



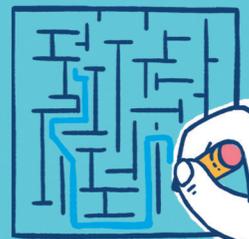
UNIVERSIDAD NACIONAL  
FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS  
INSTITUTO DE ESTUDIOS LATINOAMERICANOS  
PROYECTO AULA ACTIVA: JUEGOS COOPERATIVOS  
PARA LA EDUCACIÓN PARA LA PAZ

# DERECHOS Y PAZ

Guía didáctica

COLECCIÓN: JUGANDO PARA LA PAZ

EDITORA: M.DH. EVELYN CERDAS AGÜERO







UNIVERSIDAD NACIONAL  
FACULTAD DE FILOSOFÍA Y LETRAS  
INSTITUTO DE ESTUDIOS LATINOAMERICANOS  
PROYECTO AULA ACTIVA: JUEGOS COOPERATIVOS  
PARA LA EDUCACIÓN PARA LA PAZ

# DERECHOS Y PAZ

Guía didáctica

COLECCIÓN: JUGANDO PARA LA PAZ

EDITORIA: M. DH. EVELYN CERDAS AGUERO



371.337

D431d Derechos y paz: guía didáctica / editora Evelyn Cerdas Agüero. -- Primera edición. -- Heredia, Costa Rica: Facultad de Filosofía y Letras, Instituto de Estudios Latinoamericanos, 2018.  
122 páginas; 25 cm. -- (Colección Jugando para la paz)

Proyecto Aula Activa: Juegos cooperativos para la educación para la paz  
ISBN 978-9968-26-067-1

1. DERECHOS DEL NIÑO 2. JUEGOS INFANTILES 3. DERECHOS HUMANOS 4. IGUALDAD DE GÉNERO 5. EDUCACIÓN PARA LA PAZ 6. COMUNICACIÓN I. Cerdas Agüero, Evelyn II. Serie

ISBN: 978-9968-26-067-1

**Editora:** M. DH. Evelyn Cerdas Agüero

**Autores:** Estudiantes del curso Espacios lúdicos para la educación en derechos humanos, IDELA, 2017

**Proyecto:** Aula Activa: juegos cooperativos para la educación para la paz

**Colección:** Jugando para la paz.

**Director del IDELA:**

Dr. Mario Oliva Medina

**Dirección de contacto:**

Instituto de Estudios Latinoamericanos (IDELA)  
Facultad de Filosofía y Letras, Universidad Nacional  
Heredia, Costa Rica. Apdo. Postal: 86-3000

**Correos electrónicos:** ecerdas@una.cr / evelyncer@yahoo.com

**Telefax:** (506) 2562-4057

**Diseño e impresión:**

Programa de Publicaciones e Impresiones de la Universidad Nacional  
Primera edición: 2019

ISBN: 978-9968-26-067-1



9 78 9968 26 067 1

# CONTENIDOS

|  |   |    |
|--|---|----|
| DERECHO AL JUEGO   | ANDRÉS SALAS BRENES • JAQUELINE MONTOYA RODRÍGUEZ<br>JOSÉ DAVID DELGADO VARGAS • VÍCTOR SUAREZ MIRANDA                        | 11 |
| SOY SUJETO DE DERECHOS HUMANOS                                   | TIFANY PERLA BRENES • KINERETH MELÉNDEZ<br>ALEJANDRA RODRÍGUEZ  | 20 |
| DERECHO A VIVIR SIN VIOLENCIA INFANTIL                           | MARIAM AYALA HERNÁNDEZ • VERÓNICA ESQUIVEL CAMPOS<br>JOSSELINNE FALLAS CÓRDOBA • ELIZABETH RODRÍGUEZ ZÚÑIGA                   | 27 |
| IGUALDAD DE GÉNERO EN NIÑOS Y NIÑAS                              | JAVIER CORDERO ARIAS • FABIOLA CAMPOS VÍQUEZ<br>ANDREA CAMPOS RODRÍGUEZ   | 33 |
| EL DERECHO A LA DIVERSIDAD                                       | ANDREA ARGUEDAS MONTOYA • CATHERINE ESQUIVEL ARGUETA<br>LAURA MENA NAVARRO • ANDREY PINEDA SIBAJA                             | 39 |
| LA LIBERTAD DE EXPRESIÓN   | INGRID CAMPOS ARIAS • FABIO CAMPOS ROJAS • MARCO CARRILLO MOLINA<br>VANESSA HERNÁNDEZ AZOFEIFA • YAZMÍN VILLALOBOS VILLALOBOS | 46 |
| EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES COMO<br>PARTE DE LOS DERECHOS HUMANOS | ANA JAZMÍN CHAVARRÍA VALVERDE<br>CARLOS ESTRADA JIMÉNEZ • FLORY SÁNCHO SOLANO   | 54 |



LA COMUNICACIÓN COMO MEDIO  
PARA LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

JOSÉ PABLO DURÁN SALAZAR  
JOSUÉ CHAVES ACUÑA • JOSTIN ARIAS LÓPEZ

61

CONSTRUYENDO VALORES

VANESSA SOLANO GARCÍA • DENISSE JIMÉNEZ DELGADO  
JULISSA SALAZAR VALVERDE • MAUREEN OBANDO DÍAZ

67

TRABAJO EN EQUIPO PARA  
UNA MEJOR CONVIVENCIA

ADRIANA BERROCAL S. • YOSELYN ARCE FERNÁNDEZ  
ERICK GONZÁLEZ VARGAS

74

RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS POR MEDIO  
DE LA NEGOCIACIÓN EN UNA CULTURA DE PAZ

KARINA CHIN WO CAMACHO  
ALLAN MURILLO ESTRADA • JOSÉ E. PEREIRA UMAÑA

82

LA COOPERACIÓN COMO MÉTODO  
EFECTIVO EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

JESÚS CAMPOS CONEJO • GUILLERMO GONZÁLEZ GÓMEZ  
KERRIZ RODRÍGUEZ MANZANARES • MELISSA SÁNCHEZ CHAVARRÍA

94

DERECHO A UN AMBIENTE SANO

MÓNICA RAMÍREZ • JULIÁN TORRES  
FABIÁN MORERA • SOFÍA VEGA

104

DERECHO A LA ALIMENTACIÓN

YOANCI PÉREZ • MELISSA ALFARO  
STEPHANIE GUTIÉRREZ • XINIA GUZMAN

114

# ¿LO QUE HACEMOS!

El trabajo se ha realizado en el marco del proyecto “Aula activa: Juegos cooperativos para la educación para la paz” cuyo objetivo se dirige a generar espacios que aporten a la construcción de una cultura de paz, concibiendo que este es un proceso dinámico, participativo y de concienciación del rol que cada persona tiene en la sociedad.

