

proniño

# Docentes en acción

MANUAL PARA FORTALECER HABILIDADES PERSONALES  
Y SOCIALES DE NIÑOS, NIÑAS, ADOLESCENTES Y PADRES



Fundación  
*Telefonica*



*Cesip*

proniño

# Docentes en acción

MANUAL PARA FORTALECER HABILIDADES PERSONALES  
Y SOCIALES DE NIÑOS, NIÑAS, ADOLESCENTES Y PADRES



Fundación  
*Telefónica*



**Cesip**



Centro de Estudios Sociales y Publicaciones  
Coronel Zegarra 722 - Jesús María, Lima - Perú  
Teléfono: 471 3410    Telefax: 470 2489  
E-mail: [postmast@cesip.org.pe](mailto:postmast@cesip.org.pe)  
Página Web: [www.cesip.org.pe](http://www.cesip.org.pe)

**Directora General:**

*Ana Vásquez Gardini*

**Responsable del Programa “Promoción y Protección de los Derechos de los niños, niñas y adolescentes”**

*Isaac Ruíz Sánchez*

**Equipo del proyecto “Programa Proniño – Perú. Contribuyendo a la erradicación del trabajo infantil a través de la escolarización”:**

*Elizabeth Yndigoyen G. – Milagros Ríos F.*

**Elaborado por:**

*Helga Bazán Hernández (CIDE)*

**Revisión:**

*Liliana Villanueva*

---

**Diseño e Impresión:**

Raul Peña S.A.C. Telf. 9969 8361 - 464 0747 - 464 0601

**Ilustraciones:**

Eduardo Luna Rodríguez

Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2006-3893

Tiraje: 500 ejemplares

Lima, Perú

2006

## Estimado maestro, estimada maestra:

Este manual te brinda recursos para fortalecer las habilidades personales y sociales de padres, niños, niñas y adolescentes con los que trabajas. Recoge la experiencia del “Programa Proniño – Perú, Contribuyendo a la erradicación del trabajo infantil a través de la escolarización”, desarrollado en colegios de Lima y provincias.

Contiene Talleres detallados para replicar y también te ofrece ideas para que programes tus propias sesiones de trabajo adaptándolas a las características de las personas a quienes atenderás. Recuerda que los Talleres pretenden fundamentalmente el desarrollo de habilidades y actitudes que permitan a los participantes enfrentar con éxito las situaciones de riesgo a las que pueden encontrarse expuestos. Esto se logra principalmente conectándose con sus experiencias y sentimientos, ensayando nuevas respuestas y evaluando las consecuencias de las mismas. Entonces, los talleres no tendrán como finalidad la transmisión de datos o conceptos aislados de la práctica.



Sin embargo, es indispensable que, como responsable de un taller, manejes los contenidos y reflexiones sobre tus concepciones acerca de los temas que abordarás con los niños, niñas, adolescentes y padres. Por eso, hemos incorporado textos informativos y actividades de reflexión. Recuerda que, en torno a estos temas, tú también posees creencias, concepciones y saberes que te involucran intelectual y emocionalmente. La reflexión con otros maestros y maestras te permitirá confrontar ideas y llegar a consensos básicos necesarios para dar continuidad y unidad al trabajo de formación.

## 📄 Talleres para replicar

El esquema o matriz de planificación de talleres contiene los siguientes elementos básicos:

**Objetivo:** (¿Para qué enseñar?)

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSOS	TIEMPO
¿Cuál es el nombre de las diversas actividades, técnicas o procedimientos a emplear?	¿Qué experiencias diseñaré para promover el aprendizaje?: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cómo recuperarán sus saberes previos o activarán sus ideas?</li> <li>• ¿Cómo construirán el conocimiento?</li> <li>• ¿Qué actividades pueden promover la transferencia del saber?</li> </ul>	¿Qué medios se requieren? (materiales, equipos, textos, útiles, etc.)	¿Cuánto tiempo durará cada actividad?

Te recomendamos emplees este esquema para programar tus propios talleres. Sin embargo manéjate con un criterio flexible, entendiendo que no hay esquemas que valgan para todos los grupos ni para todas las circunstancias.

Para profundizar sobre este tema, te recomendamos que leas el tercer capítulo del “Manual de habilidades Docentes para la Capacitación”. Cesip, 2005.

¡Manos a la obra!



## Índice

1.	LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES TIENEN DERECHOS	7
2.	EL PROBLEMA DEL TRABAJO INFANTIL. Taller para replicar	15
3.	TODOS SOMOS VALIOSOS Y VALIOSAS. Taller para replicar	25
4.	APRENDER Y ENSEÑAR A CONTROLAR EL ENOJO	37
5.	SÍ AL BUEN TRATO, NO AL MALTRATO. Taller para replicar	43
6.	DECIR LO QUE PENSAMOS, EXPRESAR LO QUE SENTIMOS	53
7.	PREVINIENDO LA PARTICIPACIÓN EN PANDILLAS	57
8.	ESTUDIANDO MEJOR	65
9.	VIVIR SALUDABLEMENTE LA SEXUALIDAD	69
9.1	ENSEÑANDO A LOS NIÑOS Y NIÑAS A PROTEGERSE DEL ABUSO SEXUAL	71
9.2	EL ENAMORAMIENTO	75
9.3	PROTEGIÉNDOSE DE INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL: ITS - VIH	81
9.4	EMBARAZO EN LA ADOLESCENCIA	89
	BIBLIOGRAFÍA	93



# Los niños, niñas y adolescentes tienen derechos

La Asamblea General de las Naciones Unidas aprobó la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño, en la que reconoce que todos los niños, niñas y adolescentes entre 0 y 18 años nacen con Derechos y necesitan protección especial.

Los niños, niñas y adolescentes que conocen sus Derechos, pueden hacerlos respetar. La sociedad y, de manera especial los padres y maestros, tienen la obligación de estar informados sobre ellos, respetarlos y vigilar que se cumplan. ¡Así los niños, niñas y adolescentes desarrollarán sus potencialidades y crecerán más sanos y felices!

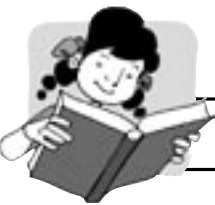




## Antes de leer

1. Reflexiona sobre estos casos: ¿Qué Derechos crees que no se respetan?

- ▶ **Martín** tiene 6 años y es portador del VIH. Los padres de familia del colegio al que asiste, han exigido al Director que le prohíba asistir a clases. Temen que contagie a sus hijos. Martín no tiene dónde estudiar.
- ▶ **Rocío** asiste al 5º grado de Primaria por las mañanas. Al llegar a casa, debe cuidar a sus hermanitos de 2 y 3 años porque su mamá sale a trabajar. Cuando sus amigas la buscan para jugar, ella no puede salir.
- ▶ **Lalo** lleva los apellidos de su mamá porque su papá no quiere reconocerlo.
- ▶ **Luisa** es una adolescente que anda siempre en la calle con sus amigas y amigos expuesta a situaciones de riesgo. Sus padres no se preocupan por averiguar qué hace ni dónde está.



## Durante la lectura

2. Lee la Declaración de los Derechos del Niño. ¿Con qué Derechos se relacionan los ejemplos anteriores?. Escribe el nombre del personaje a un costado del principio.

### DECLARACIÓN DE LOS DERECHOS DEL NIÑO.

#### *Principio 1*

El niño disfrutará de todos los derechos enunciados en esta Declaración. **Estos derechos serán reconocidos a todos los niños sin excepción alguna** ni distinción o discriminación por motivos de raza, color, sexo, idioma, religión, opiniones políticas o de otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento u otra condición, ya sea del propio niño o de su familia.

*Principio 2*

El niño gozará de una protección especial y dispondrá de oportunidades y servicios, dispensado todo ello por la ley y por otros medios, **para que pueda desarrollarse** física, mental, moral, espiritual y socialmente en forma saludable y normal, así como en condiciones de libertad y dignidad. Al promulgar leyes con este fin, la consideración fundamental a que se atenderá será el interés superior del niño.

*Principio 3*

El niño tiene **derecho** desde su nacimiento **a un nombre y a una nacionalidad**.

*Principio 4*

El niño debe gozar de los beneficios de la seguridad social. **Tendrá derecho a crecer y desarrollarse en buena salud**; con este fin deberán proporcionarse, tanto a él como a su madre, cuidados especiales, incluso atención prenatal y postnatal. El niño tendrá derecho **a disfrutar de alimentación, vivienda, recreo y servicios médicos adecuados**.

*Principio 5*

El **niño** física o mentalmente **impedido** o que sufra algún impedimento social **debe recibir el tratamiento, la educación y el cuidado especiales que requiere su caso particular**.

*Principio 6*

El niño, para el pleno y armonioso desarrollo de su personalidad, necesita amor y comprensión. Siempre que sea posible, **deberá crecer al amparo y bajo la responsabilidad de sus padres y, en todo caso, en un ambiente de afecto y de seguridad moral y material**; salvo circunstancias excepcionales, no deberá separarse al niño de corta edad de su madre. La sociedad y las autoridades públicas tendrán la obligación de cuidar especialmente a los niños sin familia o que carezcan de medios adecuados de subsistencia. Para el mantenimiento de los hijos de familias numerosas conviene conceder subsidios estatales o de otra índole.

*Principio 7*

El niño tiene **derecho a recibir educación, que será gratuita y obligatoria** por lo menos en las etapas elementales. Se le dará una educación que favorezca su cultura general y le permita, en condiciones de igualdad de oportunidades, desarrollar sus aptitudes y su juicio individual, su sentido de responsabilidad moral y social, y llegar a ser un miembro útil de la sociedad.

El interés superior del niño debe ser el principio rector de quienes tienen la responsabilidad de su educación y orientación; dicha responsabilidad incumbe, en primer término, a sus padres.

**El niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones**, los cuales deben estar orientados hacia los fines perseguidos por la educación; la sociedad y las autoridades públicas se esforzarán por promover el goce de este derecho.

*Principio 8*

El niño debe, en todas las circunstancias, figurar entre los **primeros que reciban protección y socorro**.

*Principio 9*

El niño debe ser **protegido contra toda forma de abandono, crueldad y explotación**. No será objeto de ningún tipo de trata.

**No deberá permitirse al niño trabajar antes de una edad mínima adecuada; en ningún caso se le dedicará ni se le permitirá que se dedique a ocupación o empleo alguno que pueda perjudicar su salud o su educación o impedir su desarrollo físico, mental o moral.**

*Principio 10*

El niño **debe ser protegido contra las prácticas que puedan fomentar la discriminación racial, religiosa o de cualquier otra índole. Debe ser educado en un espíritu de comprensión, tolerancia, amistad entre los pueblos, paz y fraternidad universal, y con plena conciencia de que debe consagrar sus energías y aptitudes al servicio de sus semejantes.**



## Después de leer

3. Ilustra con imágenes o experiencias cuándo cada derecho se cumple o es vulnerado.



## Sabías qué...

Según el Código de los Niños y Adolescentes, ellos tienen **DERECHO**:

### **A ser respetados por sus educadores**

El niño y el adolescente tienen derecho a ser respetados por sus educadores y a cuestionar sus criterios valorativos, pudiendo recurrir a instancias superiores si fuera necesario.

### **A la protección por los Directores de las instituciones educativas**

Los Directores de los centros educativos comunicarán a la autoridad competente los casos de:

- a) Maltrato físico, psicológico, de acoso, abuso y violencia sexual en agravio de los alumnos;
- b) Reiterada repitencia y deserción escolar;
- c) Reiteradas faltas injustificadas;
- d) Consumo de sustancias tóxicas;
- e) Desamparo y otros casos que impliquen violación de los derechos del niño y adolescente;
- f) Rendimiento escolar de niños y adolescentes que trabajan; y
- g) Otros hechos lesivos.

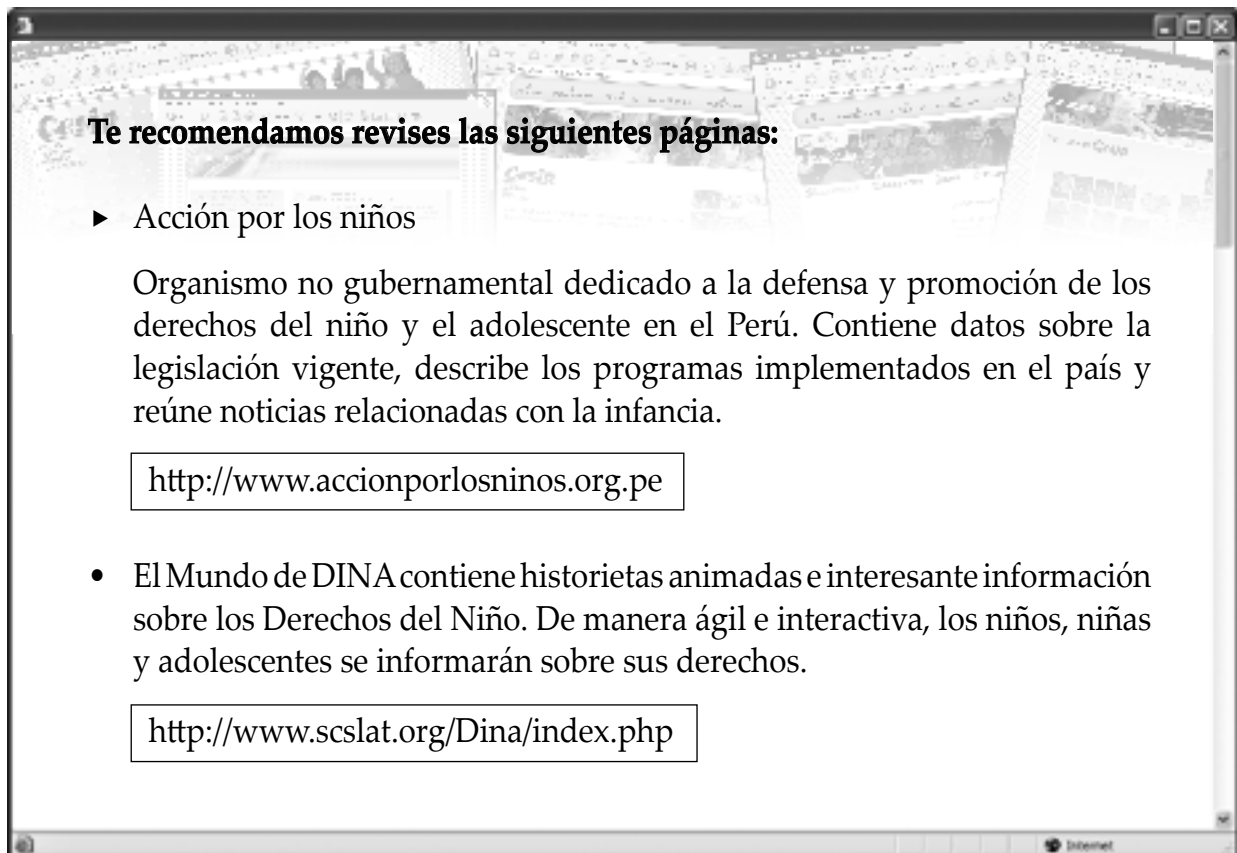
- ▶ ¿Sabes cuántos niños, niñas y adolescentes de tu escuela trabajan y en qué lo hacen?
- ▶ ¿A qué riesgos están expuestos tus alumnos y alumnas que trabajan? ¿Ellos, ellas son concientes de esos riesgos?
- ▶ ¿Qué puedes hacer en caso que descubras que algún alumno tuyo está siendo víctima de maltrato o abandono?

