de los niños y niñas. Terre des hommes es independiente de gobiernos, economía, comunidades religiosas y partidos políticos y toma decisiones claras cuando las decisiones políticas, intereses económicos o comportamiento de individuos van directamente contra los derechos de la población infantil.

El presidente Martin Gürtler, afirma; "Después de más de 40 años, podemos mirar atrás sobre lo que fue un éxito y eso nos anima a continuar. Pero todavía hay muchos niños y niñas sufriendo de pobreza y violencia, trabajando en condiciones perjudiciales para su salud y sin oportunidad de recibir una formación o de ir a la escuela. Esta es la razón por la que nuestro trabajo debe continuar".

Cuenta para donaciones:

BIC GENODEF1OSV

IBAN DE20 2659 0025 0700 8007 00

Juntos contra a violència உண்மையுள்ளவனாய் இரு வன்முறை தவிர
ander – Ohne Gewalt Soyez Vrai – Non Violent םילא אל ןאמא ה'ה
सच्चे बनो - हिंसक नहीं। Sii Vero - Non Violento Se Verdadero y no Violento
Violento Be True - Not violent 폭력을 넘어, 사랑으로... Juntos contra
Juntos contra a violència உண்மையுள்ளவனாய் இரு வன்முறை தவிர

SE AUTÉNTICO NO VIOLENTO es un programa para reducir el comportamiento impulsivo y agresivo en niños y niñas, quienes aprenderán a reconocer sus sentimientos y a expresarlos de manera sana y positiva. El objetivo de este programa es aprender a resolver conflictos de manera pacífica, estudiando nuestros propios límites y tomando en serio a las demás personas. Desarrollaremos la empatía, identificándonos con la manera de pensar de los demás y descubriremos métodos que nos ayuden a manejar nuestra propia ira y frustración.

Queremos proponer además, métodos alternativos para cultivar la autoconfianza en los niños y niñas. Así ellos pueden crecer lo suficientemente "fuertes" para manejar el mundo actual.