En esta ocasión el proyecto genera un vínculo con la docencia, en particular con el curso “Espacios lúdicos para la educación en derechos humanos”, parte de la oferta académica del IDELA (Instituto de Estudios Latinoamericanos) en el Campus Omar Dengo (Universidad Nacional) durante el 2017. Este está dirigido a promover la educación en derechos humanos como un derecho y como un espacio potenciador para nuevas formas de convivencia y transformación de la visión de sujetos de derechos, de sujetos pasivos a activos.

Cada uno de los trabajos que conforman este texto es parte del proceso realizado por los estudiantes en el curso.

El proyecto busca generar un proceso cuyo énfasis sea la educación en derechos humanos, considerando que esta es una tarea compleja y posible que implica la vivencia, la participación, la visión crítica y la búsqueda colectiva de aprendizajes significativos que implican un entramado de prácticas participativas, afectivas, lúdicas y dialógicas.

Es una forma de educar que se articula en torno a principios básicos que permiten a las personas desarrollar habilidades hacia formas de convivencia individuales y colectivas más pacíficas y respetuosas de los derechos humanos, individuales porque esta educación se enfoca en el individuo como actor principal de la convivencia y de la vida en sociedad, por lo que esta puede enfocarse inicialmente en un sujeto que es susceptible de transformarse y desear, de forma individual, esta transformación, que le permita concebirse y aceptarse como persona sujeta de derechos, un reconocimiento individual de responsabilidades hacia sí mismo, y colectivas porque motiva y enfatiza en el reconocimiento y aceptación de la corresponsabilidad social como parte de una comunidad.



Así, durante el curso el estudiantado realiza un proceso de reconocimiento de su rol como sujetos activos de derechos humanos, el cual puede asumir la importancia de la educación en derechos humanos desde la infancia, pero que no se reduce a esta etapa, sino es un proceso que dura toda la vida. Además, este permite que el estudiantado pueda ir reconociendo la importancia de los derechos humanos, la lucha constante por su reivindicación y por las garantías de estos.

En esta etapa del curso los estudiantes se preparan para plantear cada uno de los talleres que están plasmados en el trabajo y así poder realizar una visita a la comunidad educativa para facilitar los talleres a un grupo de niños y niñas de primaria.

Son tres etapas de las que hablamos, pero que no se limitan al espacio del aula, sino es un trabajo que se prepara fuera de clase para lograr el acceso al campo. Sin embargo esto no es la culminación, porque cada estudiante lleva consigo una experiencia que le permitirá reflexionar, que le ha generado conocimientos y posibilidades para una nueva forma de pensar y de accionar ante la realidad.

Al ser este, un proyecto de extensión, es necesario rescatar la importancia del vínculo entre docencia y extensión en las universidades públicas, y que se logró en este proyecto en experiencia corta y significativa. Vínculo que permite abrir las aulas más allá de los espacios tradicionales y cerrados, generar rupturas de forma que se pueden crear espacios participativos y

dialógicos con las comunidades, para generar comunidades de aprendizaje.

### Propuesta de trabajo

La propuesta es planteada en forma de talleres que se enfocan en temas específicos, relacionados con los derechos humanos y la paz, fue realizada para trabajar de forma lúdica y participativa con juegos cooperativos y actividades participativas en las que se promueve el disfrute, la risa, la cooperación, el diálogo y el aprendizaje de forma vivencial. Cada uno de los talleres se explica bajo la siguiente estructura:

- I. Justificación del tema
- II. Marco conceptual
- III. Objetivos
- IV. Actividades propuestas
- V. Referencias

### ¿A quién se dirige esta propuesta?

La propuesta se facilitó a niños y niñas del segundo ciclo de una escuela pública, por lo cual se plantea para el segundo ciclo de primaria (4°, 5°, 6° grado), sin embargo, esta se puede trabajar en primer ciclo y adaptar las actividades, si es necesario. Por lo tanto se dirige a docentes de primaria, así como para aquellas personas que facilitan procesos no formales con niños y niñas que estén en edades similares.

M. DH. Evelyn Cerdas

**Coordinadora**

**Aula activa: Juegos cooperativos para la educación para la paz**







# DERECHO AL JUEGO

ANDRÉS SALAS BRENES • JAQUELINE MONTOYA RODRÍGUEZ • JOSÉ DAVID DELGADO VARGAS • VÍCTOR SUÁREZ MIRANDA

## JUSTIFICACIÓN

La Convención sobre los Derechos del Niño menciona que los niños tienen el derecho al esparcimiento, el juego y a participar en las actividades artísticas y culturales (UNICEF, 2006), sin embargo, no siempre se cumple este derecho en sus espacios de convivencia, se les limita el aprendizaje por medio del juego y su relación con la parte emocional, con su acción sentida, pensada y vivida desde sí, que busca un desarrollo integral del niño (Coppola, 2006).

Por otra parte, es de suma importancia conocer el significado del juego y la diferencia de este con el concepto de propuesta lúdica. Coppola (2006) explica que el término propuesta lúdica se refiere a la planeación de actividades a realizar con una población determinada en un tiempo determinado, a diferencia del término juego que consiste en que los participantes de la propuesta lúdica decidan jugar por sí mismos y disfruten de las actividades que se propusieron.

Torres y Torres (2007) mencionan que el juego siempre debe estar presente en la vida de las personas, ya que les permite desarrollar y fortalecer su parte experimental; además, mantiene las expectativas e intereses en aprendizajes significativos y, por medio de este se puede suavi-

zar las dificultades de la vida, elimina también el estrés y proporciona descanso para el cuerpo. Es una de las actividades más agradables que realiza el ser humano y genera más conocimientos porque por medio de esta se vivencian, muchas veces, situaciones que se desconocían o se profundizan algunas temáticas, de todo tipo que generan un aprendizaje significativo para la vida. Es por eso, que buscamos, mediante este taller, desarrollar actividades que les genere a los niños el aprendizaje significativo necesario para que comprendan la importancia del juego como medio de conocimiento.

¿Para qué jugar? Los niños al jugar crean una serie de conocimientos que les produce beneficios en su cotidianidad, sin embargo, cuando estos juegos contienen reglas o conocimientos sociales, les creará un desarrollo de estructuras cognitivas con las cuales germina un mayor desarrollo socio-moral. Y este desarrollo se refleja, mayormente, en su interacción y en su entendimiento a lo largo de la vida sobre el comportamiento social y moral que deben de tener los seres humanos para poder convivir en armonía (Linaza, 2013). Así se reconoce que estos juegos estructurados beneficiarán a los niños en su entorno socio-moral.