### ¿Y los **DEBERES**?

Según el Código de los Niños y Adolescentes son deberes de los niños y adolescentes:

- a) Respetar y obedecer a sus padres o los responsables de su cuidado, siempre que sus órdenes no lesionen sus derechos o contravengan las leyes;
- b) Estudiar satisfactoriamente;
- c) Cuidar, en la medida de sus posibilidades, a sus ascendientes en su enfermedad y ancianidad;
- d) Prestar su colaboración en el hogar, de acuerdo a su edad;
- e) Respetar la propiedad pública y privada;
- f) Conservar el medio ambiente;
- g) Cuidar su salud personal;
- h) No consumir sustancias psicotrópicas;
- i) Respetar las ideas y los derechos de los demás, así como las creencias religiosas distintas de las suyas; y
- j) Respetar a la Patria, sus leyes, símbolos y héroes.

Código de los Niños y Adolescentes, capítulo 4. Art. 24



**Te recomendamos revises las siguientes páginas:**

- ▶ Acción por los niños  
Organismo no gubernamental dedicado a la defensa y promoción de los derechos del niño y el adolescente en el Perú. Contiene datos sobre la legislación vigente, describe los programas implementados en el país y reúne noticias relacionadas con la infancia.  
<http://www.accionporlosninos.org.pe>
- El Mundo de DINA contiene historietas animadas e interesante información sobre los Derechos del Niño. De manera ágil e interactiva, los niños, niñas y adolescentes se informarán sobre sus derechos.  
<http://www.scslat.org/Dina/index.php>

## &gt;&gt;&gt;&gt; PROGRAMA TUS PROPIAS SESIONES DE TRABAJO



Aprendemos a reconocer cuándo los Derechos de los niños, niñas y adolescentes no son respetados.

- ▶ Conformar grupos para que los participantes dramatizen situaciones en las que consideran que los Derechos de los niños, niñas y adolescentes no son respetados.
- ▶ Infórmales sobre los Derechos de los niños, niñas y adolescentes. Según las edades, puedes emplear directamente la Declaración de los Derechos del Niño o traducirla a un lenguaje simple para garantizar su comprensión.
- ▶ Plántales casos sencillos, muéstrales titulares de periódicos o imágenes. Pídeles que identifiquen los Derechos que son vulnerados, usando la información recibida sobre sus Derechos.
- ▶ Pídeles que elaboren carteles para difundir cuándo sus Derechos se cumplen y cuándo no.



>>>> PROGRAMA TUS PROPIAS SESIONES DE TRABAJO



Nos comprometemos a asumir nuestros Deberes como niños, niñas y adolescentes

- ▶ Pide a los niños, niñas o adolescentes participantes que indiquen cuáles creen que son sus deberes. Escríbelos y luego lee con ellos y ellas cuáles son los que se consideran en el código del Niño y el Adolescente.
- ▶ Ayúdalos a identificar aquellos deberes que no consideraron en un inicio.
- ▶ Seleccionen algún deber que consideren debe ser la meta de todo el grupo, dando razones para la elección. Este puede variar periódicamente. Escriban un lema que represente el compromiso del grupo en el cumplimiento de ese deber. Ejm.:



**Deber seleccionado por el grupo:** Respetar la propiedad pública y privada.  
**Lema:** "Si confiable quieres ser, lo ajeno no debes coger."

- ▶ Invítalos a plantearse un reto personal muy concreto que apunte al cumplimiento del deber seleccionado por el grupo. Ejm.:

Pedir prestado antes de tomar útiles de la cartuchera de mi amigo.  
Álvaro

Devolver lo que me prestan.  
Marco

- ▶ Evalúa con los participantes el cumplimiento de sus retos personales. Coloca en un lugar destacado los nombres de aquellos que están mejorando.



# El problema del trabajo infantil

“La humanidad debe al niño lo mejor que puede darle...

El niño gozará de una protección especial y dispondrá de oportunidades y servicios, dispensado todo ello por la ley y por otros medios, para que pueda desarrollarse física, mental, moral, espiritual y socialmente en forma saludable y normal, así como en condiciones de libertad y dignidad... El niño debe ser protegido contra toda forma de abandono, crueldad y explotación”.

Declaración de los Derechos del Niño





El trabajo infantil y adolescente, es definido por la Convención Internacional sobre Derechos del Niño (Art. 32) como el “desempeño de parte de niños, niñas y adolescentes de cualquier trabajo que pueda ser peligroso o entorpecer su educación o que sea nocivo para la salud o para su desarrollo físico, mental, espiritual, moral o social”.



Evidentemente, es posible la existencia de “trabajo formativo”. Se refiere al trabajo que no sólo no los coloca en riesgo, sino más bien promueve el desarrollo de sus capacidades y habilidades. Pero en nuestra realidad este tipo de trabajo es excepcional. El trabajo infantil realmente existente es sinónimo de explotación y vulneración cotidiana de derechos.

Otra grave consecuencia del problema es el riesgo de abandono de la escuela, lo que representa una grave limitación para el desarrollo de sus capacidades y potencialidades, la pérdida de sus oportunidades para el futuro, y es muy probable que niños, niñas y adolescentes que trabajan continúen de adultos en la pobreza.

La mayoría de trabajos que realizan los niños, niñas y adolescentes en nuestro país pueden calificarse como nocivos o peligrosos tanto por la naturaleza de la labor como por las condiciones en las que se efectúan. Entre las principales consecuencias del trabajo infantil se encuentran las siguientes:

### **Consecuencias físicas**

- ▶ Agotamiento
- ▶ Retraso en el crecimiento
- ▶ Envenenamiento químico, por trabajar con sustancias tóxicas: reactivos químicos, inhalación de sustancias en minas, etc.
- ▶ Cortes
- ▶ Tétanos
- ▶ Quemaduras
- ▶ Dolores musculares
- ▶ Fracturas
- ▶ Malformaciones de la columna
- ▶ Daños en la visión o audición
- ▶ Enfermedades diarreicas, respiratorias o de la piel
- ▶ Invalidez parcial o total e incluso la muerte

### **Consecuencias emocionales**

Como producto del maltrato y la explotación, los niños, niñas y adolescentes presentan:

- ▶ Baja autoestima
- ▶ Inseguridad
- ▶ Tensión
- ▶ Sentimientos de enojo
- ▶ Desesperanza
- ▶ Desconfianza en los demás
- ▶ Dificultad para relacionarse con otras personas



## Consecuencias sociales

- ▶ Los niños y niñas que trabajan no tienen tiempo para participar en actividades muy importantes para su formación, como jugar, educarse y relacionarse con otros niños y niñas de su edad. Estos son derechos que no pueden ejercer.
- ▶ Se convierten en adultos antes de tiempo, al enfrentarse a exigencias inapropiadas para su edad.
- ▶ Tienen un bajo rendimiento escolar, repiten de año o abandonan el colegio; esto es un obstáculo para su desarrollo futuro y perpetúa la pobreza.



Los niños y niñas no deben estar expuestos a exigencias propias de los adultos, ni realizar actividades que pongan en riesgo su desarrollo futuro. Por ello, el trabajo infantil, especialmente el riesgoso y nocivo, debe ser erradicado.

**Te recomendamos revises las siguientes páginas:**

- ▶ La Organización Internacional del Trabajo - OIT tiene el Programa IPEC donde encontrarás mucha información sobre trabajo infantil.  
<http://www.oit.org.pe/ipec/>
- ▶ Comité Directivo Nacional Para la Prevención y Erradicación del Trabajo Infantil – CPETI. Aquí encontrarás el Plan Nacional de Prevención y Erradicación del Trabajo infantil.  
[http://www.mintra.gob.pe/sst\\_dpm\\_legislacion.php](http://www.mintra.gob.pe/sst_dpm_legislacion.php)
- ▶ La Marcha Global Contra el Trabajo Infantil le recuerda al mundo que todos los niños, niñas y adolescentes deben ser protegidos de la explotación y el abuso.  
<http://www.globalmarch.org> (página en inglés)

 **EL PROBLEMA DEL TRABAJO INFANTIL**  
**Taller para replicar con padres y madres**

**OBJETIVO:**

Los padres y madres de familia lograrán:

Identificar las consecuencias negativas del trabajo infantil y promover la asistencia de los niños a la escuela.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
Bienvenida: Dinámica “Busca tu grupo”	Los padres reciben al llegar al taller, la figura de un niño, niña o adolescente realizando alguna actividad (algunos estarán trabajando, otros realizarán actividades apropiadas a su edad ).  A la indicación del facilitador, deberán buscar a quienes tenga la misma imagen, quedando así en grupos de 4 participantes. Se les pide que uno le diga al otro su nombre, cuántos hijos tienen y de qué edades. Luego un padre presenta al otro.	Imágenes referidas a actividades infantiles, cuatro copias de cada una (usar anexo. Página 23).	10 minutos
Presentación del trabajo a realizar	Hoy en el taller, aprenderemos por qué hay niños, niñas y adolescentes que trabajan y las consecuencias negativas o riesgos que corren sus hijos e hijas si es que trabajan.		

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
<p>Recojo de creencias a partir de imágenes. En grupos de 4.</p>	<p>En los mismos grupos conformados para la presentación, los padres y madres conversan si la imagen que les tocó representa una actividad adecuada para los niños, niñas y adolescentes o no y por qué.</p> <p>Comparten lo discutido en plenaria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Un miembro del grupo describe la imagen que les tocó.</li> <li>• Comparte su respuesta y las razones.</li> </ul> <p>El facilitador pegará en dos columnas las imágenes, quedando así clasificadas:</p> <p><b>“Actividades apropiadas para los niños, niñas y adolescentes”</b></p> <p><b>“Actividades inapropiadas para los niños, niñas y adolescentes”</b></p> <p>El facilitador cierra esta actividad escribiendo debajo de cada columna qué caracteriza a una actividad apropiada y qué caracteriza a una inapropiada, según lo que los padres hayan dicho en sus fundamentaciones.</p>	<p>Imágenes repartidas al inicio</p> <p>Papelógrafo Plumón Cinta adhesiva</p>	<p>30 minutos (puede variar según la cantidad de participantes)</p>

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
<p>Lectura de texto informativo. Con todos los asistentes.</p>	<p>Reciben el texto informativo, que aparece al inicio de este módulo. El facilitador lo lee en voz alta, considerando que pueda haber entre los participantes, personas analfabetas.</p> <p>El facilitador lee lentamente cada idea. Los padres y madres dirán si la han considerado como razón en la columna “Actividades inapropiadas para los niños y niñas”.</p> <p>Si la han considerado, el facilitador anota un visto al lado de la idea. En caso contrario, la añade pidiéndoles a los padres que la expliquen con sus palabras.</p> <p>La lectura puede ser reemplazada por un video.</p>	<p>Texto informativo</p>	<p>30 minutos</p>
<p>Dinámica para conformar grupos: “El barco se hunde”.</p>	<p>El facilitador pide a todos que se pongan de pie. Les cuenta que todos están en un barco y éste se está hundiendo, así que deben subirse a los botes salvavidas. En cada bote entra una cantidad limitada de personas. Cuando indique, deberán conformar grupos según la cantidad de pasajeros en el bote.</p> <p>“El barco se hunde...suban al bote de 10 personas”.</p> <p>“El barco se hunde...suban al bote de 15 personas”.</p> <p>El facilitador indica diversas cantidades hasta llegar a un bote de 5 ó 7 participantes.</p>		<p>5 minutos</p>



ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
<p>Aplicación de los conocimientos: Difunde las ventajas de ir al colegio y las desventajas de trabajar.</p>	<p>Los padres y madres elaborarán carteles para otros padres del colegio informando las ventajas de ir al colegio y las desventajas de trabajar.</p> <p>El facilitador anota en la pizarra:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿A quién nos dirigiremos? Otros padres del colegio</li> <li>• ¿Qué queremos decir? Convencer de las ventajas de ir al colegio y las desventajas de trabajar.</li> <li>• ¿Cómo lo diremos?</li> </ul> <p>Con carteles que tengan letras e imágenes y que pegaremos en lugares transitados por los padres.</p> <p>El facilitador pide a los padres que le dicten, a manera de lluvia de ideas, las ventajas de enviar a los niños, niñas y adolescentes al colegio. Luego, les pide que jerarquicen las respuestas. El facilitador las numera según su importancia.</p> <p>Usan esta lista y lo anotado en el papelógrafo "Actividades inapropiadas para los niños, niñas y adolescentes" como información para elaborar su cartel.</p> <p>Elaboran un borrador de su cartel. El facilitador verifica que contenga buenas razones, que logre convencer.</p> <p>Elaboran el cartel y lo muestran en plenaria.</p> <p>Deciden dónde es conveniente pegarlos.</p>	<p>Papelógrafo "Actividades inapropiadas para los niños y niñas".</p> <p>Hojas para elaborar borrador.</p> <p>Cartulinas (una por grupo).</p> <p>Plumones gruesos, tijeras, goma.</p> <p>Revistas con imágenes.</p>	<p>1 hora</p>



# Imágenes







# Todos somos valiosos y valiosas

Todos los niños y niñas necesitan sentirse valorados, apreciados y reconocidos por los demás, pues en base a los comentarios, gestos y actitudes de las personas que son importantes para ellos es que van construyendo una idea de cuán valiosos y capaces son.

El aprecio que una persona se tiene a sí misma según cuán valiosa cree que es, se llama autoestima. La autoestima se expresa en los pensamientos, sentimientos y comportamientos.





## Antes de leer

¿De qué manera crees que estas experiencias pueden impactar la autoestima de las personas?

“Mi profesora me arranca las hojas del cuaderno cuando me equivoco.”

“En mi salón, cada quien tiene una responsabilidad, todos somos iguales, ahora en mi escuela varones y mujeres hacemos las mismas cosas.”

“El otro día se me cayó un plato en la casa donde trabajo. La señora me dijo que era una bruta.”



## Durante la lectura

Lee el texto y escribe los siguientes subtítulos donde corresponda:

Construcción de la autoestima

Definición de autoestima

Importancia de la autoestima

Componentes de la autoestima

Características de personas con alta y baja autoestima

Ideas para desarrollar la autoestima

La autoestima es el sentimiento de aceptación, aprecio hacia uno mismo y valía personal. Va unido al reconocimiento de ser capaz.

La autoestima no es innata, sino que se construye a lo largo de la existencia a partir de una serie de experiencias que cada persona vive. Las experiencias que contribuyen de manera directa con la construcción de la autoestima están relacionadas con:

- ▶ La calificación que hacen otros sobre la persona. Esta calificación puede producir satisfacción, si es positiva, o malestar, si es negativa. La persona asimila e interioriza la opinión de los demás respecto a sí misma.
- ▶ La calificación que la persona hace sobre sus propias capacidades, conocimientos y emociones.
- ▶ La calificación y comparación que hace la persona con respecto a quienes la rodean y que la lleva a definirlos como iguales, superiores o inferiores.

La autoestima está conformada por componentes, todos igualmente importantes y necesarios de desarrollar. Estos son:

- ▶ Autoconocimiento: Supone poder reflexionar sobre uno mismo y llegar a conocer las propias cualidades, deseos, necesidades y capacidades reales.
- ▶ Autoconcepto: Se refiere a la idea, a la imagen que se tiene sobre uno mismo.
- ▶ Autoaceptación: Es la aceptación de uno mismo, con virtudes y defectos.
- ▶ Autorespeto: Significa sentirse orgulloso de los logros alcanzados y de las fortalezas que se posee.
- ▶ Autoevaluación: Es el juicio que la persona hace sobre sí misma.

Una persona con alta autoestima...