El juego es un medio con el que se puede educar ya que es una herramienta muy poderosa en la que se pueden desarrollar valores como honradez, lealtad, cooperación, solidaridad, respeto por los demás, amor, tolerancia, seguridad, atención a las reglas, reflexión, además, genera alternativas que favorecen la curiosidad, imaginación, iniciativa, sentido común y valores que les ayude a su incorporación en la sociedad (Torres y Torres, 2007).

Entonces la propuesta es crear espacios donde el elemento principal sea el juego y este pueda servir como enlace a contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales y, además, de otros tipos de información como valores relacionados con su entorno, que les pueda generar conocimiento significativo y no solo un espacio donde los llenan de información que no retienen; otro aspecto que se debe de tomar en cuenta es que no se debe dejar los juegos únicamente para el recreo, sino que el espacio del aula los incorpore ya que mediante el juego se aprende mejor (Torres y Torres, 2007).

Por otra parte, como mencionan Torres y Torres (2007), se habla de que aunque el juego tenga reglas los niños se sienten dispuestos a cumplirlas y no se sienten obligados, ya que el juego les permite seguir las reglas sin estar tan consientes de esto, pero al final hay que analizar el resultado, porque los juegos no se deben ver como un método para consumir el tiempo sino como una actividad que tiene el objetivo de resaltar la autoestima y el autoconcepto. En contraste, las autoras también establecen que se debe de marcar límites en los niños, adolescentes y adul-

tos entre lo que son juegos y lo que no, además de saber cuándo se pueden aplicar ya que si se entiende la diferencia se vuelven capaces de comprender que el juego es parte de una responsabilidad lo cual los faculta para entender las responsabilidades y deberes que tienen que tener en la sociedad.

En cuanto a la relación que tiene la educación para la paz con el derecho al juego encontramos a Pinheiro (2006) quien nos habla que en la actualidad "existen impactos negativos creados por la sociedad que afectan al desenvolvimiento de los niños y los cuales se pueden minimizarse mediante el juego, buscando que los niños puedan expresar su creatividad, autonomía, alegría con seguridad y placer"(p.1). Jaqueira, Burgués, Ortero, Aráujo y Rodríguez (2014) nos enuncian que "cada juego dispone de un sistema de reglas que los jugadores deben respetar al jugar, y es por esto que participar del juego da testimonio del primer acto pacífico que es respetar democráticamente el pacto de reglas" (p.17). Es por esta razón, que el juego puede ser un método para poder educar a los jóvenes sobre la paz.



### La definición de juego

Entre los años de 1980 a 1990, varios expertos en el tema de la psicología evolutiva llegaron a un consenso parcial sobre la base de seis características de lo que se considera como juego. El juego cuenta siempre con una motivación intrínseca; es divertido; no posee reglas externas, sino solo las que los jugadores inventan (como en los juegos de simulación, donde una regla puede ser que “la policía no entra en nuestra casa”); carece de objetivos y se le valora por el proceso mismo y no por sus resultados; demuestra una participación activa por parte de los jugadores; por último, no es literal: el “policía” y el “ladrón” son simplemente otros niños pequeños como los demás y la “casa” puede ser sencillamente un rincón de la habitación (Rubin et al., 1983).

### Juego y desarrollo psicomotor

No existe un tipo de juego que no sea corporal, entendiendo cuerpo como una unidad que mezcla áreas sociales, biológicas y psicológicas, así, Bottini (2006) señala que:

existe un tipo de causalidad circular de efecto recursivo entre el juego y el cuerpo, o sea, el cuerpo se construye en el espacio lúdico fundado en las relaciones tempranas de la persona, a la vez que el juego siempre remite al cuerpo, quien al ponerse en

juego, se construye a sí mismo en permanente relación con los otros. (p.110)

El cuerpo entonces se construye mediante el juego ya que en su mayoría hace utilización de gran movimiento psicomotor en la que se involucra la totalidad de la actividad corporal, como con el uso de las manos y los pies. Mediante la ejercitación motriz y la estimulación táctil de los recursos físicos, utilizados en la actividad lúdica, el individuo va perfeccionando sus coordinaciones, desarrollando el esquema motor y la orientación espacial.

### Juego y desarrollo emocional

El juego tiene un papel especial en el desarrollo afectivo-emocional del individuo y de manera peculiar en los niños en quienes cumple con un papel importante en la formación de la realidad subjetiva. Durante el juego se aprenden valores como el respeto, la convivencia, el liderazgo y el trabajo en equipo, factores determinantes para la construcción social del niño. Freud (1992) vincula el juego a la realización de deseos insatisfechos y a la expresión de la sexualidad infantil. La imitación conduce al niño a la identificación con el adulto, y su maduración psicosexual.

El juego, como actividad inconsciente en todos los niños, es de fundamental importancia para su vida. En palabras de Bruner (2008), el juego es un tipo de formación inconsciente por excelencia a lo largo de toda la infancia. Si al jugar los niños realizan el deseo inconsciente, entonces al jugar un niño produce la posibilidad misma de que el deseo de jugar tenga lugar, y



de que el juego sea formación del inconsciente como tal. Además los niños pueden lograr tener un tipo mayor de abstracción de las cosas, poniendo a prueba su imaginación.

### Juego y desarrollo intelectual

El juego presenta situaciones que estimulan el pensamiento poniendo al niño a resolver problemas que involucran desde la planificación y memoria hasta el razonamiento lógico-matemático, lo cual está directamente relacionado con el aprendizaje del menor.

Para Russ (1993), el tipo de juego simbólico le da al niño infinidad de alternativas en las cuales puede poner a prueba toda su creación expresiva. Esto facilita de manera considerable los procesos creativos del pequeño, lo que lleva tanto al desarrollo de la habilidad de solución de problemas convergentes, como al establecimiento del pensamiento divergente.

Hay que tomar en cuenta que los niños juegan por placer y no para tener un crecimiento intelectual; este es un fenómeno que se da naturalmente y no en forma intencionada; no podemos olvidar que los niños aprenden jugando pero no juegan para aprender. Cuando se le da al objeto lúdico un objetivo de enseñanza este pierde el sentido por el cual fue inicialmente pensado.

### La importancia del juego en las etapas de la vida

#### La primera infancia

Desde el momento en que los niños nacen, empiezan a jugar y gracias a esto permanecen activos, porque el juego les brinda la estimulación y actividad física necesaria para que el cerebro se desarrolle y aprenda sobre el futuro. Además, por medio del juego los bebés exploran, inventan, crean y desarrollan las primeras habilidades sociales y las distintas formas de pensar, aprenden a manejar y confrontar sus emociones, a mejorar sus aptitudes físicas, se descubren a sí mismos y sus propias capacidades. En resumen, en la primera infancia el juego forma parte de una base fuerte para una vida llena de muchos aprendizajes (Unicef, 2004).

#### La edad escolar

Conforme el niño crece, toma forma el desarrollo de habilidades y va pule las que ya tiene. Actividades como subir, correr, saltar y brincar ayudan a fortalecer su cuerpo.

Los juegos que contemplan reglas y que fomentan el trabajo en equipo tienen un papel crucial en el desarrollo de las aptitudes físicas, además, se aprende a acatar instrucciones, compartir con los demás, respetar a los compañeros y esperar su turno (Unicef, 2004).



## La adolescencia

La principal función del adolescente, ya sea hombre o mujer, es la búsqueda de la identidad. El juego y la recreación le brindan al adolescente la capacidad de expresarse, lo que les ayuda, en gran parte, en el proceso de descubrirse a sí mismos. Debido a que estas actividades favorecen el desarrollo de habilidades de negociación, comunicación y liderazgo. Por otro lado, también ponen a prueba sus aptitudes, las cuales van mejorando al mismo tiempo que mejora la confianza en sí mismos. El juego en esta etapa de la vida ayuda a formar sentimientos afectivos hacia los compañeros lo que desarrolla en ellos sentido de pertenencia a un grupo (Unicef, 2004).

## El derecho al juego

El derecho al juego durante la etapa de la infancia se establece como tal en la Convención sobre los Derechos del Niño (1989), además, para lograr que los niños y adolescentes tengan una vida sana, los líderes mundiales en la ONU se comprometieron a promover la salud integral; es decir, la salud física, mental y emocional de los niños y adolescentes por medio del juego (Unicef, 2004). Y es que según expresa la (ONU, 1989 citado por Tuñón *et al.*, 2014), los niños no solo tienen derecho a jugar sino que los Estados deben brindar los espacios y oportunidades a los niños para el desarrollo del juego.

Los niños y las niñas tienen la capacidad de jugar en cualquier parte y con cualquier objeto, ya sea en ambientes organizados, en el maternal o

en la casa. Incluso los materiales menos complejos como por ejemplo: agua, arena, cartón, trozos de madera, ollas y tapas, colaboran en la capacidad de análisis y toma de decisiones del niño. Debido a esto, los padres, madres y todas las personas que colaboran con este crecimiento deben convertir el juego en un bloque importante durante el desarrollo y aprendizaje de los niños (Unicef, 2004).

El derecho al juego tiene vital importancia en torno al desarrollo de la personalidad de los infantes, específicamente en la autoestima, sentimiento de identidad y sentimiento de pertenencia a un grupo; además, contribuye al aprendizaje y conocimiento de diferentes roles dentro de la sociedad (Tuñón *et al.*, 2014). Por otro lado, como menciona el Comité Europeo para el Desarrollo del Deporte (1996) en Tuñón *et al.* (2014), “hay investigaciones que destacan que señalan que, los valores culturales, las actitudes y comportamientos individuales y colectivos aprendidos con el juego tienen influencia con el desarrollo humano y social” (p. 2).



## OBJETIVOS

### Objetivo general

Desarrollar un taller mediante el cual los niños y niñas vivencien la importancia del derecho al juego y las diversas formas en la que se puede practicar este derecho.

### Objetivos educativos



Vivenciar de una manera positiva la práctica del juego y los valores que este promueve.



Identificar las ventajas que les genera el juego para la convivencia con los demás.



Conocer las diferentes formas en las que pueden aprender con el juego.

## ACTIVIDADES



### Mirame

El juego busca romper el hielo y practicar el valor de la honestidad.

#### Descripción:

Todos harán un círculo y habrá uno en el centro. El del centro verá hacia abajo y cuando diga ¡ya! volverá a ver a alguien. Los del círculo estarán viendo al del centro y cuando este diga, ya deberán volver a ver cualquier otra persona que no sea la del centro, pero si dos personas encuentran sus miradas salen del juego.

**Fuente:** aprendido en clase de recreación



### Filas locas

En este juego se pretende que todos los niños se conozcan y tengan que hablarse entre ellos para lograr un objetivo común.

Se les dirá que deben hacer una fila en orden por varias cosas.

- Fecha de nacimiento
- Según el alfabeto usando el nombre
- Cantidad de hermanos
- Tamaño
- Mascotas

**Fuente:** aprendido en clase de recreación





### El changulo de la risa

La actividad trata de enseñar las ventajas que genera “el juego” para la convivencia con los demás.

Los jugadores se separan en dos filas iguales, una frente a la otra y separados por dos metros. Quien dirija el juego tira al centro un dado. Según el número que caiga, así será la cantidad de personas que pueden reírse para intentar hacer reír a los del otro grupo.

**Fuente:** elaboración propia

**Materiales:** un dado



### El laberinto

El juego enseña el valor de la confianza con sus compañeros.

Primeramente, se harán parejas. Luego a cada pareja se les dará un laberinto y un lápiz o lapicero. Uno de los dos deberá cerrar los ojos y deberá hacer el laberinto con ayuda del otro que le dirá hacia donde dibujar la línea.

**Fuente:** aprendido en clases de educología

**Materiales:** laberintos (ver anexo 1) y 14 lapiceros.



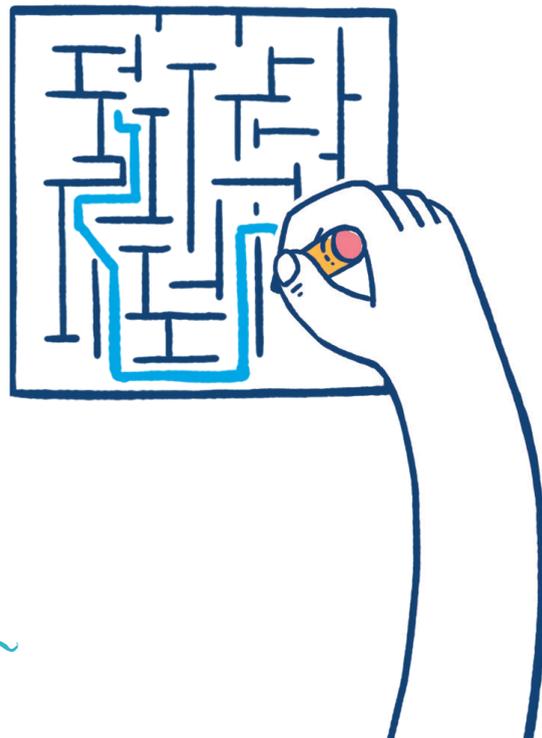
### Reflexión

Reflexionar sobre los valores que se vieron en las actividades durante el taller y comentar la importancia de estos en la vida cotidiana.