- ▶ Se sabe capaz e importante
- ▶ Reconoce sus limitaciones y por ello es capaz de pedir ayuda cuando la necesita
- ▶ No se siente disminuida frente al resto
- ▶ Se responsabiliza por sus acciones
- ▶ Se expresa espontáneamente
- ▶ Se siente segura



Por el contrario, una persona con baja autoestima...

- ▶ No cree en su propia capacidad
- ▶ Se preocupa exageradamente de lo que los demás piensan de él o ella
- ▶ No se arriesga por temor a fracasar
- ▶ Suele ser callada, desconfiada
- ▶ Con frecuencia menosprecia los logros de los demás y también los suyos
- ▶ Difícilmente reconocerá que tiene derechos

La autoestima es importante porque nos impulsa a actuar, a seguir adelante y nos motiva a lograr nuestros objetivos. Por eso podemos afirmar que la calidad de vida personal está notablemente influenciada por la forma como cada uno se percibe y se valora a sí mismo. La autoestima influye en el aprendizaje, en la manera como enfrentamos las dificultades personales, en el sentido de responsabilidad, en la creatividad, la autonomía y en la manera como nos relacionamos socialmente.

Como docentes podemos contribuir en el desarrollo de una autoestima saludable en los niños y adolescentes. Para lograrlo, te ofrecemos estas recomendaciones:

- ▶ Elogia a tus alumnos y alumnas por sus avances y no solo por sus logros.
- ▶ Dales responsabilidades de acuerdo a su edad. Ello los ayudará a ser independientes y a sentirse capaces.
- ▶ Ayúdalos a descubrir sus talentos y ofréceles espacios para que los desarrollen.
- ▶ Cuando les llames la atención, refiérete a sus comportamientos y no ataques su personalidad. Es preferible decir: "Hoy llegaste tarde y eso no es correcto" que calificarlo diciéndole: "Eres un irresponsable".
- ▶ Permíteles que expresen sus sentimientos cuando se enfrenten a una situación negativa.
- ▶ Exprésales palabras de aliento y afirmación.
- ▶ Apóyalos en la formulación de retos personales de superación.
- ▶ Amplía su vocabulario de emociones y enséñales a reconocerlas con precisión.

Evita:

- ▶ Comparaciones entre compañeros y compañeras.
- ▶ Apodos y ridiculizaciones.
- ▶ Descalificaciones.
- ▶ Retos o tareas que están fuera de sus capacidades: ni tan sencillas que no le supongan esfuerzo, ni tan complejas que sean inalcanzables.



## Después de leer

Conversa con otros colegas sobre los siguientes casos. ¿Cuáles consideran que sí apuntan al desarrollo de la autoestima? ¿Cuáles no?

### CASO 1

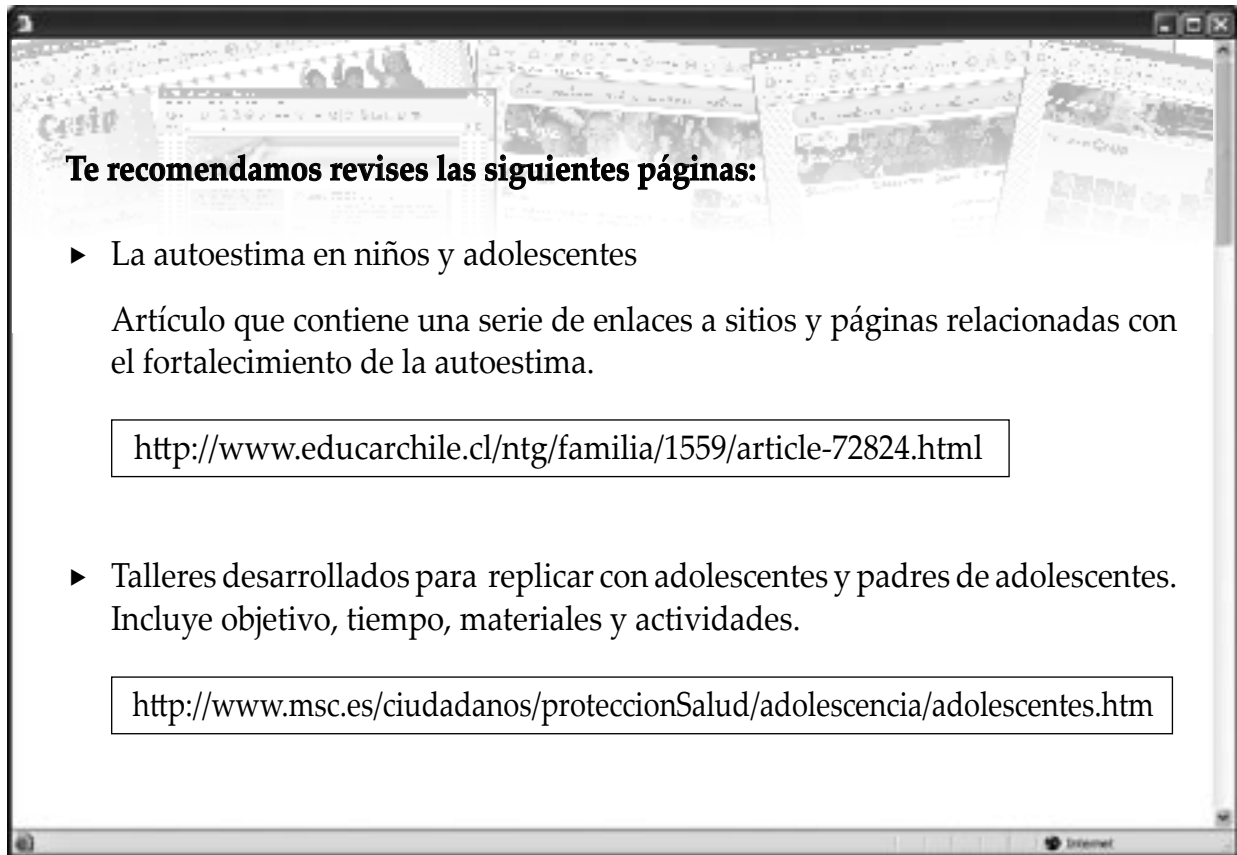
Luis ha dirigido un taller sobre autoestima. Preparó lecturas informativas. Ahora todos sus alumnos pueden definir qué es la autoestima y por qué es importante tener una autoestima alta.

La profesora María. Trabajó con padres y madres de familia. Ellos han dramatizado casos en los que en casa se favorece una alta autoestima y otros en los que se afecta la autoestima. Ahora saben qué es adecuado hacer y qué no para desarrollar la autoestima de sus hijos.

### CASO 2

### CASO 3

El profesor José tiene un cartel en el salón donde anota al final de las clases alguna felicitación para su grupo de alumnos.



**Te recomendamos revise las siguientes páginas:**

- ▶ La autoestima en niños y adolescentes  
Artículo que contiene una serie de enlaces a sitios y páginas relacionadas con el fortalecimiento de la autoestima.  
<http://www.educarchile.cl/ntg/familia/1559/article-72824.html>
- ▶ Talleres desarrollados para replicar con adolescentes y padres de adolescentes. Incluye objetivo, tiempo, materiales y actividades.  
<http://www.msc.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/adolescentes.htm>


**TODOS SOMOS VALIOSOS Y VALIOSAS**  
**Taller para replicar**
**OBJETIVO:**

Los niños, niñas y adolescentes lograrán:

Desarrollar una autoestima positiva a partir de la identificación de cualidades que son reconocidas por su grupo de compañeros.

(Esta actividad es apropiada para grupos de personas que ya se conocen).

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
Bienvenida: Dinámica “La rifa afectiva”	<p>El facilitador pide a los participantes que se coloquen en círculo. Indica que se ha realizado un sorteo de afecto y todos han salido ganadores.</p> <p>Cada participante por turnos sacará un papelito con una indicación que será el premio que deberá entregar al compañero o compañera de la derecha. Ejemplo: “dale un abrazo de oso”; “regálale tu mejor sonrisa”.</p> <p>Terminada la rifa afectiva, los participantes comentan cómo se sintieron cuando dieron y cuando recibieron muestras de afecto.</p>	Papelitos con indicaciones de rifa (ver anexo página 34)	15 minutos
Presentación del trabajo a realizar	Hoy en el taller, conversaremos sobre nuestras cualidades. No es el momento de lo que no hacemos bien, sino de lo que es positivo en cada uno de nosotros.		



ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
<p>Actividad grupal cualidades de mis compañeros</p>	<p>Los participantes pegan un papel en la espalda de su compañero. Deben desplazarse por el aula y escribir en los papeles alguna cualidad de los compañeros o algo que sepan hacer bien. El facilitador puede hacerlo también, si conoce a los participantes.</p> <p>Es importante que el facilitador recuerde permanentemente que se colocan cualidades, habilidades, lo que el compañero hace bien. Es necesario evitar que algún participante vaya a recibir un comentario desagradable.</p>	<p>Papeles A4 y plumones (uno por participante) Cinta adhesiva</p>	<p>10 minutos (puede variar según la cantidad de participantes)</p>
<p>Actividad grupal cómo me ven los demás.</p>	<p>El facilitador coloca música y los participantes se desplazan al ritmo. Cuando la música se detiene, se unen con quienes estén cerca formando grupos de 4 miembros.</p> <p>Manteniendo el papel en su espalda, cada uno debe decir al grupo lo que cree que le han escrito. Inmediatamente después despegas su papel y lo lee.</p>	<p>Radio</p>	<p>20 minutos</p>
<p>Mi tarjeta personal</p>	<p>Cada participante elabora una tarjeta para sí mismo. Escribe su nombre y las cualidades que colocaron en su papel. También escribe las cualidades que él cree poseer, aunque no aparezcan en la hoja. Las tarjetas se colocan en un lugar del aula bajo el título "TODOS SOMOS VALIOSOS Y VALIOSAS"</p>	<p>Cartulina de colores Plumones</p>	<p>15 minutos</p>

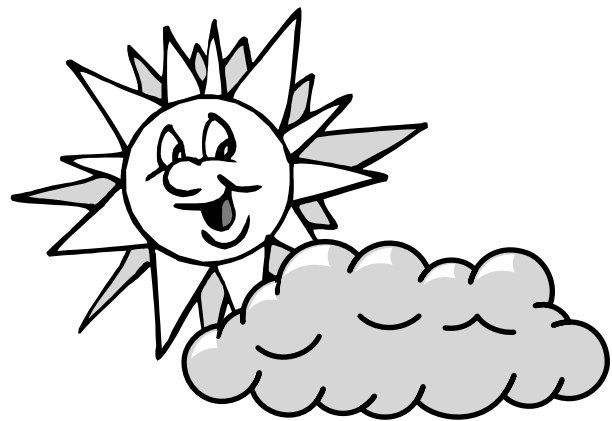
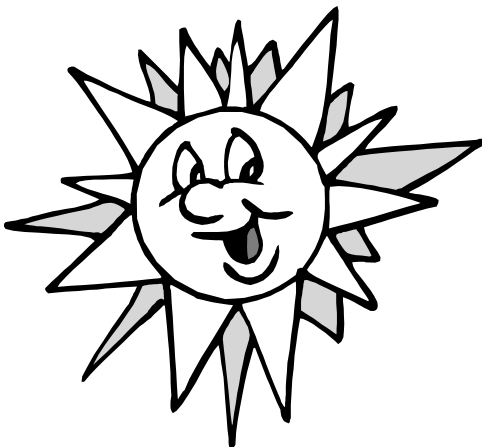
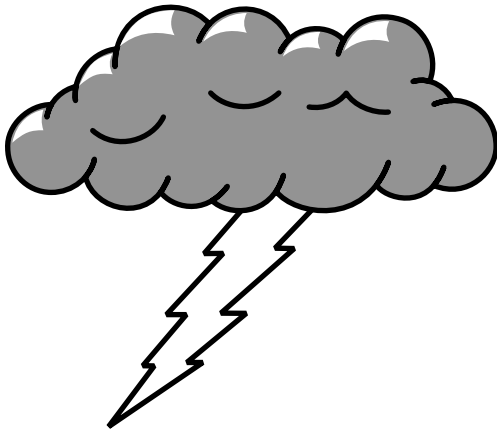
ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
Cierre	Sentados en círculo, los participantes comentan: ¿Coincidió lo que ustedes creían y lo que decía el papel? ¿Descubrieron alguna cualidad que no creían poseer?	4 imágenes: estados del tiempo ( ver anexo página 35)	10 minutos
Escoge tu imagen	El facilitador coloca cuatro imágenes. Pide a los participantes que indiquen qué observan en cada una. Les indica: si cada una representara un sentimiento, ¿cuál refleja cómo se sienten luego de la actividad?  Quienes lo deseen, comparten la imagen seleccionada y dicen por qué refleja cómo se sienten.		15 minutos

## RIFA AFECTIVA

- 1 Dale un abrazo
- 2 Dile una cualidad suya
- 3 Mándale un beso volado
- 4 Regálale tu mejor sonrisa
- 5 Dile lo bien que se ve
- 6 Hazle una reverencia
- 7 Guíñale el ojo
- 8 Dile un piropo
- 9 Regálale una canción
- 10 Dile algo que le gustaría escuchar
- 11 Dile lo bien que se ve
- 12 Dale un apretón de manos
- 13 Dile lo que más de agrada de él o ella
- 14 Regálale un pasito de baile
- 15 Hazle ojitos
- 16 Dale una silbadita



## IMÁGENES PARA EVALUAR

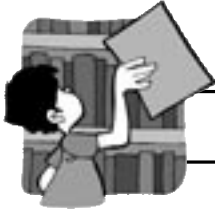




# Aprender y enseñar a controlar el enojo

El enojo es una emoción natural y es tan válida como la alegría. Se vuelve un problema cuando las reacciones frente a esa emoción quedan fuera de control y causan daño a uno mismo o a los demás. Por eso es necesario aprender a controlar nuestras respuestas cuando estamos enojados, de modo que podamos expresar lo que sentimos de manera clara pero sin afectar a los otros.





## Antes de leer

- ¿A veces está bien enojarse? ¿Cuándo?
- ¿Qué cosas te hacen enojar? Haz una lista.
- ¿Cómo reaccionas cuando te enojas?
- ¿Cómo actúa la gente que conoces cuando se enoja?

Responde aquí:



# Controlando el enojo

## El Increíble Hulk

El doctor Banner es un científico muy estudioso, es un gran investigador. Su curiosidad lo llevó a realizar un experimento que lo afectó seriamente. Ahora, cada vez que algo lo enoja, sufre una transformación: su cuerpo se vuelve enorme, adquiere una fuerza increíble, se pone verde y actúa con violencia haciendo uso de una fuerza descomunal. Todo lo contrario al controlado y pacífico doctor Banner.



Luego de una transformación, el doctor Banner se siente culpable y queda además cansado, su cuerpo se desgasta. La gente teme al Increíble Hulk, cree que es un peligro, solo algunos que son sus amigos lo comprenden, pero también buscan la forma de revertir su problema.

Muchas personas tienen dentro un Increíble Hulk, lo que ocurre es que algunas no logran dominarlo y otras sí. Hulk es el enojo sobredimensionado con relación a un problema; es un enojo muy grande con relación a la situación que lo provocó. Quienes no logran dominarlo, se descontrolan y no piensan usando la razón. Esta fuerza descontrolada los lleva a la agresión, verbal o física, que daña a otros.



Existen diferentes grados de enojo, desde la molestia hasta la furia descontrolada que lleva a la violencia. Hulk es la furia fuera de control, que se puede manifestar atacando verbalmente, gritando, golpeando, destruyendo objetos, etc.

Las causas de las reacciones violentas frente al enojo pueden ser muchas, como por ejemplo la imitación de conductas violentas de padres, hermanos u otros adultos, la falta de límites que llevan a los niños a aprender que mostrándose enojados pueden lograr lo que quieren, estar bajo los efectos del alcohol u otras drogas, etc.

Quienes logran dominar a Hulk, usan tres armas:



### AUTOCONOCIMIENTO

Saben cómo reaccionan y qué situaciones los provocan.



### AUTOCONTROL

Controlan sus reacciones para no hacerse daño a sí mismos ni a otros.



### ANTICIPACIÓN

Reflexionan sobre las situaciones que vivirán: grupos de amigos, reuniones o cualquier actividad y piensan en las posibles circunstancias provocadoras que pueden darse. Tienen pensadas de antemano posibles respuestas. Es decir, usan la razón antes que Hulk aparezca y les impida pensar bien.



- ▶ ¿Cómo podrías emplear el personaje del Increíble Hulk para ayudar a los padres, niños y adolescentes a comprender el enojo?
- ▶ Haz una lista de reacciones frente al enojo que no dañen a uno mismo ni a los demás.

Responde aquí:




**Te recomendamos revises las siguientes páginas:**


- ▶ Goodcharacter.com  
Esta página, si bien es la guía de discusión para un video, contiene actividades y preguntas interesantes que se pueden utilizar para diseñar sesiones de trabajo.  
<http://www.goodcharacter.com/GROARK/enojo.html>
- ▶ Cómo ayudar a los niños a expresar su enojo. Ofrece actividades para enseñar a los niños a expresar sus sentimientos.  
<http://www.actagainstviolence.com/spanish/1f.pdf>

**>>>> PROGRAMA TUS PROPIAS SESIONES DE TRABAJO**

Estas son algunas acciones concretas que puedes trabajar en los talleres de control del enojo. ¿Cuáles serían pertinentes para trabajar con los padres y madres? ¿Cuáles con los niños, niñas y adolescentes?


**Aprendemos a conocernos**

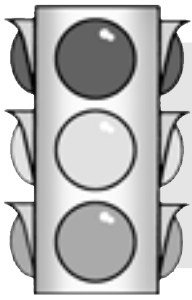
- ▶ Jugar por parejas a hacer gestos con la cara y el cuerpo, que representen diversas emociones, incluyendo el enojo en diversos grados (fastidio, rabia, furia, etc.) y ponerles nombre.
- ▶ Enseñarle a nombrar con precisión cómo se siente con frases como “Veo que estás triste ¿Es así?”. Evitar palabras generales como “Te veo mal” o “Veo que te sientes bien”.
- ▶ Pedirle que haga una lista de aquello que lo enoja. Pedirle que haga otra lista de sus acciones cuando está enojado. Así aprenderá a diferenciar entre la emoción y la acción.



**Aprendemos a autocontrolarnos**

- ▶ Enseñarle a decirse a sí mismo frases que lo ayuden a controlarse, como por ejemplo: “Voy a contar hasta diez y pensar qué hacer”.
- ▶ Enseñarle ejercicios de relajación y respiración.
- ▶ Contarle historias o leerle cuentos donde los personajes aprenden a manejar su enojo.



- ▶ Enseñarle, usando casos concretos, a aplicar la técnica del semáforo:



ROJO : es mejor retirarse porque puedo reaccionar violentamente.

AMARILLO : yo puedo calmarme.

VERDE : puedo intentar de nuevo porque estoy calmado.

- ▶ Enseñarle tres pasos para el control:

UNO : Respirar profundo o alejarse hasta estar más tranquilo.

DOS : Explicar lo que causa molestia.

TRES : Decir qué le gustaría que pasara, qué tendría que ocurrir para que se sintiera mejor.

- ▶ Hacer listas de reacciones no violentas frente al enojo.



### Aprendemos a ser buenos modelos y a dar buenas respuestas frente a la persona que se enoja.

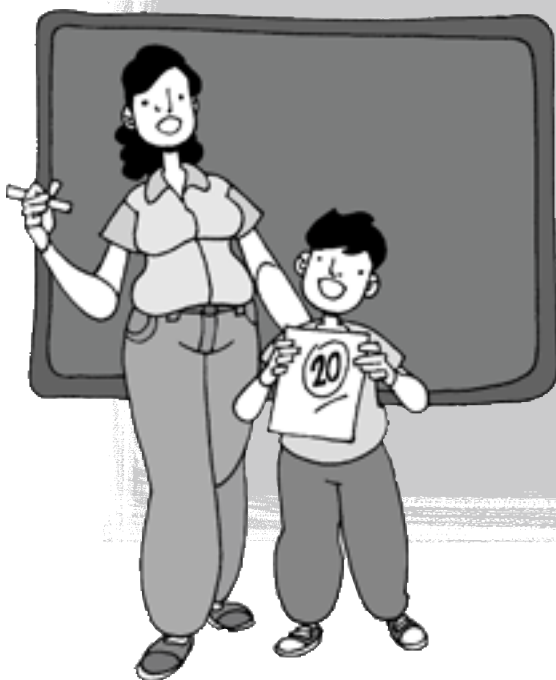
- ▶ Mostrar en la práctica, como adultos, que podemos controlar nuestro enojo.
- ▶ No festejar reacciones violentas. Con frecuencia los padres festejan las actitudes violentas de los hijos varones, pues las consideran expresiones de hombría. Una persona madura y segura no requiere el uso de la fuerza.
- ▶ No mostrar miedo ni angustia frente a la reacción de enojo de un niño, niña o adolescente. Él o ella está en descontrol, el adulto tiene que contener.



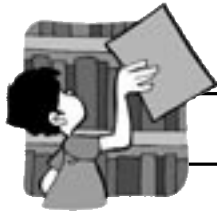
- ▶ Si hay rabieta, ignorarlas garantizando que el niño, niña no se haga daño.
- ▶ Apartar al niño, niña o adolescente del lugar donde muestra su enojo hasta que se calme.
- ▶ Decirle al niño, niña o adolescente que estamos dispuestos a aceptar que está enojado, pero que la forma de expresarlo no es adecuada, señalándole algunas razones. Escuchar lo que tenga que decir.



# Sí al buen trato, no al maltrato



Las relaciones entre los niños y niñas y sus familias o maestros son muy importantes para su desarrollo saludable. Si el ambiente en que se desarrollan los niños y niñas se ve afectado por malos tratos y agresiones, los efectos pondrán en riesgo su salud física y sobretodo su salud emocional.



## Antes de leer

Lee esta definición de Buen Trato. Escribe cómo se puede llevar a la práctica en la escuela y en la familia:

### Crecer y aprender con amor, placer y respeto

ENTRE COMPAÑEROS	DOCENTE - ALUMNOS	PADRES - HIJOS

## BUEN TRATO

Cuando hablamos de Buen Trato, nos referimos a todo un contexto que proteja a los niños, niñas y adolescentes y permita que ejerzan y gocen de todos sus derechos, logrando así su desarrollo integral. Entonces “Buen Trato” es un concepto más amplio que “no maltratar”.

Los elementos indispensables del Buen Trato son:

- ▶ Reconocimiento: derecho a ser reconocidos como personas, a ser escuchados, a participar y a tener un proyecto de vida propio.
- ▶ Empatía: ponerse en el lugar del otro para entender y comprender qué siente, cómo piensa y actúa.
- ▶ Tolerancia: reconocer y entender las diferencias individuales, para aceptarlas y construir colectivos partiendo de las diferencias.
- ▶ Convivencia pacífica: capacidad para relacionarse con el otro con respeto, ejerciendo



nuestros derechos y cumpliendo con nuestras responsabilidades, promoviendo la participación de los niños, niñas y adolescentes.

- ▶ **Comunicación:** dar mensajes directos, oportunos y claros; escuchar al interlocutor y acogerlo.
- ▶ **Negociación:** a partir de un interés compartido, encontrar la solución pacífica a los problemas a través de diferentes formas de expresión, participación, opinión, discusión y concertación.
- ▶ **Capacidad de amar y expresar sentimientos:** entender los sentimientos y expresiones de los demás y los propios; aceptación del otro.

Existen una serie de factores que obstaculizan el buen trato:

- ▶ Creencias de crianza, que aceptan el abuso, la desvalorización y el castigo físico como prácticas válidas para “corregir” a los niños y niñas.
- ▶ La situación socioeconómica de pobreza, desempleo y violencia social, las pocas posibilidades de acceso a la educación.
- ▶ Los problemas de relación al interior de las familias: abandono, embarazos no deseados, adicciones de los padres o cuidadores.
- ▶ Padres o cuidadores con historias personales de crianza relacionadas al maltrato.
- ▶ Concepción de niño como propiedad del adulto, sin voz ni opinión.

Sin embargo, también existen en la sociedad experiencias de buen trato, que son necesarias de difundir y replicar, rescatando principalmente la importancia de la incidencia en lo cotidiano y en los ámbitos de acción cercanas a las niñas, niños y adolescentes (familia, escuela, barrio). Fortaleciendo las expresiones cotidianas de buen trato, podremos generar una nueva forma social de relacionarnos con los niños, niñas y adolescentes.

Entre las expresiones de buen trato en la familia podemos destacar las siguientes:

- ▶ Manifestar el afecto con caricias, abrazos, gestos, con el tono de voz, con palabras cariñosas y de aprobación.
- ▶ Escuchar lo que los hijos e hijas tienen que decir, considerar sus opiniones.
- ▶ Evitar el castigo físico o las frases hirientes que sólo dañan la autoestima de los hijos. Buscar las consecuencias naturales de las faltas, usar la reflexión.
- ▶ Manifestarles a los hijos lo que admiramos de ellos, decirles los orgullosos que nos sentimos con sus avances y logros.
- ▶ Garantizar cubrir sus necesidades básicas; como adultos recae en los padres la responsabilidad de trabajar y dar sustento a los hijos.

## ¿CÓMO PROMOVER EL BUEN TRATO EN EL AULA?

En un aula con buen trato, hay un ambiente amigable y motivador, en el cual los niños, niñas y adolescentes se sienten seguros, respetados, queridos y valorados en sus diferencias.



### En una Escuela Feliz...

#### Todas somos valiosas, todos somos valiosos

En una Escuela Feliz, todas las personas se sienten valoradas, apreciadas y reconocidas por los demás. Esta idea de cuán valiosos y capaces son los lleva a actuar con seguridad, a aprender mejor, a superar dificultades y a establecer relaciones armoniosas con los demás.

Llamar a los niños, niñas y adolescentes por su nombre los hace sentir valiosos y reconocidos. Alentar los pequeños logros de los niños, niñas y adolescentes desarrolla su seguridad y contribuye a que sigan avanzando. Promover que los alumnos y alumnas conozcan sus cualidades personales y se tracen metas para superar sus dificultades, desarrolla una imagen positiva. Incorporar en el programa curricular de aula las experiencias personales y familiares de las niñas, niños y adolescentes, promueve que comprendan y valoren la diversidad y aprendan de la realidad. Hablar en su lengua materna, permite a los niños, niñas y adolescentes aprender mejor y participar. Ellos y ellas necesitan además aprender el castellano para desenvolverse con seguridad en otros espacios.



“Los lunes, mi profesora elige por sorteo a una niña y a un niño. Todos decimos sus cualidades y les preparamos tarjetas. Durante la semana, somos especialmente amables con ellos.”

“Yo puedo sumar muy rápido, pinto usando muchos colores y sé guardar secretos. A veces tengo muchas cosas que decir pero me quedo calladito. Mi reto es decir lo que pienso. Todos mis compañeros y compañeras también tienen un reto, pero cada uno es diferente.”



## En una Escuela Feliz... Confiamos en los demás



“Si no me sale el volantín, mi profesor de educación física seguro me ayudará”.



## En una Escuela Feliz... Convivimos armoniosamente



“Cuando hay un problema en el salón, mi profesora nos dice:  
- *A ver, cuéntenme qué sucedió.*  
Ella escucha todito lo que pasó. Si hay testigos, también los escucha. Sólo después da su opinión o nos aconseja”.



### Después de leer

- ▶ ¿Qué experiencias de buen trato ya se están llevando a la práctica en el contexto de tus alumnos y alumnas?
- ▶ ¿Cómo se pueden difundir?



Responde aquí:



**Te recomendamos revises la siguiente página:**

- ▶ Ingresa a los documentos elaborados por el CESIP:
  - Buen Trato, díselo, dáselo.
  - Interrogante respecto al marco conceptual del Maltrato Infantil
  - El buen trato en la escuela para el Desarrollo de Niños y Niñas Saludables
  - A propósito de los componentes de Buen Trato. ¿Qué significa respeto?

<http://www.cesip.org.pe/publicaciones.htm>

## **SÍ AL BUEN TRATO, NO AL MALTRATO** Taller para replicar

### **OBJETIVO:**

Los padres y madres de familia identifican comportamientos de buen trato y reconocen las consecuencias positivas de ello para los niños, niñas y adolescentes.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
Dinámica de bienvenida: El zoológico.	El facilitador escoge tantos nombres de animales como grupos quiere que se formen. Escribe en pequeños papeles los nombres tantas veces como integrantes quiere que tengan los grupos. Cada participante tomará un papel y deberá hacer el ruido del animal que le tocó, identificando así a quienes son iguales.  Quedarán en grupos de 5 integrantes.	Papeles con nombres de animales.	5 minutos
Análisis de casos	Cada grupo recibe un caso (ver nexa pág. 51), lo lee y analiza: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Cuál es el comportamiento de los padres?</li> <li>• ¿Están de acuerdo con ese comportamiento?</li> <li>• ¿Cuáles pueden ser los resultados o consecuencias para los hijos e hijas?</li> </ul>	Un caso por grupo	15 minutos
Plenaria	Cada grupo presenta su caso y los resultados del análisis.  El facilitador pega el caso en un papel grande y al lado escribe las consecuencias.	Papel grande Plumones gruesos Cinta adhesiva	30 minutos

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
Presentación de información	El facilitador presenta los elementos indispensables del Buen Trato, apoyándose en ilustraciones que representen cada elemento.	Imágenes para cada elemento indispensable del buen trato	15 minutos
El árbol del buen trato	<p>Trabajo en grupo: En un papel grande dibujan un árbol: “El árbol del buen trato”.</p> <p>En las raíces anotarán comportamientos que muestren buen trato en la familia.</p> <p>En los frutos, anotarán los efectos de esos comportamientos en los miembros de la familia.</p>	Papel grande Plumones gruesos de colores	20 minutos
Compromiso familiar	<p>Cada padre y madre selecciona dos comportamientos que aparezcan en los árboles del buen trato y los escribe en una tarjeta.</p> <p>“Me comprometo a...</p> <p>Llevarán esta tarjeta a casa y la devolverán al facilitador firmada por todos los miembros de la familia. Periódicamente, los hijos revisarán el compromiso. Se felicitará especialmente a la familia que esté cumpliendo su compromiso, entregándole un diploma de familia que promueve el buen trato.</p>	Tarjetas de cartulina Plumones delgados	10 minutos

**CASO 1**

La señora Claudina tiene dos hijos. Ella los compara siempre y le dice al hijo menor que no es tan bueno como su hermano.

El Señor Huamán tiene dos hijos. Él siempre dice con orgullo: “Este hijo me salió deportista y este otro es bueno para la música”. Él los acompaña y alienta.

**CASO 2****CASO 3**

El papá de Rocío llega del trabajo cansado y malhumorado. Grita que le sirvan la comida y le molesta el ruido. Rocío tiene que encerrar a sus hermanitos en el cuarto para que su papá no se enoje más, porque si no, puede pegarles.