Se pondrá en la pizarra el nombre de las actividades. En dos grupos que estarán separados por dos colores deberán poner los valores que se les dé debajo de las actividades que creen que tienen esos valores. Y luego se comentará la importancia de los valores en la vida diaria.

**Fuente:** elaboración propia

**Materiales:** lista de valores y gafetes con nombres



## REFERENCIAS

- Bottini, P. (2006). El juego corporal: soporte técnico-conceptual para la práctica psicomotriz en el ámbito educativo. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*. Número 21, 6 (2), 107-114. Recuperado de <http://www.unizar.es/psicomotricidad/blog/wp-content/uploads/2010/10/22-revista-iberoamericana-de-psicomotricidad1.pdf>
- Bruner, N. (2008). *Duelos en el juego. La función del juego y del trabajo del duelo en la clínica con bebés y niños con problemas en el desarrollo*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Letra Viva.
- Comité Europeo para el Desarrollo del Deporte. (1996). *La función social del deporte en la sociedad. Salud, socialización, economía*. Síntesis de las investigaciones preparadas para la 8.ª conferencia de ministros europeos responsables del deporte (Lisboa, 17-18 de mayo de 1995). Madrid, Ministerio de Educación y Cultura de España. Consejo Superior de Deportes.
- Coppola, G. (2006). *Juego y construcción de aprendizajes*. III Encuentro Internacional Juego, Aprendizaje y Creatividad. Facultad de Ciencias de la Educación, Pontificia Universidad Católica de Chile. Recuperado de [http://www.lazer.eefd.ufjr.br/producoes/juego\\_y\\_construccion\\_de\\_aprendizajes.pdf](http://www.lazer.eefd.ufjr.br/producoes/juego_y_construccion_de_aprendizajes.pdf)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2004). *Deporte, recreación y juego*. Recuperado de: [https://www.unicef.org/spanish/publications/files/5571\\_SPORT\\_SP.pdf](https://www.unicef.org/spanish/publications/files/5571_SPORT_SP.pdf)
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2006). *Convención Sobre los Derechos del Niño*. Madrid, España. Recuperado de <http://www.un.org/es/events/childrenday/pdf/derechos.pdf>
- Freud, S. (1992). Obras completas de Sigmund Freud. Más allá del principio de placer, Psicología de las masas y análisis del yo, y otras obras (1920-1922). Volumen XVIII. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu Editores. Recuperado de <http://www.bibliopsi.org/docs/freud/18%20-%20Tomo%20XVIII.pdf>
- Gerlero, J. (2005). *Diferencias entre ocio, tiempo libre y recreación. Lineamientos preliminares para el estudio de la recreación*. I Congreso departamental de la Orinoquía. Universidad Nacional del Comahue, Argetina. Recuperado de <http://www.redcreacion.org/documentos/cmeta1/JGerlero.html>
- Jaqueira, A., Burgués, P., Ortero, F., Araújo, P., y Rodrigues, M. (2014). *Educando para la paz jugando: género y emociones en la práctica de juegos cooperativos competitivos*. *Educatio Siglo XXI*, 32 (1), 15-32. Recuperado de <http://revistas.um.es/educatio/article/view/194071/159431>



- Linaza, J. (2013). El juego es un derecho y una necesidad de la infancia. Bordón. *Revista de Pedagogía*, 65(1). 103-117. Recuperado de: <https://recyt.fecyt.es/index.php/BORDON/article/view/brp.2013.65107/11377>
- Pinheiro, M. (2006). *El juego cooperativo y la cultura de la paz en la educación infantil*. V Congreso Internacional de Actividades Físicas Cooperativas. La Coruña, España. Recuperado de <https://issuu.com/marcosteodorico/docs/jugarcooperativo>
- Porras, F. (2012). *La importancia de educar para la paz*. Centro de Investigación Social Avanzada (CISAV). Recuperado de <http://cisav.mx/la-importancia-de-educar-para-la-paz/>
- Real Académica Española. (2014). Paz. *Diccionario de la lengua española*. (23.ª ed.). Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=SEeIFDw>
- Rubin, K., Fein, G. y Vandenberg, B. (1983). "Play", en Hetherington, E. (ed.). *Handbook of Child Psychology: Socialization, Personality and Social Development*. (Vol. 4). Nueva York, Wiley.
- Russ, S. (1993). *Affect and Creativity. The Role of Affect and Play in the Creative Process*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Torres, C. y Torres, M. (2007). *El juego como estrategia de aprendizaje en el aula*. Centro de Investigaciones para el Desarrollo Integral Sustentable (CIDIS). Universidad de los Andes. Recuperado de [http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/16668/1/juego\\_aprendizaje.pdf](http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/16668/1/juego_aprendizaje.pdf)
- Tuñón, I., Laiño, F., Castro, H. (2014). El juego recreativo y el deporte social como política de derecho: Su relación con la infancia en condiciones de vulnerabilidad social. *Educación Física y Ciencia*, 16(1), 1-16. Recuperado de <http://www.efyc.fahce.unlp.edu.ar/article/view/EFyCv16n01a04/5910>
- Vidanes, J. (2007). La educación para la paz y la no violencia. *Revista Iberoamericana de Educación*, 42(2). Recuperado de <http://rieoei.org/experiencias146.htm>



# SOY SUJETO DE DERECHOS HUMANOS

TIFANY PERLA BRENES • KINERETH MELÉNDEZ • ALEJANDRA RODRÍGUEZ

## JUSTIFICACIÓN

En este trabajo se reconoce la necesidad de que los niños vayan conociendo, desde ya, los derechos humanos que poseen y que no pueden ser violentados ni ellos violentar los de otras personas. Es necesario conocer cuáles son los derechos, que actos los violentan y sobre la responsabilidad de respetar los propios y los de las otras personas.

El tema es bastante relevante y básico porque el reconocimiento de los Derechos Humanos desde la niñez es esencial y la educación para sobre ellos es fundamental. Para esto se propone la educación mediante juegos cooperativos, ya que para los niños y las niñas son más atractivas las actividades dinámicas y lúdicas para poder aprender acerca de un tema.

## MARCO CONCEPTUAL

### Derechos humanos y autoestima

El ser humano necesita conocer acerca de los Derechos Humanos ya que estos ayudan al proceso integral del desarrollo humano y este puede ejercerlos en su entorno al tener la capacidad de saber cuáles son los suyos y los de sus semejantes. Ruiz (2011) al citar a Squella Narducci, define los derechos humanos como:

Una facultad o pretensión justificada que es atribuida a un sujeto de derecho, o a toda una clase de sujetos, frente a otro u otros sujetos a quienes se impone un deber u obligación correlativa. En otros términos, poseer un derecho subjetivo significa estar en posición de exigir de otros un determinado comportamiento o alguna cosa, que pasa a ser, si se quiere, el contenido del derecho subjetivo de que se trate. (p. 91)

La autoestima tiene relación con los derechos humanos porque al desarrollarse la autoestima de forma integral se mejora el bienestar del ser humano y por ende la realización de su dignidad, la cual tiene vínculo con la realización de los Derechos Humanos. La autoestima es parte



vital del ser humano para reconocerse como sujeto de derechos.