En la casa de Marco, todos se dividen las tareas del hogar: un hijo lava los platos, otro barre, la mamá atiende a los hermanitos menores. Antes todo lo hacía la mamá y siempre estaba cansada.

CASO 4

CASO 5

Los padres de Luisa no la dejan ir a reuniones con amigos y amigas de su edad, a pesar que ella es responsable. Aunque les explique a dónde va y con quién, ellos no la escuchan.

La señora Josefa salió a trabajar y dejó a sus hijos de 5 y 7 años solos. Una vela se cayó y casi mueren quemados. Felizmente unos vecinos los salvaron.

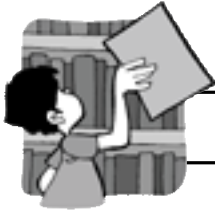
CASO 6



# Decir lo que pensamos, expresar lo que sentimos

Permanentemente las personas están expuestas a situaciones que exigen una respuesta de su parte. Esta respuesta debe considerar los deseos y necesidades propias y también la de los demás. Sin embargo lo que suele ocurrir es que muchas personas asumen una actitud pasiva, que va en contra de sus propios derechos o en el peor de los casos asumen una actitud agresiva, que atenta contra los derechos de los demás. Para convivir en armonía con uno mismo y con los otros, es necesario desarrollar comportamientos asertivos.





## Antes de leer

Lee este caso. ¿Qué diferencias encuentras en las reacciones de estos tres personajes?  
¿Cómo reaccionarías tú?

En el cine hay una cola bastante larga y ya se acerca la hora de inicio de la función. Una señora aparece y se coloca delante...

**De Luis:** él se queda callado, a pesar que le preocupa la hora. No sabe cómo decirle que vaya atrás.

**De Clara:** le dice a la señora que ella llegó primero y que le corresponde estar delante en la cola. Le pide que por favor vaya detrás.

**De Sonia:** con gritos dice a la señora: “¡Que se vaya atrás, qué se ha creído, fresca, venir a colarse en la fila!”.

## ESTILOS DE CONDUCTA EN LAS RELACIONES SOCIALES

Existen tres estilos de actuar en las relaciones sociales: la conducta asertiva, la conducta agresiva y la conducta pasiva.

**Los asertivos** expresan directamente lo que sienten, sus necesidades, sus derechos y sus opiniones, pero sin violar los derechos de los demás. Para hacerlo, no necesitan humillar o degradar a los demás. Con este comportamiento se comunican mejor, consiguen respeto y mejoran su autoestima.

### Una persona asertiva...

- ▶ Piensa qué quiere decir o hacer.
- ▶ Anticipa las consecuencias de su conducta.
- ▶ Actúa respetando el derecho de los demás.

Soy asertivo: digo lo que pienso, digo lo que siento en el momento oportuno, sin agredir.



**Los pasivos**, tienen mucha dificultad para expresar sus sentimientos, opiniones e ideas. Les cuesta decir no. Dejan que los demás violen sus derechos. Al actuar de manera pasiva, la persona se siente incomprendida, se ve afectada su autoestima, no es posible que los demás la comprendan. Algunas personas que muestran este comportamiento, sienten que son poco valiosas ¡Y nadie merece sentirse así!

### Una persona pasiva...

- ▶ No mira a los ojos de su interlocutor.
- ▶ Habla en voz muy bajita o se queda callada aunque esté fastidiada.
- ▶ Se la ve nerviosa.

**Los agresivos** buscan vencer, forzar a la otra persona a perder, salirse siempre con la suya a costa de lo que sea. Emplean gestos amenazantes, Lenguaje con doble sentido que ofende y muestran desprecio por las opiniones de los demás.

### Una persona agresiva...

- ▶ Quiere hacer valer sus ideas y opiniones agrediendo a otros.
- ▶ Humilla a los demás.
- ▶ Pierde el control de sí misma.



## Después de leer

Revisa nuevamente el caso inicial y clasifica los comportamientos de Luis, Clara y Sonia.

**Te recomendamos revises las siguientes páginas:**

- ▶ Taller de habilidades sociales. Curso de Psicología a través de Internet. Aborda el tema del entrenamiento asertivo.  
<http://www.psicologia-online.com/autoayuda/hhss/HHSS4.htm>
- ▶ Educar en la asertividad. Plantea ideas sobre cómo intervenir de manera directa e indirecta para desarrollar la habilidad de ser asertivo en los niños y niñas.  
<http://www3.unileon.es/dp/ado/ENRIQUE/practicu/Edaserti.htm>



>>>> PROGRAMA TUS PROPIAS SESIONES DE TRABAJO



**Aprendemos a responder de manera asertiva en nuestras relaciones sociales.**

- ▶ Presenta a los participantes situaciones conflictivas y mediante una dramatización, pídeles representen tres formas de responder: pasiva, agresiva y asertiva.
- ▶ Analicen de manera conjunta alguna situación conflictiva que se haya dado en el aula. Identifiquen los estilos de respuesta frente al conflicto.
- ▶ Selecciona un cuento en el que los personajes actúen de manera agresiva, pasiva y asertiva. Analiza con los participantes el rol de los personajes y sus efectos.
- ▶ Preséntales situaciones y pídeles que de manera personal expresen sus deseos o necesidades de manera asertiva.



Ejm.: Un amigo quedó en estudiar contigo. Lo estuviste esperando y no llegó. Tú tienes derecho a...

- ▶ Plántales respuestas agresivas o pasivas y pídeles que las reformulen, de modo que sean respuestas asertivas.

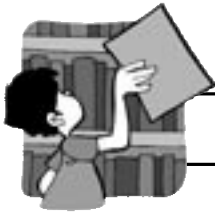
**Aprovecha toda situación propicia para ejercitar esta habilidad social**

# Previniendo la participación en pandillas

En la adolescencia el grupo de amigos cobra especial importancia. Para el joven, formar parte de un grupo y ser aceptado son aspectos muy relevantes para su seguridad personal.

Sin embargo una dependencia excesiva del grupo y la incapacidad para decir "no", unido a factores como el abandono, el maltrato y la falta de oportunidades, pueden desviar esta necesidad natural hacia la conformación de grupos que promueven la violencia y destrucción.





## Antes de leer

¿Sabes si tus alumnos pertenecen a alguna pandilla o simpatizan con ella?

¿Qué riesgos crees que corren?

¿Por qué razones crees que se unen a Pandillas?

Responde aquí:



### LAS PANDILLAS JUVENILES

El significado de la palabra “Pandilla” ha ido cambiando con los tiempos. Antes, se llamaba pandilla al grupo de amigos que compartía intereses y diversiones. Ahora se llama así al grupo de adolescentes y jóvenes que cometen actos de violencia callejera y que se enfrentan con otros jóvenes. Entre las pandillas podemos identificar las barras bravas o los grupos que pertenecen a un mismo colegio. Al interior de estos grupos se presentan problemas de drogas, alcoholismo y prostitución.

La estructura de una pandilla puede describirse de la siguiente manera:



#### Líder o líderes

Dirigen al grupo. Suele haber uno que destaca.

#### El núcleo

Grupo de adolescentes que siguen las indicaciones de los líderes. Son los que llevan el nombre de la Pandilla.

### **La mancha**

Son los simpatizantes con la Pandilla. No participan de manera permanente, colaboran cuando hay enfrentamientos. Aquí también se ubican las chicas, que actúan como socorristas de heridos o como soplonas.

Los adolescentes que integran pandillas proceden de hogares donde no son atendidas sus necesidades materiales y emocionales. Por ello se identifican con las pandillas, donde encuentran unión, participación y apoyo, aunque para fines no apropiados. Estos adolescentes muestran conductas rebeldes y violentas, producto de sus frustraciones. No perciben oportunidades de desarrollo personal y laboral en su entorno. Tienen una baja autoestima y pocas habilidades para comunicarse y para tomar decisiones pensando en las consecuencias.

Entre las principales causas del pandillaje se encuentran:

- ▶ La desintegración y violencia familiar y el abandono moral.
- ▶ La desocupación o falta de empleo para los jóvenes.
- ▶ La violencia social, que se ha convertido en situación aparentemente natural.
- ▶ La carencia de líderes o modelos positivos.
- ▶ La falta de recursos económicos

Incrementan la violencia los medios de comunicación y la falta de programas de atención juvenil.

## **¿Qué dice la ley N° 27337 del Código de los Niños y Adolescentes?**

**Artículo 193.-** Definición: Se considera pandilla perniciosa al grupo de adolescentes mayores de 12 (doce) años y menores de 18 (dieciocho) años de edad que se reúnen y actúan para agredir a terceras personas, lesionar la integridad física o atentar contra la vida de las personas, dañar espacios públicos o privados u ocasionar desmanes que alteren el orden interno.

**Artículo 194.-** Infracción: Al adolescente que, integrando una pandilla perniciosa, lesione la integridad física de las personas, cometa violación de menores de edad o dañe los bienes públicos o privados, utilizando armas de fuego, armas blancas, material inflamable, explosivos u objetos contundentes, o bajo la influencia de bebidas alcohólicas o drogas, se le aplicara la medida socio-educativa de internación, no mayor de 3 (tres) años.

**Artículo 195.-** Infracción agravada: Si como las consecuencias de las acciones a que se refiere el artículo anterior se causara la muerte o se infringieran lesiones graves, la medida socio-educativa de internación será no menor de tres ni mayor de seis años para el autor, autor mediato o coautor del hecho.

**Artículo 196.-** Medidas para los Cabecillas.- Si el adolescente pertenece a una pandilla perniciosa en condición de cabecilla, líder o jefe, se le aplicara la medida socio-educativa de internación no menor de dos ni mayor de cuatro años.

**Artículo 197.-** Cumplimiento de medidas.- El adolescente que durante el cumplimiento de la medida socio-educativa de internación alcance la mayoría de edad será trasladado a ambientes especiales de un establecimiento penitenciario primario a cargo del Instituto Nacional Penitenciario para culminar el tratamiento.

**Artículo 198.-** Responsabilidad de Padres o Tutores: Los padres, tutores, apoderados o quienes ejercen la custodia de los adolescentes que sean pasibles de las medidas o que se refieren los artículos anteriores serán responsables solidarios por los daños y perjuicios ocasionados.

**Artículo 199.-** Beneficios: El adolescente que se encuentre sujeto a investigación judicial, o que se hallare cumpliendo una medida socio-educativa de internación, que proporcione al Juez información veraz y oportuna que conduzca o permita la identificación y ubicación de cabecillas de pandillas perniciosas, tendrá derecho a acogerse al beneficio de reducción de hasta un cincuenta por ciento de la medida socio-educativa que le corresponda.

Para frenar el Pandillaje, la prevención es una mejor opción que la represión. En este sentido diversas instituciones han propuesto la derogatoria del capítulo sobre pandillaje pernicioso por considerarlo atentatorio contra los derechos de niños, niñas y adolescentes. Son leyes represivas que no atienden el problema de delincuencia juvenil y no responden a una política de inclusión de los adolescentes. Los talleres o escuelas para padres, pueden formarlos para que brinden orientación, atención, amor y en general buen trato a los hijos. Ofrecer actividades para el uso del tiempo libre es también una alternativa: clubes por afinidades, equipos deportivos, grupos juveniles de proyección social, pueden canalizar energías y ofrecer espacios colectivos de contención para los adolescentes. El desarrollo sistemático de habilidades sociales como la asertividad, toma de decisiones y el fomento de una autoestima positiva, son también elementos sustanciales. Y por último, el desarrollo de habilidades para el empleo, de modo que los jóvenes puedan generar su propio espacio de trabajo.

## &gt;&gt;&gt;&gt; PROGRAMA TUS PROPIAS SESIONES DE TRABAJO

**Aprendemos a reconocer las causas y consecuencias de la participación en pandillas**

Emplea la siguiente entrevista para promover la reflexión en torno a las causas y consecuencias de participar en pandillas.

**Entrevista a un pandillero del cerro El Pino:**

**Nombre** : Cristian

**Apodo** : cojo

**Dirección** : sector 12.

*E. ¿Por qué decidiste ser pandillero?*

Por la falta de cariño y apoyo de mi familia. En mis amigos encontré cariño y también encontré la delincuencia, el alcoholismo y la drogadicción.

*E. Los moto taxis en El Pino. ¿Por qué?*

La juventud de ahora encuentra más fácil ese modo de trabajar y no pueden estudiar por falta de apoyo de sus padres, esa es la única solución que encuentran para sobrevivir y para mantenerse.

*E. ¿Cuántos años llevas de esta vida mala?*

Desde los 8 años, ahora tengo 17 años.

*E. ¿Cuántas veces te has drogado?*

Varias o se podría decir muchas.

*E. ¿Desde que edad?*

Desde los 12 años.

*E. ¿Por qué?*

Quería experimentar qué es la droga, me daba curiosidad. Primero me invitaron y luego pedí mas, cada vez que me acordaba de mi familia me drogaba.



E. *¿Tienes familia?*

Si, está en Huancayo.

E. *¿Dónde vives?*

En la calle con mis amigos.

E. *¿Cómo llegaste acá?*

Con ayuda de un amigo él me dijo que acá había trabajo, él me engañó, cuando yo llegué a Lima tuve que acostumbrarme a la mala vida.

E. *¿Visitas a tu familia?*

No.

E. *¿Por qué?*

No tengo recursos, pero mi hermana viene a visitarme.

E. *¿Y ella qué te dice?*

Nada, porque ella también es malograda.

E. *¿Te gusta estar como estás?*

Si, nadie me va cambiar.

E. *¿No te sientes mal por robar a la gente?*

No, porque cuando era niño a mi familia le robaron y quisieron matar a mi mamá, es por eso que no me da pena.

E. *¿Quisieras cambiar?*

La verdad sí, pero ¿cómo? La droga me consume y no la puedo dejar.

Si ustedes me quisieran ayudar no se olviden que me pueden encontrar en El Pino. Acá en la casa abandonada y que me ayuden a ver a mi familia porque los extraños mucho y los necesito.

<http://www.concursoeducared.org/webs2004/CAJO4A2/PANDILLAJE.htm>

## &gt;&gt;&gt;&gt; PROGRAMA TUS PROPIAS SESIONES DE TRABAJO



Aprendemos a usar el tiempo libre de manera sana y productiva

### ¿Cómo formar un club?

¡Viva,  
encontramos  
un lugar para  
nuestro club!



Primero, tienen que conseguir un lugar donde reunirse. Puede ser un lugar cerrado o al aire libre.

Hicimos un reglamento que indica el día de reunión y lo que debemos hacer para mantenernos unidos y evitar peleas.



#### REGLAMENTO

1. Los días de reunión son los martes y jueves.
2. Todo se decide por votación
3. Las cosas del club son para todos y cada uno es responsable de ellas.



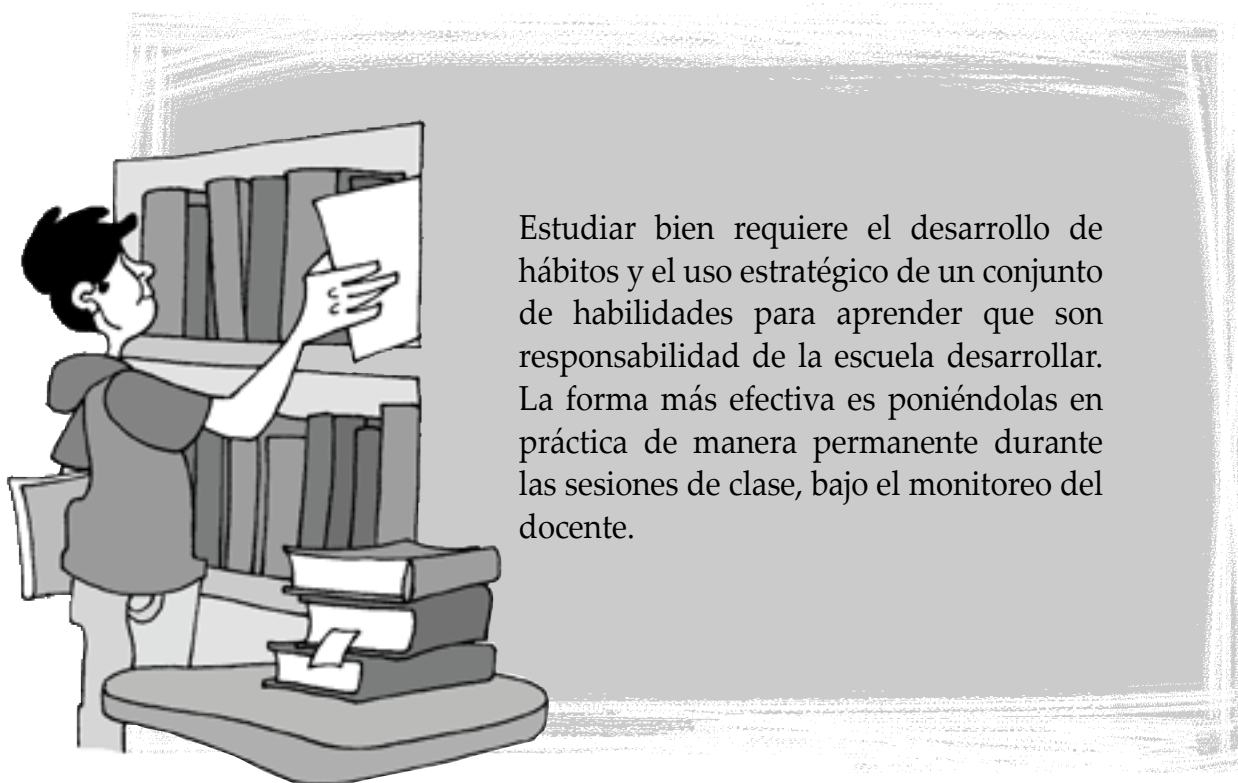


### **¡Anímate y organiza tu club!**

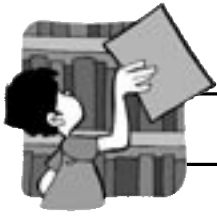
Aquí tienen algunas actividades que pueden realizar:

- Club de paseos
- Club de música
- Club de deportes
- Club de pintura

# Estudiando mejor



Estudiar bien requiere el desarrollo de hábitos y el uso estratégico de un conjunto de habilidades para aprender que son responsabilidad de la escuela desarrollar. La forma más efectiva es poniéndolas en práctica de manera permanente durante las sesiones de clase, bajo el monitoreo del docente.



## Antes de leer

- ¿Qué habilidades pones en juego cuando estudias?
- ¿Cómo las aprendiste?
- ¿Te dan buenos resultados?

Responde aquí:



# HÁBITOS Y HABILIDADES DE ESTUDIO

Los hábitos de estudio se pueden definir como el conjunto de comportamientos aprendidos que favorecen el aprendizaje. Garantizar condiciones apropiadas es un factor importante para estudiar. Entre estas condiciones se encuentran:

## El lugar de estudio

Sin distractores, como música o T.V. y bien iluminado. Debe ser siempre el mismo, para que los estudiantes se acostumbren a él.

## Los materiales necesarios

Es importante que los estudiantes cuenten con una mesa o escritorio y útiles básicos. Es necesario tener a mano todo lo que se empleará para hacer una tarea antes de iniciarla, así se evitará interrumpir el trabajo para ir en busca de lo que haga falta.

## El tiempo

Es recomendable que los estudiantes tengan un horario para realizar las tareas escolares, de preferencia luego de un breve descanso después de regresar del colegio. Es necesario que los periodos de estudio o tareas no sobrepasen los 90 minutos; luego de este tiempo será necesario que tomen un breve descanso.

## El apoyo de los padres

El apoyo de los padres se expresa en ofrecerles a sus hijos las condiciones de estudio necesarias y motivarlos para que lo hagan. Resolver alguna duda y acompañarlos cuando son pequeños son apoyos importantes pero que deben desvanecerse a medida que los hijos crecen y desarrollan mayor autonomía. De ninguna manera ayudarlos supone hacerles las tareas.

- ▶ Estudiar no solo supone garantizar condiciones externas, sino también poner en funcionamiento una serie de habilidades intelectuales para apropiarse de la información. Y esto no solo implica “memorizar” una serie de datos, sino realmente comprenderlos.



En un medio como el actual, en el que la información cambia de manera vertiginosa y es además tan abundante, exige el desarrollo de habilidades para aprender con autonomía. Algunas habilidades necesarias de desarrollar son:

- ▶ Seleccionar datos: diferenciar lo relevante de lo irrelevante según los objetivos de estudio, ubicar información general o precisa.
- ▶ Leer estableciendo relaciones entre lo que ya se sabe y lo que el texto ofrece.
- ▶ Organizar la información según su naturaleza, empleando organizadores visuales de diverso tipo, técnicas de registro, como el fichaje, subtitulando párrafos, etc.
- ▶ Desarrollar un tema a partir de apuntes.
- ▶ Sintetizar y resumir información.
- ▶ Traducir información en otros lenguajes, saber parafrasear.
- ▶ Manejar recursos mnemotécnicos, cuando sea necesario memorizar información.
- ▶ Identificar las subtareas implicadas en una tarea mayor.
- ▶ Distribuir el tiempo según la tarea.

Entre las actitudes necesarias a desarrollar podemos nombrar:

- ▶ Automotivación, es decir, estudiar por propia satisfacción, pensando en el logro de objetivos propios, sin necesidad de esperar recompensas externas.
- ▶ Esfuerzo sostenido.
- ▶ Concentración en la tarea.




## Después de leer

Evalúa si tus alumnos y alumnas poseen las habilidades de estudio. ¿Te parece suficiente?

**Te recomendamos revises la siguiente página:**  
 Página de la Universidad Católica de Chile. Presenta un test sobre hábitos de estudio que puede ser respondido fácilmente por niños y adolescentes. Según la respuesta dada, ofrece recomendaciones.


[http://www.puc.cl/sw\\_educ/enferm/ciclo/html/escolar/preAni\\_Hab.htm](http://www.puc.cl/sw_educ/enferm/ciclo/html/escolar/preAni_Hab.htm)

>>>> PROGRAMA TUS PROPIOS TALLERES

 Evaluamos el ambiente en el que estudiamos y proponemos mejoras



Pide a tus alumnos y alumnas que dibujen dónde estudian o realizan sus tareas escolares. Preséntales una lista de condiciones de estudio y pídeles que hagan un nuevo dibujo que incorpore, en la medida de lo posible, las recomendaciones dadas en esa lista. Envía estas ideas a casa y pide a los padres que supervisen su implementación.

 Practicamos habilidades para aprender

Elabora una lista de actividades escolares propicias para enseñar a estudiar a tus alumnos y alumnas. Anota al lado de cada actividad las habilidades que se pueden desarrollar.  
Ejm.



ACTIVIDAD ESCOLAR	HABILIDAD
Exposición en clase	Tomar apuntes
Aprender elementos químicos	Manejo de recursos mnemotécnicos
Organizar una campaña	Identificar las subtareas implicadas en una tarea mayor. Distribuir el tiempo según la tarea.

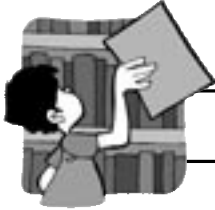
Programa tus sesiones de clase de manera que estas habilidades se pongan en práctica.

# Vivir saludablemente la sexualidad

Muchos adolescentes inician su actividad sexual de manera poco informada y sin protección, con parejas informales; otros inician su actividad sexual en medio de la violencia que supone el abuso sexual. Esto trae como consecuencia problemas en la salud física y emocional de los y las adolescentes y embarazos no deseados. Frente a esta realidad es necesario promover, a través de la educación, que los y las adolescentes adquieran conocimientos y valores que los lleven a vivir una sexualidad saludable y responsable.



## 9.1. Enseñando a los niños y niñas a protegerse del abuso sexual



### Antes de leer

Escribe en la columna de la izquierda si estás de acuerdo (A) o en desacuerdo (D) con los enunciados.

ANTES DE LEER	ENUNCIADOS	DESPUÉS DE LEER
	Los extraños son los que suelen abusar de los menores de edad.	
	Si a los niños y niñas no los tocan, no hay abuso sexual.	
	Es mejor no comunicar una situación de abuso, para proteger al niño o niña. Así no se daña su reputación.	
	Los niños y niñas suelen inventarse cosas, por eso no hay que creerles siempre que hablen de abuso sexual.	

### ABUSO SEXUAL

La violencia sexual es una lamentable realidad que se da con bastante frecuencia mucho más de la que creemos. Violencia sexual es: “Toda actividad sexual que se realice con una persona que no lo desea o no se encuentra en capacidad de decidir al respecto”.

En el caso de niños y niñas se denomina abuso sexual a los contactos o acciones entre un niño o niña y un adulto para gratificación sexual del adulto. También, se considera abuso al contacto sexual no consentido entre un niño(a) y otro. El abuso puede ser con contacto físico -como tocamientos y violación- o sin contacto físico, como la exposición de genitales por parte del adulto.

La mayoría de veces este delito se produce en el ámbito del hogar, siendo el abusador un miembro o un conocido de la familia o de los niños y niñas (profesores, tíos, vecinos, primos). Cuando el abusador es un familiar de sangre (hijos – padres/ hermanos), se le denomina incesto.

Existen situaciones que ponen en riesgo de abuso a los niños y niñas, tales como:

- ▶ Ausencia de información sobre sexualidad y protección personal.
- ▶ Baja autoestima.

- ▶ Escasa comunicación en el hogar y entre éste y la escuela.
- ▶ Falsa creencia de que el abusador suele ser un desconocido, lo que lleva a estar poco alerta en el ámbito de personas conocidas.
- ▶ Utilización comercial del sexo y la sexualidad.
- ▶ Hacinamiento, unido a una percepción distorsionada de las necesidades sexuales.
- ▶ Abandono por parte de los adultos responsables del cuidado de los niños y niñas.
- ▶ Trabajo infantil en zonas y horarios peligrosos.
- ▶ Abuso de alcohol y drogas en el entorno de los niños y niñas.
- ▶ Ausencia en las escuelas de servicios higiénicos separados para varones y mujeres, con la debida seguridad (puertas, cerrojos, cuidadores).

El abuso sexual genera una serie de consecuencias, como problemas en las relaciones con otros, baja autoestima, depresión, pensamientos suicidas, abuso de alcohol u otras sustancias y comportamiento sexual peligroso. Está demostrado que las mujeres que han sido abusadas sexualmente en la niñez, corren más riesgo de ser víctimas de abuso físico o sexual en la adultez y que muchos niños abusados en la infancia, pueden convertirse en adultos abusadores.

La respuesta que reciben los niños y niñas del entorno, cuando comunican el abuso, también influye en las consecuencias. Cuando se les cree y reciben apoyo, las consecuencias pueden ser menos graves que cuando no se les cree o se les culpa. Por este motivo es muy importante seguir las siguientes recomendaciones:

- ▶ Escuchar al niño o niña con atención y apertura, sin forzarlo. Procurar que comprenda que puede hablar del tema, que le creemos, que no es culpable de la situación y que ahora cuenta con una persona que lo ayudará para que el abuso no vuelva a ocurrir.
- ▶ Póngase de su lado, sea quien fuere el abusador.
- ▶ Controlar los sentimientos y superar la pena, preocupación o ira que nos genera la situación vivida por el niño o niña.
- ▶ No actuar de manera impulsiva. Pensar en el procedimiento a seguir priorizando la protección del niño o niña.
- ▶ Comunicarlo a las autoridades.

Los adultos podemos brindarles herramientas a los niños y niñas para que se protejan:

- ▶ Infórmales sobre su cuerpo y sobre el abuso sexual. Aprovecha las noticias para informales sobre los riesgos de determinadas situaciones y cómo evitarlas (contactos con extraños en Internet, etc.).
- ▶ Enséñales que su cuerpo es privado y que nadie debe imponerles acciones que no desean.
- ▶ Ayúdales a diferenciar caricias adecuadas de las inadecuadas, los buenos secretos de los malos secretos.
- ▶ Enséñales a reconocer señales que el propio cuerpo da frente a situaciones de peligro: aceleración de los latidos del corazón, “piel de gallina”, sensación extraña en el estómago, etc.
- ▶ Diles que no deben aceptar nada si a cambio les piden quedarse a solas o guardar un secreto.
- ▶ Respeta sus sentimientos y anímalos a expresarlos siempre, en diversas situaciones cotidianas.



Podemos protegerlos...

- ▶ No los obligues a quedarse a solas con un adulto si los niños y niñas expresan temor o rechazo.
- ▶ Si preguntan sobre sexualidad, respóndeles con la verdad. En caso te sientas incómodo, pide ayuda.
- ▶ Conoce a las personas que frecuenta.
- ▶ Mantente atento a cualquier cambio de conducta de los niños y niñas.
- ▶ Bríndales compañía, cariño y respeto; así evitarás que se cautiven por cualquier extraño que les ofrezca la atención que no reciben en el colegio ni en el hogar.

En el caso de adolescentes las situaciones, consecuencias pueden variar un poco, les sugerimos revisar las páginas sugeridas para mayor información.



## Después de leer

1. Regresa al cuadro inicial y completa la columna de la izquierda. ¿Coincide lo que creías con lo que leíste?
2. Elabora un directorio de instituciones que protegen contra el abuso sexual. Registra su función exacta y ubica alguna persona de contacto en dicho lugar.
3. Elabora un diagrama que describa el procedimiento a seguir en caso de abuso. Pégalo en la sala de maestros.

A screenshot of a web browser window. The background shows a blurred image of a group of people. The text on the page reads:

**Te recomendamos revises las siguientes páginas:**

- ▶ En la página del CESIP encontrarás documentos relacionados a la temática trabajada:
  - Me conozco, me quiero, me cuido. Una experiencia de fortalecimiento de capacidades de autocuidado en niños y niñas.
  - Adolescentes y jóvenes participando en la promoción de su salud sexual y reproductiva
  - Metodología de aprendizaje en Educación Sexual

<http://www.cesip.org.pe/publicaciones.htm>

- ▶ Esta página te brindará información general sobre el abuso sexual.

<http://www.geocities.com/Heartland/Bluffs/3246/abuso.htm>

The browser's address bar at the bottom shows the word "Internet".