Correa (2009), nos ejemplifica la unión entre estos dos conceptos, autoestima y derechos humanos:

Cuando el hombre tiene autoestima, fortalece su dignidad, se reconoce como valorado y reconoce también el valor de los demás. En ese momento está respetando y valorando los derechos humanos de todo aquel con el que convive, favoreciendo intercambios culturales que refinan la manera de satisfacer distintas necesidades para mejorar el desarrollo de la vida humana, protege y se solidariza con el débil y el oprimido. (párr. 15)

Aunque muchas veces pensamos que creer en sí mismos no tiene nada que ver con los derechos indispensables para el desarrollo de todos y todas, es importante para el crecimiento de las personas en cualquier contexto que se encuentren.

### El ser humano como sujeto de derechos humanos

Se puede reconocer al ser humano como sujeto de derechos humanos y es lo que se pretende mostrar con este trabajo. Según la página Red Académica (s. f., p. 1) "El sujeto de los Derechos Humanos puede definirse como la persona o grupos de personas a las que va referida la titularidad, ejercicio y garantías de los derechos."

Existen dos tipos de sujeto en los derechos humanos y la página Red Académica (s. f.) los define como:

Sujeto activo de los Derechos Humanos es el titular del derecho respecto del cual se reclama la defensa y garantía. Es el titular del poder.

Sujeto pasivo es a quien se reclama el reconocimiento y garantía del concreto derecho humano de que se trate. Es el titular del deber jurídico correlativo al correspondiente derecho. Es el sujeto obligado a respetar el derecho en cuestión. (p. 3)

El entorno en el que se rodea cada persona, así como la educación que reciben son factores que influyen en el pensamiento que tiene cada persona acerca de los derechos humanos y su reconocimiento. De ahí, que se considera importante, que la concientización en este tema se inicie en instituciones como la familia y en la escuela para que las personas sean capaces de defenderlos y de no violentarlos, en tanto que se considera su respeto como una responsabilidad de todas las personas, de forma tal, que nadie puede alegar desconocimiento de los mismos ni violentar los derechos de las otras personas.



## OBJETIVOS

### Objetivo general

Reflexionar de una manera creativa y dinámica, con estudiantes de un grupo de primaria, sobre el reconocimiento como sujetos de derechos humanos.

### Objetivos específicos



Estimular al estudiantado a aceptarse a sí mismos por medio del juego.



Reflexionar acerca de la importancia de ser sujetos de derechos humanos.



Analizar el vínculo entre la autoaceptación y los derechos humanos mediante juegos cooperativos.

## DESARROLLO DE LA PROPUESTA

### Técnicas que se utilizarán

Se realizará el taller con una técnica conocida como juegos cooperativos, la cual según Emilio Arranz (s. f.), se trabaja de la siguiente manera:

1. Las personas juegan con las demás no contra las demás.
2. Juegan para superar desafíos u obstáculos y no para superar a las otras.
3. Buscamos la participación de todas.
4. Damos importancia a metas colectivas y no a metas individuales.
5. Buscamos la creación y el aporte de todas las personas.
6. Buscamos eliminar la agresión física contra las demás.
7. Buscamos desarrollar las actitudes de empatía, cooperación, aprecio y comunicación.
8. No discriminamos a las personas que tienen dificultades (p. 4).

Esta técnica es muy utilizada en la educación de los derechos humanos ya que deja muy en claro que no excluir a ninguna persona y mucho menos se debe inculcar la violencia entre los juegos; pues la idea es fomentar los derechos humanos como tales, lo que se logra fomentar la paz entre los mismos.

Los juegos cooperativos además tienen como objetivo principal el placer de divertirse, sin importar lo demás, ya que no son competitivos y



el protagonista se enfoca únicamente en jugar y participar, al igual que los demás jugadores, se disfrutan así las diferencias y similitudes con los demás miembros del gremio.

Al implementar esta técnica se obtienen muchos logros entre los integrantes del grupo, ya que facilita los procesos entre ellos y el entorno en el que se desenvuelven. Tal y como lo menciona nuevamente Arranz (s. f.), quien nos muestra algunos aportes que brindan los juegos cooperativos entre las personas:

- Tener confianza en sí mismas
- Tener confianza en las otras personas
- Poder experimentarse y experimentar aquello que sienten
- Poder interpretar y aceptar los comportamientos de las otras
- Poder transformar sus comportamientos en función de las otras
- Comprenderse mejor a sí mismas y a las demás
- Superar sus angustias, sus culpabilidades y la sensación de sentirse juzgadas
- Vivir en grupo y sentirse responsable de sí y de las otras
- Comunicarse positivamente con las otras. (p. 7)

Esta técnica le ayudará a los integrantes del grupo a poder conocerse un poco más ellos mismos así como comprender a los demás, conocer también sus diferencias y similitudes, lo que involucra un ambiente sano entre los participantes y los organizadores. En el caso de los organizadores, esta técnica facilita observar el

comportamiento de los participantes, conocerlos mejor y ver cómo se acoplan como grupo.

## ACTIVIDADES



### Mi nombre es Curro (Rompe hielo)

#### Descripción:

Se realizará una actividad rompe hielo para que los niños y las niñas se vayan adaptando al ambiente en el que se trabajará. También se les hará un saludo inicial donde se les preguntará cómo están y se les dirá que se preparen para divertirse, luego de eso se hará la actividad rompe hielo.

Esta consiste en que una de las personas facilitadoras del taller va a realizar una “danza” de forma que los niños y niñas la repitan.

La danza sería cantada y la letra es la siguiente:

Hola mi nombre es Curro, y Curro en una fábrica  
Un día me dice el jefe:  
¡Oye Curro, que no hacéis nada!  
Y yo le dije: Pues no.  
Y él me dijo: Golpea con esta mano en esta caja  
Hola mi nombre es Curro, y Curro en una fábrica  
Un día me dice el jefe:  
¡Oye Curro, que no hacéis nada!  
Y yo le dije: Pues no.  
Y él me dijo:  
Golpea con las dos manos en esta caja  
Hola mi nombre es Curro, y Curro en una fábrica



Un día me dice el jefe:  
¡Oye Curro, que no hacéis nada!  
Y yo le dije: Pues no.

Y él me dijo:

Golpea con las dos manos y el pie en esta caja.  
Hola mi nombre es Curro, y Curro en una fábrica

Un día me dice el jefe:

¡Oye Curro, que no hacéis nada!  
Y yo le dije: Pues no.