## ENSEÑANDO A LOS NIÑOS Y NIÑAS A PROTEGERSE DEL ABUSO SEXUAL

### Taller para replicar

#### OBJETIVO:

Los niños y niñas pequeños conocen las partes de su cuerpo y aprenden a identificar aquellas partes que son privadas.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
Juego "Nariz, nariz"	El facilitador indica que todos coloquen su dedo índice en la nariz. Él dirá: "Nariz, nariz, ojo"; "Nariz, nariz, barriga" y todos deberán tocarse la parte indicada. Pero si el facilitador no dice "Nariz nariz" antes de nombrar una parte del cuerpo, nadie deberá tocarse la parte indicada.	----	5 minutos
Dibujo de silueta	Por parejas, los niños y niñas dibujan el contorno del cuerpo del compañero, quien se echará sobre un papel grande. Luego, cada uno dibuja los detalles del cuerpo desnudo dentro de la silueta. Los niños y niñas señalan en el dibujo las partes del cuerpo, mientras el facilitador las nombra.	Papeles grandes Plumón grueso	30 minutos
Juego "La chapada enferma"	El juego es una variante de "Las chapadas". Se nombra a dos que serán quienes persigan. Los que persiguen deberán tocar a los compañeros en alguna parte del cuerpo, la que quedará inmovilizada (si les tocan un brazo, deben correr con éste pegado al cuerpo; si tocan una pierna, solo podrán saltar en un pie). Cuando sea imposible que corran, habrán perdido.	Espacio amplio	10 minutos



ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
Mis partes privadas	<p>Después del juego, cada niño regresa a trabajar con su silueta. El facilitador pregunta: ¿Qué partes del cuerpo nos tocaron en el juego anterior?</p> <p>¿Nos sentimos igual si nos tocan el brazo o las “nalgas”? ¿Por qué sí?</p> <p>¿Por qué no?</p> <p>¿Qué partes son como el brazo?</p> <p>¿Cuáles como las nalgas?</p> <p>Pintan con rojo las partes que no deben ser tocadas por otros.</p>	<p>Siluetas de papel Color, Crayola o plumones rojos.</p>	<p>15 minutos</p>
Inventamos un lema o frase	<p>Todos juntos, con ayuda del facilitador, inventan una frase, que debe ser corta, para recordar que el cuerpo es privado y nadie puede tocar las partes privadas.</p> <p>Ejm.: “Es mi cuerpo y nadie lo toca”</p> <p>El facilitador escribe la frase. Cada niño y niña realiza un dibujo relacionado con la frase. Los dibujos se pegan en un lugar visible del aula, junto con el lema.</p>	<p>Tira de cartulina Plumón</p>	<p>20 minutos</p>



## 9.2. El enamoramiento



### Antes de leer

TU PRIMER ENAMORADO -TU PRIMERA ENAMORADA...

- ▶ ¿Qué recuerdos tienes de tu primer enamorado o enamorada?
- ▶ ¿Qué edad tenías?
- ▶ ¿Qué te aportó tener un enamorado o enamorada?

## EL ENAMORAMIENTO

La adolescencia es una etapa de profundos cambios físicos, cognitivos y emocionales. El enamoramiento es una de las experiencias que acompaña estos cambios: a la atracción sexual, se añade el deseo de estar con otra persona, con exclusión de las demás.

El enamoramiento en la adolescencia es fundamental, porque contribuye con la búsqueda de la propia identidad, que es un reto en esta etapa. La relación de pareja es un soporte para deslindarse de los padres y socializarse. También permite al adolescente sentirse aceptado, atractivo para el sexo opuesto y reconocido por alguien diferente a los padres. Esta experiencia les posibilita conocerse a sí mismos y conocer a otros, lo cual es muy importante para su vida afectiva.



Una característica del enamoramiento en la adolescencia, es que no se refiere a una persona concreta, sino más bien a un tipo "ideal" de chico o chica. Este ideal puede estar determinado en un inicio por la apariencia física pero, a medida que la persona va madurando, se enriquece con elementos morales, como la simpatía el empeño, la sinceridad, etc.

Otra característica es la búsqueda permanente, lo que puede llevar a cambiar frecuentemente de pareja. Si bien no podemos esperar que el enamorado o la enamorada de la adolescencia sea "para toda la vida", dado que se encuentran en una etapa de exploración, es indispensable identificar otras razones por las que los adolescentes cambian de pareja con

frecuencia. Entre estas otras razones, necesarias de atender, podemos nombrar: el estilo de vida de los amigos y la presión que el grupo pueda ejercer; el temor a intimar demasiado con otro y sentirse atado; sentir que controlan a los demás y que deciden cuándo inician o terminan una relación.

La imagen que proyecta el adolescente es muy importante para él, así que en esta etapa no tener enamorado o enamorada puede convertirse en un verdadero problema para muchos y afectar su autoestima. Pueden sentirse poco atractivos, diferentes a sus amigos y amigas y ello llevarlos a entablar relación con cualquier persona sin evaluar los riesgos.

Debido a la variabilidad emocional del adolescente, el enamoramiento puede estar acompañado de sentimientos cambiantes: desde el entusiasmo, la emoción y alegría, hasta el desencanto, la frustración y tristeza. Quien un día le parece una pareja maravillosa, al poco tiempo puede convertirse en una pareja terrible. Esta variabilidad también lleva a rompimientos que se viven de una manera muy intensa y que pueden inclusive desencadenar en una depresión.

Es necesario discutir estos sentimientos con las y los adolescentes, identificar los hechos y ubicarlos en su justa medida. Analizar algunos pensamientos arraigados, como por ejemplo “él es mi príncipe azul” o “nunca más me volveré a enamorar”, puede ser de mucho provecho, más aún si se identifican como mensajes que suelen darnos los medios de comunicación (novelas, canciones, etc.) y no como hechos comprobados.



## Después de leer

- ▶ Selecciona canciones que se escuchen en tu comunidad y que promueven una visión idealizada del amor o una visión dolorosa. Úsalas para promover la reflexión en torno a la influencia que tienen en las creencias sobre el amor.
- ▶ Selecciona noticias sobre reacciones inapropiadas frente a decepciones amorosas: celos, depresión, etc. Úsalas para plantear alternativas de respuesta más constructivas.

## EL ENAMORAMIENTO

### Taller para replicar

#### OBJETIVO:

Los niños y niñas pequeños conocen las partes de su cuerpo y aprenden a identificar aquellas partes que son privadas.

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
Dinámica de saludo: "El protocolo"	El facilitador da la bienvenida a los participantes y los divide en cuatro grupos con la misma cantidad de integrantes. Cada grupo debe pensar en una forma creativa de saludo. Cada grupo presenta su saludo y finalmente lo usa para saludar a miembros de otros grupos.	----	10 minutos  10 minutos
Presentación del taller	El facilitador indica el objetivo del taller y recoge algunos comentarios de los participantes respecto la importancia de abordar este tema.	Papeles grandes Plumón grueso	5 minutos
Análisis de casos	El facilitador conforma grupos en los que haya tanto varones como mujeres. A cada grupo le entrega un caso, que deberá analizar. Escribe las indicaciones en la pizarra: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leer el caso.</li> <li>• Pegarlo en la parte superior de un papelógrafo.</li> <li>• Escribir en un papelógrafo, con relación al caso recibido: ¿Cuál es la actitud de la chica? ¿Cuál es la actitud del chico?</li> <li>• ¿Tienen un problema? ¿Cuál es?</li> <li>• Si no tienen un problema, ¿Qué le aporta esa relación a cada uno de los enamorados?</li> </ul> <b>Atención:</b> los casos pueden ser dramatizados por los participantes.	Casos escritos en papel tamaño A3 Papelógrafo  Plumones gruesos Cinta adhesiva	20 minutos

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
Dinámica de distensión: "Busca tu pareja"	Los participantes se organizan en parejas. Forman dos círculos o "rondas": una exterior, y otra interior, de manera que las parejas queden mirándose frente a frente. Al sonido de la música, las rondas giran en sentido contrario. Cuando el facilitador detiene la música, los participantes deben buscar a su pareja, tomarla de las manos y sentarse en el piso lo más pronto posible. Quien lo hace al último, sale del juego.	Radio	10 minutos
Plenaria	Un miembro del grupo presenta el caso analizado y sus repuestas. El facilitador puede pedir opiniones de otros grupos con relación al caso, guiándose por las preguntas de análisis, y promover que compartan experiencias similares, solicitando siempre explicación sobre las razones que los llevan a indicar que son parecidas.	Papelógrafos escritos por cada grupo	30 minutos
Conclusiones	El facilitador, al terminar de analizar los casos, pregunta: <b>¿Cómo podemos darnos cuenta que una relación no es constructiva?</b> Registra las respuestas de los participantes en un papelógrafo. Ejemplos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uno obliga al otro a hacer cosas que no quiere (amenazando o haciéndose la víctima).</li> <li>• Uno desconfía del otro.</li> <li>• Enfrentan sus problemas con insultos, golpes, dejándose de hablar.</li> <li>• Dejan de tener otros amigos y amigas.</li> <li>• Uno engaña al otro, no le es fiel.</li> </ul>	Papelógrafo Plumones gruesos Cinta adhesiva	15 minutos

ACTIVIDAD	ESTRATEGIA METODOLÓGICA O PROCEDIMIENTO	RECURSO	TIEMPO
	<p><b>¿Cómo podemos darnos cuenta que una relación es constructiva?</b></p> <p>Ejemplos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hay confianza mutua.</li> <li>• Disfrutan de estar juntos, pero también tienen tiempo para sus amistades personales.</li> <li>• Pueden decir SÍ o NO, sin sentir temor o presión.</li> <li>• Se tratan de manera cariñosa.</li> </ul>		
Evaluación	<p>Los participantes, de manera individual, ilustran y ejemplifican relaciones constructivas y relaciones no constructivas.</p> <p>Emplearán fotos de revistas, titulares de periódicos, sus propios dibujos o casos redactados que no sean los mismos que se emplearon en el taller.</p> <p>El facilitador comenta algunos trabajos que permitan reforzar las conclusiones del taller.</p>	<p>Revistas con imágenes</p> <p>Periódicos</p> <p>Tijeras</p> <p>Colores,</p> <p>plumones</p> <p>hojas</p>	30 minutos



**CASO 1**

Desde que Raúl es enamorado de Carmela, ha dejado de ver a sus amigos del barrio y de ir al fútbol. Cuando sus amigos lo buscan pone pretextos para no salir, pero lo que sucede es que a Carmela no le gusta que esté con otras personas y le ha dicho que, si quiere seguir con ella, debe dejarlos de ver.

Luis tiene una enamorada en el colegio y solo la ve en horario escolar. Los sábados y domingos sale con chicas y hasta tiene enamorada en su barrio. La enamorada del colegio no sabe que sale con otras chicas, pero se pregunta por qué no la invita a salir los fines de semana.

**CASO 2**

Jorge estaba con su enamorada y se encontró con unos amigos a los que no veía hace tiempo. Los saludó con mucho afecto y olvidó presentarles a su enamorada. Ella se enojó mucho por eso, pero no se lo dijo; optó por dejar de hablarle. Jorge no sabe qué le pasa a su enamorada.

**CASO 3**

Cuando Clara sale de paseo con su enamorado, debe vestirse con ropa suelta, sin escotes ni faldas más arriba de la rodilla, como a él le gusta. A él le enoja que otros la miren. Si lo hacen, le dice que ella es una coqueta.

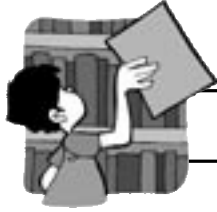
**CASO 4**

Julio y Jenny son enamorados y estudian juntos. Cuando van a fiestas bailan con otros chicos y chicas del salón, pero también comparten momentos juntos. Así los dos pueden disfrutar también con sus amistades.

**CASO 5**



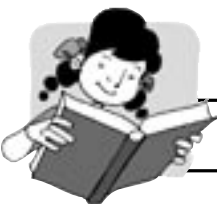
## 9.3. Protegiéndose de Infecciones de Transmisión Sexual (ITS)



### Antes de leer

Explora tus saberes. Marca con una X lo que describa mejor tu nivel de manejo de información:

NIVEL DE INFORMACIÓN ASPECTOS	MANEJO INFORMACIÓN ESPECÍFICA DEL TEMA.	TENGO INFORMACIÓN SOBRE ASPECTOS GENERALES DEL TEMA.	TENGO SOLO UNA VAGA IDEA	DESCONOZCO
¿Qué son las ITS?				
¿Cuáles son las ITS?				
¿Cómo se contagian?				
¿Cuáles son los síntomas?				
¿Qué consecuencias trae tener ITS?				
¿Cómo evitarlas?				



### Durante la lectura

Busca respuesta a estas preguntas en el texto informativo. Identifícalas con colores distintos.

## Infecciones de transmisión sexual



Son enfermedades muy contagiosas que se transmiten a través de las relaciones sexuales. Antes se les llamaba “enfermedades venéreas”. Estas infecciones son producidas por virus, parásitos, bacterias u otros microorganismos.

Hoy se conocen más de 20 enfermedades de transmisión sexual, entre ellas: **Sífilis , Gonorrea, Hepatitis B, Herpes Genital, Verrugas Genitales, Infección Clamidia, Pediculosis Púbrica (presencia de piojos llamados ladillas), Tricomoniasis** y el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), que ocasiona el SIDA.

Estas infecciones de transmisión sexual son bastante frecuentes entre los adolescentes por diversas razones: están teniendo relaciones sexuales cada vez con mayor precocidad (en la selva se inicia a los 12 años); hay poco acceso a la información sobre prevención añadiéndose a esto el temor o la vergüenza; muchas veces están contagiados y no tienen síntomas, lo que los hace portadores de la enfermedad, entre otras.

Las ITS se contagian a través de las relaciones sexuales sin protección, por el contacto con la sangre o algunos de sus derivados contaminados, como ocurre entre las personas que se drogan y comparten sus agujas. También pueden contagiarse de la madre al niño durante el embarazo, el parto o la lactancia. En algunos casos, el consumo de antibióticos puede aumentar la presencia de hongos en la vagina.

Los síntomas en el varón son pus que sale del pene, ardor al orinar, llagas, verrugas o ampollas en el ano, testículos o pene. En la mujer, los síntomas son descenso vaginal anormal (más abundante, de diferente color, con o sin olor), picazón o ardor en la vulva, llagas, verrugas o ampollas en la vagina o cerca de ella, dolor durante las relaciones sexuales. Las ITS son peligrosas, porque algunas no muestran síntomas evidentes, lo cual lleva a la persona infectada a actuar sin precaución creyendo que está sana.

Estas enfermedades pueden traer, en general como consecuencia, infertilidad, infecciones generalizadas, dolores crónicos en la parte del vientre. En los varones específicamente pueden ocasionar daños en la próstata. En las mujeres, cáncer al útero, abortos, infecciones después del parto. Inclusive pueden tener efectos en los bebés, quienes se infectan a través de la sangre de la madre o en el canal de parto, ocasionándoles ceguera, neumonía, malformaciones e incluso la muerte.

Las ITS se pueden prevenir a través de diversos medios como la abstinencia, es decir, no teniendo relaciones sexuales, manteniendo fidelidad mutua con la pareja, mediante el uso del condón o con un adecuado y frecuente aseo de los genitales. El consumo de alcohol u otras drogas puede poner al adolescente en una situación de riesgo, dado que en estas circunstancias pierde el control y le cuesta tomar decisiones para protegerse. Es necesario conocer a la pareja, porque si ésta consume drogas o tiene relaciones sexuales con muchas personas, está en mayor riesgo de tener una ITS.



Una vez contraídas, estas enfermedades requieren tratamiento médico, Es necesario acudir a algún establecimiento de salud y seguir el tratamiento completo aunque los síntomas hayan desaparecido. En el caso de tener pediculosis púbica, es indispensable hervir las sábanas y la ropa para desinfectarlas.



## Después de leer

Consigue imágenes para ilustrar las respuestas a estas preguntas: ¿Cómo se contagian las ITS? ¿Cuáles son los síntomas? ¿Cómo prevenirlas? Así contarás con material para tus talleres.

**Te recomendamos revises la siguiente página:**

Nosedeseexo es una página de APROPO. Brinda información para adolescentes y jóvenes sobre sexualidad en su propio lenguaje. Ofrece además líneas telefónicas para que los adolescentes puedan resolver sus dudas todos los días.