Y él me dijo: Golpea con las dos manos y los dos  
pies en esta caja.

Hola mi nombre es Curro, y Curro en una fábrica  
Un día me dice el jefe:

¡Oye Curro, que no hacéis nada!  
Y yo le dije: Pues no.

Y él me dijo: Golpea con las dos manos, los dos  
pies y la cabeza en esta caja.

Hola mi nombre es Curro, y Curro en una fábrica  
Un día me dice el jefe:

¡Oye Curro, que no hacéis nada!  
Y yo le dije: Pues no.

Y él me dijo: Golpea con las dos manos, los dos  
pies, la cabeza y la lengua en esta caja.

Hola mi nombre es Curro, y Curro en una fábrica  
Un día me dice el jefe:

¡Oye Curro, que no hacéis nada!  
Y yo le dije: Pues no.

Y él me dijo: ¡Despedido!

**Fuente:** tomado de una actividad del movimiento Guías y Scout



## “José se llamaba el padre”

### (Presentación)

### Descripción:

*José se llamaba el padre,  
Josefa la mujer  
y tenían un hijito que se llamaba (Ramón)  
Ramón se llamaba el padre,  
Ramón la mujer  
y tenían una hijita  
que se llamaba (Elena)  
Elena se llamaba el padre,  
Elena la mujer  
y tenían un hijito  
que se llamaba (Adán)*

Una vez aprendida la canción los niños van diciendo el nombre verdadero de su madre y de su padre. Y si queremos lo cantamos de nuevo con los verdaderos nombres de las madres y de los padres. Esta actividad ayuda a que los integrantes del grupo se conozcan cada vez más, así como conocer un poco más de la vida de los demás.

**Fuente:** Arranz s. f., pp.18-19



## Cualidades y fortalezas

### Descripción:

Los niños en una hoja por un lado escribirán lo que ellos consideran como sus cualidades y



fortalezas, las que ellos consideren necesarias, por el reverso de la hoja escribirán el nombre de ellos. Después de eso la persona facilitadora leerá las fortalezas y cualidades sin decir el nombre del niño o la niña. Los otros niños intentarán adivinar a quién pertenece ese papel. Con este juego lo que se pretende es que ellos conozcan cuáles son sus cualidades y fortalezas y que más adelante ellos pueden utilizarlas para conocerse y confiar en sí mismos.

Variante: también se les solicita a los niños y las niñas que escriban sus derechos, para así después leerlos y reflexionar acerca de cuáles derechos reconocen y su importancia.

**Fuente:** juego aprendido en una reunión de un grupo de trabajo

#### 4 Compartiendo mi pensamiento: espacio de reflexión

Se procede a unir al grupo de estudiantes sentados y a continuación se les pedirá que compartan cómo se sintieron a lo largo del taller y que dialoguen acerca de la importancia de reconocerse como personas con derechos

#### 5 Figuras geométricas

A cada participante se le entregará una hoja tamaño carta, para que la coloque en cualquier sitio que desee en el lugar en donde se realice la actividad, después cada persona debe colocarse sobre la hoja.

Seguidamente la facilitadora del taller indicará que el grupo de alumnos debe formar una figura geométrica, por ejemplo, un círculo, un triángulo, un cuadrado, entre otros.

Los estudiantes tendrán que resolver cómo formar la figura indicada sin salirse de la hoja no pueden colocar los pies en el suelo. Es decir, siempre se deben encontrar sobre una hoja como base para que puedan avanzar, transportar la otra hoja y así poder formar la figura indicada.

Cada hoja lleva escrito en el reverso un derecho humano de los niños y las niñas, también en cada hoja se puede escribir un artículo de la Convención sobre los derechos de los niños y las niñas.

Esta actividad permite reflexionar con el estudiantado sobre la cooperación fundamental que se debe dar para hacer realidad los derechos humanos, y el respeto para lograr un objetivo común. Además, la necesidad de confiar en sí mismos para poder expresarse, dar ideas y poder cumplir con el objetivo (formar una figura) amparados en la confianza en las personas que se tiene cerca.

Al final se hace un espacio de meditación para leer los derechos que estaban escritos en el reverso de la hoja y dialogar acerca de la importancia de que cada uno reconozca que tiene derechos.

**Fuente:** adaptado de un juego aprendido en un campamento juvenil

#### **Materiales**

- Hojas blancas o de color
- Lápices de escribir



## REFERENCIAS

- Arranz, E. (Rec.). (s. f). Juegos cooperativos y sin competición: para la educación infantil. Recuperado de: [http://www.educacionfisicaenprimaria.es/uploads/4/2/1/3/4213158/\\_\\_juegos\\_cooperativos\\_y\\_sin\\_competicion\\_para\\_infantil.pdf](http://www.educacionfisicaenprimaria.es/uploads/4/2/1/3/4213158/__juegos_cooperativos_y_sin_competicion_para_infantil.pdf)
- Correa, C. (2009). Aplicación de los Derechos Humanos a la autoestima y a la participación social. Instituto Latinoamericano de la Comunicación Educativa. México. Recuperado de: <http://cesarcoen.obolog.es/derechos-humanos-autoestima-204658>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (s. f). El marco de los derechos humanos. Recuperado de [https://www.unicef.org/spanish/crc/index\\_framework.html](https://www.unicef.org/spanish/crc/index_framework.html)
- Red Académica. (s. f.) Sujeto de los Derechos Humanos. Red Académica de Bogotá. Secretaría de Educación del Distrito. Recuperado de: [http://www.redacademica.edu.co/archivos/redacademica/proyectos/ddhh/autoformacion\\_ddhh/unidad1/anexo\\_1-4\\_iepala\\_sujeto\\_de\\_los\\_derechos\\_humanos.pdf](http://www.redacademica.edu.co/archivos/redacademica/proyectos/ddhh/autoformacion_ddhh/unidad1/anexo_1-4_iepala_sujeto_de_los_derechos_humanos.pdf)
- Ruiz, V. (2011). Derechos Humanos y deberes. EN-CLAVES del pensamiento. [Revista]. V (10), julio-diciembre 2011. Pp. 89-103. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=141121432006>



# DERECHO A VIVIR SIN VIOLENCIA INFANTIL

MARIAM AYALA HERNÁNDEZ • VERÓNICA ESQUIVEL CAMPOS • JOSSELINE FALLAS CÓRDOBA • ELIZABETH RODRÍGUEZ ZÚÑIGA

## JUSTIFICACIÓN

La protección de menores de edad contra todas las formas de violencia es una preocupación que la comunidad no puede ignorar porque vivir sin violencia es indispensable para que las niñas, los niños y jóvenes puedan desarrollarse plenamente, al gozar de buena salud, educación y alimentación, protegidos del abuso y la negligencia.