[http://www.nosedeseexo.com/index.php?option=com\\_content&task=view&id=255&Itemid=269](http://www.nosedeseexo.com/index.php?option=com_content&task=view&id=255&Itemid=269)

>>>> PROGRAMA TUS PROPIAS SESIONES DE TRABAJO

### Nos informamos sobre las infecciones de transmisión sexual

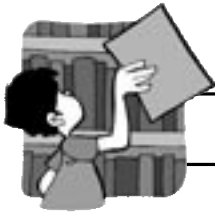
- ▶ Pídeles a los participantes que formulen sus dudas sobre ITS. Anótalas en forma de preguntas.
- ▶ Identifiquen las personas o instituciones que puedan brindarles información acerca de las ITS.
- ▶ Realiza el contacto con dichas personas o instituciones.
- ▶ Encarga a grupos de participantes la formulación de las preguntas. Así enfrentarán sus temores en un medio seguro. ¡Con tu apoyo!
- ▶ Registren la información recogida.

### Adolescentes que educan a adolescentes

- ▶ En la mayoría de los casos, la gente joven se siente cómoda al recibir información de personas del mismo grupo de edad, en su propio lenguaje, en vez de recibirla de personas adultas. Una vez informados, selecciona con los adolescentes la información que quieren compartir.
- ▶ Definan con claridad a qué grupo de adolescentes se dirigirán.
- ▶ Decidan cuáles pueden ser medios efectivos para informar a otros de su misma edad. Puede tratarse de discusiones informales, escenificaciones, presentaciones en video, actividades gráfico-plásticas, etc.
- ▶ Ensayen, procurando que la actividad no dure más de media hora. Permíteles que usen un lenguaje coloquial, propio de los diálogos informales entre amigos.
- ▶ Seleccionen el lugar: el patio, un aula, un parque.
- ▶ Elaboren algunas preguntas para formular al público luego de la presentación y averiguar si aprendieron lo que estaba previsto.

Puedes emplear este medio para abordar los diversos temas de “Vida sexual saludable”.

# Protegiéndose de Infecciones de Transmisión Sexual: VIH - SIDA



## Antes de leer

Lee estas afirmaciones e indica si crees que son verdaderas o falsas marcando con una X.

AFIRMACIONES	VERDADERO	FALSO
VIH y SIDA son lo mismo.		
Solo los homosexuales y las prostitutas se infectan con VIH.		
El SIDA no tiene cura.		
El VIH es contagioso.		
El SIDA se transmite por las lágrimas y el sudor.		
El VIH se encuentra en el semen de la persona infectada.		
Me puedo contagiar si uso el mismo baño que una persona con SIDA.		
Me puedo contagiar de VIH si tengo relaciones sexuales sin protección.		
Un niño portador del VIH puede contagiar a sus compañeros si hacen deporte juntos o se abrazan.		

## EL SIDA

SIDA quiere decir Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida y es causado por el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH). El SIDA no es en sí mismo una enfermedad, pero debilita tanto las defensas del cuerpo, que cualquier enfermedad que se contrae acaba con el infectado. Tiene tratamiento, pero no se cura y ocasiona la muerte.



El VIH se transmite de diversas maneras:

Por tener relaciones sexuales con alguien que está infectado. Es que el virus se encuentra en el semen y en las secreciones vaginales de los infectados y, cuando estos fluidos entran en contacto con alguna lesión sangrante por pequeña que esta sea, se produce el contagio. Las lesiones por infecciones de transmisión sexual aumentan el riesgo de contraer el VIH.

Por vía sanguínea. Se puede transmitir por compartir las agujas para inyectarse o cualquier otro objeto punzocortante sin esterilizar (compartir navajas de afeitar, hacerse tatuajes, perforarse el cuerpo para colocar aretes, etc.) o por recibir una transfusión de sangre de una persona infectada.

De madre a hijo. Los bebés de madres infectadas pueden contraer el virus al entrar en contacto con la sangre de la madre o a través de la leche materna.

El VIH no se contagia mediante el contacto común diario con la gente en el colegio, en el trabajo o en los mercados ni por entrar en contacto con el sudor o las lágrimas de un infectado, por darle la mano, un beso o acariciarlo. Tampoco por nadar en piscinas o usar baños públicos. Compartir cubiertos y utensilios en casa o restaurantes tampoco reviste riesgos. El VIH no se transmite por picaduras de insectos como mosquitos, pulgas o piojos.

El SIDA puede contagiar a hombres, mujeres, ancianos y niños, ricos y pobres. Sin embargo, las personas con más riesgo de contraerlo, son las que tienen varias parejas sexuales, las que tienen relaciones sexuales sin protección o las que son adictas a las drogas y usan inyectables.

Todos podemos protegernos ¿Cómo?:

- ▶ La única manera totalmente segura de evitar contagiarse de SIDA a través de las relaciones sexuales, es no tenerlas. A eso se le llama abstinencia.



- ▶ Si decides tener relaciones sexuales, ten una sola pareja y sé fiel; asegúrate que tu compañero o compañera también lo sea.
- ▶ No tengas relaciones sexuales con desconocidos, no se puede saber a simple vista si una persona está infectada o si tiene varios compañeros sexuales.
- ▶ Usa condón o preservativo cada vez que tengas relaciones sexuales. De preferencia emplea los de látex.
- ▶ No compartas agujas, usa jeringas descartables.
- ▶ No uses ni permitas que alguien te practique algún procedimiento con objetos punzocortantes no esterilizados.
- ▶ Si vas a recibir una transfusión de sangre, asegúrate que ha sido previamente analizada.
- ▶ Evita el consumo excesivo de alcohol porque pierdes el control y ello puede llevarte a tomar decisiones que pongan en riesgo tu salud.



## Después de leer

Verifica si tus respuestas iniciales coinciden con la información del texto.

A screenshot of a web browser window. The main content area displays the text: "Te recomendamos revises la siguiente página:" followed by "Gente joven está dirigida a los adolescentes y brinda consejería sobre estilos de vida sana. Recibe consultas en línea atendidas por especialistas." Below this text is a rectangular box containing the URL: "http://www.gentejoven.org.mx/default.asp". The browser's address bar and taskbar are visible at the bottom.



>>>> PROGRAMA TUS PROPIAS SESIONES DE TRABAJO



### Nos informamos sobre el VIH - SIDA

- ▶ Recoge las creencias que tienen los participantes sobre las formas de contagio, las conductas de riesgo y las formas de prevención del SIDA.
- ▶ Proporcionales información para que contrasten sus creencias. Puedes entregarles diversas fuentes para que la información sea variada y complementaria.
- ▶ Elaboren una lista de acciones frecuentes en personas de su edad, que los pueden poner en riesgo de contraer el SIDA.
- ▶ Hagan una lista de acciones concretas para evitar el contagio.



### Promovemos medidas de prevención contra el SIDA

- ▶ Elabora con los participantes una encuesta para recoger qué información veraz manejan los adolescentes del colegio o del barrio sobre el SIDA.
- ▶ Tabulen los datos recogidos y organícenlos en tablas.
- ▶ Según la información recogida, seleccionen los puntos en los que hay desinformación y elaboren materiales para difundir la información científica al respecto. Consideren claramente ¿A quién se dirigirán? ¿Qué quieren lograr? Y ¿A través de qué medio lo harán?



## 9.4. Embarazo en la adolescencia

“La niña o la adolescente, embarazada o madre, no debe ser impedida de iniciar o proseguir sus estudios. La autoridad educativa adoptará las medidas del caso para evitar cualquier forma de discriminación” Código del Niño y del Adolescente. Artículo 14.- (...)



El embarazo puede traer alegría y muchas satisfacciones, sin embargo, cuando éste se produce en la adolescencia, reviste grandes riesgos. El 15% de mortalidad materna es de madres adolescentes y el 20% de muertes por aborto también corresponden a este grupo. Quienes sobreviven, deben asumir una serie de responsabilidades, la mayoría de veces sin el apoyo de una pareja o de la familia, que las aleja de actividades propias de la edad como tener amigos y estudiar.

La iniciación de la vida sexual activa de los adolescentes es cada vez a edades más tempranas. Entre los factores que contribuyen con el inicio sexual adolescente se encuentran los siguientes:

- ▶ Ignorancia en reproducción y sexualidad, tanto por parte del adolescente como de sus padres.
- ▶ Deficiente comunicación con los padres.
- ▶ Dificultades entre los padres.
- ▶ Ser hijo o hija de madre adolescente.

Es necesario enfrentar la problemática del embarazo adolescente desde la prevención, con el arma de la información; sin embargo muchos adultos consideran que, brindando información sobre sexualidad, se está alentando a los adolescentes a tener relaciones. Nada más falso. No informar es exponerlos a enfermedades, daños emocionales y a un embarazo no deseado, que afectará su proyecto de vida.

Es indispensable abordar este tema en las aulas. Hacerlo supone desarrollar en los alumnos y alumnas habilidades, actitudes y brindar información.

Entre las habilidades necesarias de desarrollar encontramos:

- ▶ Tomar decisiones responsables, identificando y evaluando las posibles consecuencias.
- ▶ Enfrentar la presión de grupo y de la pareja.

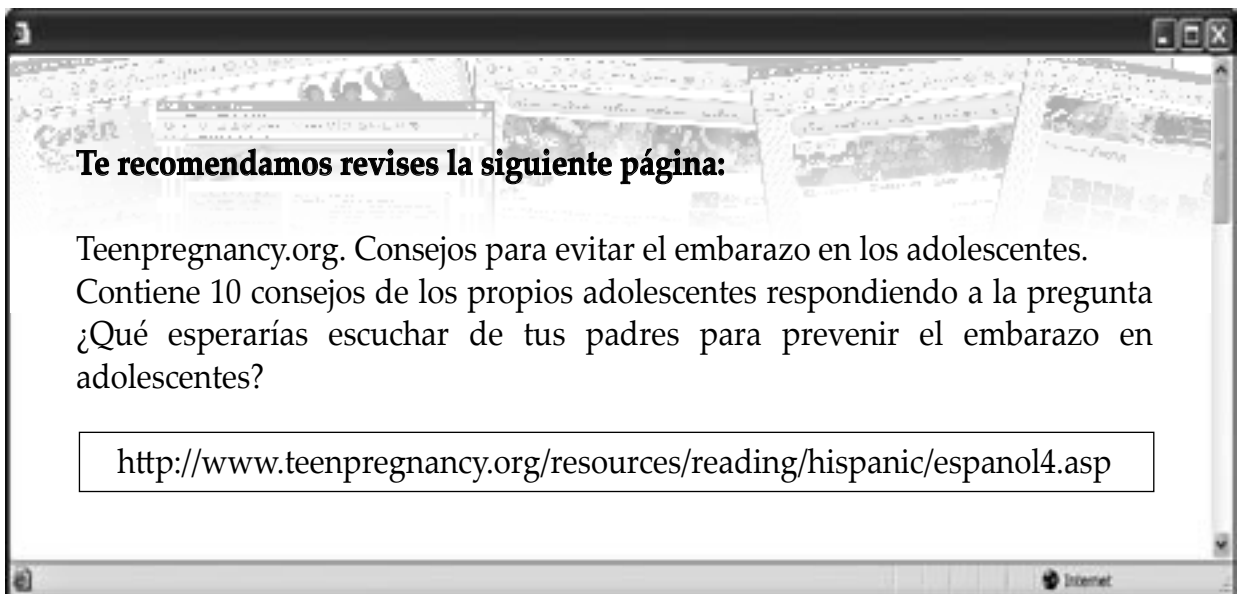
- ▶ Plantearse retos futuros, actuar en función a metas.
- ▶ Autoestima elevada.

Entre las actitudes:

- ▶ Respeto hacia el otro y hacia sí mismo.
- ▶ Valoración de la sexualidad.
- ▶ Desarrollo de una postura personal frente al inicio de las relaciones sexuales y al sentido que tiene en sus vidas.

Entre los conocimientos:

- ▶ Riesgos del embarazo en la adolescencia.
- ▶ Métodos anticonceptivos.
- ▶ Enfermedades de transmisión sexual y cómo evitarlas.
- ▶ Sistema reproductor masculino y femenino.



## &gt;&gt;&gt;&gt; PROGRAMA TUS PROPIAS SESIONES DE TRABAJO

**Conocer las responsabilidades que deben asumir los padres y madres.**

- ▶ Forma parejas en el aula. Encárgales el cuidado de un huevo, que deberán cuidar por espacio de una semana. Deberán establecer turnos de cuidado y hacer arreglos para evitar que se rompa. Conversen luego sobre la experiencia.
- ▶ Invita al aula a padres adolescentes para que compartan sus experiencias.

**Tomar decisiones**

Preséntales casos y que planteen una serie de posibles respuestas. Para cada una, pídeles que identifiquen consecuencias.

Ejm. de caso: “El enamorado le ha pedido a su pareja tener relaciones sexuales, para que le pruebe que en efecto lo quiere”.



## Referencias bibliográficas

*Antonio Vallés, Vallés Consol*

Programas de refuerzo de las habilidades sociales, Madrid: 1994, 141 pág.

*CIDE-Educalter*

El aula, un lugar donde aprender a vivir en democracia, Fascículo 1, Lima: Nuevo Mundo, 2000, 107 pág.

*Helga Bazán, Valdez Amelia*

Todos y todas aprendemos, Lima: CESIP, 2003, 76 pág.

*Helga Bazán*

Manual de habilidades docentes para la capacitación, Lima: CESIP, 2005, 72 pág.

*María Angélica Chong Wong, Núñez Hugo*

Aprendo a ser mejor, Lima: CESIP, 2002, 154 pág.

*María Elena Iglesias*

Me conozco, me quiero, me cuido, Lima: CESIP, 2005, 192 pág.

*MED*

Video "Tengo derecho al buen trato", 2005

Construyendo mi personalidad, Lima: Navarrete, 2000, 203 pág.

*CESIP*

Diseños de talleres para el Proyecto "Programa Proniño – Perú, Educación para niños, niñas y adolescentes que trabajan". Material de trabajo (2001-2004).



## Colegios Participantes

### LIMA

Carabayllo	I.E. N° 8161 "Manuel Scorza Torre"
Comas	I.E. N° 2040 "República de Cuba"
Lurigancho-Chosica	I.E. N° 1205 "José Abelardo Quiñones" I.E. N° 20955-17 "San Francisco" I.E. N° 1223 "Alto Perú" I.E. N° 1224 "El Paraiso"

### PROVINCIAS

Iquitos	I.E. N° 60056 "República Alemana Unificada" C.E.P.M. N° 601540 "Mons. Gabino Peral de la Torre" I.E. N° 60022 "Rvdo. Padre Diego Natal Juan"
Chiclayo	I.E. "Cristo Rey"
Huancayo	I.E. N° 30554 "José C. Mariátegui"
Cusco	I.E. "Viva el Perú" I.E. N° 50781 "Manco Cápac"
Trujillo	I.E. N° 80081 "Julio Gutiérrez Solari" I.E. N° 81773 "Simón Bolívar"
Arequipa	I.E. N° 40315 "José María Arguedas" I.E. 40002 "Al Aire Libre"
Piura	EPM 14037 Artemio Requena
Puno	I.E. N° 70018 "San José de Huaraya" I.E.S.C. N° 45 - "Emilio Romero Padilla"

**CARITAS**  
Iquitos

**CEDER**  
Arequipa

**IDEL**  
Huancayo

**CESIP**  
Lima  
Chiclayo  
Trujillo  
Piura

**RED TITIKAKA**  
Puno

**PURIRISUN**  
Cusco