Sin embargo, la realidad es otra, puesto que cientos de menores de edad están frente a violencia constante que se presenta en las diferentes comunidades, hogares y escuelas de nuestro país. Debido a esto, realizaremos una serie de actividades lúdicas que promuevan el derecho a vivir sin violencia infantil, con el fin de que los estudiantes puedan ser conocedores y defensores del derecho que se enfatizará.

Vivir sin violencia es un estilo de vida que se puede aprender, y ese es el objetivo de esta propuesta. Se trata de una guía en la que de forma práctica y entretenida, pero sin perder de vista el propósito, se explicarán las claves del comportamiento violento y se darán ejemplos para su comprensión.

Asimismo, se hará incapié en la importancia de controlar las emociones y evitar conductas agresivas, solucionar los problemas de una ma-

nera adecuada y comunicarse con los demás de forma positiva.

## MARCO CONCEPTUAL

La violencia infantil es considerada como un maltrato físico, emocional, psicológico, que sufren los niños y las niñas en la actualidad. Este maltrato lo desarrollan los padres de familia, los maestros de sus escuelas, amigos y en ocasiones los cuidadores de estos menores de edad. Este puede causar un daño en la salud o el desarrollo, que daña la dignidad del niño o la niña.

La Organización Mundial de la Salud (2016), menciona que el maltrato infantil se refiere a:

los abusos y la desatención de que son objeto los menores de 18 años, e incluye todos los tipos de maltrato físico o psicológico, abuso sexual, desatención, negligencia y explotación comercial o de otro tipo que causen o puedan causar un daño a la salud, desarrollo o dignidad del niño, o poner en peligro su supervivencia, en el contexto de una relación de responsabilidad, confianza o poder. La exposición a la violencia de



pareja también se incluye a veces entre las formas de maltrato infantil. (p. 2)

Los jóvenes y niños sufren maltrato en los hogares, comunidad, e instituciones y ellos por miedo a hablar callan y dejan que los sigan maltratando, de forma que se les violentan sus derechos. Todo ser humano y sobre todo los niños deben de vivir una vida plena, sin maltratos, gritos o acosos entre otros; ellos tienen el derecho a vivir sin violencia infantil. Hay que fomentar en la ciudadanía de Costa Rica que no maltraten a los indefensos niños ya que ellos van a ser el futuro del país.

UNICEF (2017), menciona algunos tipos de violencia tales como la violencia física y psicológica.

**Violencia psicológica.** Pueden ser gritos, insultos y actitudes hirientes, que afecten la autoestima y dignidad de los niños y niñas, ellos sufren en silencio, pero a la vez lo demuestran mediante dibujos, en juegos o se vuelven agresivos.

**Violencia física.** Cuando agreden directamente el cuerpo, dejando lesiones visibles o no visibles. (p. 21)

Por otro lado, la violencia no es algo que se hereda, sino que se aprende en la sociedad, en la familia y que se ve influenciado por la cultura, prácticas y creencias que tienen las personas y los grupos.

Molina y Muñoz (2004) se refieren a la existencia de diversas manifestaciones de la violencia:

Encontrar innumerables escenarios y formas de violencia, tantas como espacios de satisfacción de necesidades y como lugares donde se reparten los «satisfactores» de las mismas. Ante esta amplitud de manifestaciones, optamos aquí por centrarnos en cinco ejes de articulación de la violencia –la guerra y sus preparativos (armamentismo), el hambre y la pobreza, el control de la información, la violencia política y la personal y doméstica– que son, a nuestro juicio, bastante significativos de las dinámicas actuales de control y discriminación de los recursos planetarios y la satisfacción de las necesidades. (p. 3)

Lo mencionado anteriormente nos da una visión más amplia de lo que es la violencia, los autores nos especifican que la violencia no solo es un maltrato físico, sino también el dejar a los niños todo un día sin alimentarse, castigarlos y dejarlos sin jugar, no darles los recursos necesarios que ellos necesitan para poder desarrollarse como niños.

### Derecho humano a vivir sin violencia

El derecho humano a vivir sin violencia implica expresarse libremente sin que sean violentados los derechos de las personas, analizar y pensar bien las cosas sin que se actúe de una manera violenta contra otro individuo, vivir con tranquilidad y feliz en un lugar en donde no haya guerra, muertes y donde más bien se fomente la paz y la libertad (Ruiz, 2011, p. 91).



Por otra parte Fisas (2005) dice que implica tener más paz, ser libre de expresarse, denunciar para hacer cumplir los derechos sin temor, así, se puede reflexionar que al vivir sin violencia se busca la paz entre las diferentes personas, tratando de solucionar los conflictos sin violencia y convivir socialmente, sin causar daño a las personas.

## OBJETIVOS

### Objetivo general

Generar un espacio para que los niños y niñas reconozcan que tienen derecho a vivir sin violencia.

### Objetivos educativos



Que los estudiantes identifiquen algunos de los diferentes tipos de violencia infantil que existen.



Que el estudiante reconozca que tiene derecho a vivir sin violencia por medio de juegos.



Que el estudiante comente sobre el derecho a vivir sin violencia.

## ACTIVIDADES



A mí me gusta, mi favorito es...  
(rompe hielo)

### Descripción:

Se les dará a los alumnos una hoja de papel y un lápiz y se les pedirá que se sienten haciendo un círculo, mirando hacia la parte de afuera del mismo, luego la persona facilitadora dirá unas frases previamente escritas, por ejemplo:

A mí me gusta el color azul.  
Mi equipo favorito es Saprissa.

Al escuchar la frase, se darán vuelta hacia el centro del círculo aquellas personas que coincidan con el gusto que se dijo, además, deberán escribir el nombre del compañero con el que coincide su gusto.

El grupo se dará vuelta como estaba y se volverá a decir otra frase, al final del juego se les preguntará, ¿cómo se sintieron al saber que son únicos o que otros compañeros tienen sus mismos gustos?

El objetivo de este juego es que el niño o la niña se de cuenta de que sus gustos pueden ser únicos o que al igual que ellos hay otros niños que tienen sus mismos gustos, que no todos somos iguales, por lo tanto, que tienen el derecho a ser respetados por aquellas preferencias que los hacen diferentes y especiales.

**Fuente:** Basado en Yeu, A. (YouTube). (2016).

### Materiales:

- Hojas
- Fichas con las frases escritas
- Un lapicero o un lápiz para cada uno





## Presentación con globos

### Descripción:

Se les pedirá a los alumnos hacer un círculo estando de pie, se les dará un globo para que lo inflen, que digan su nombre y lo tire hacia arriba, uno por uno. Por ejemplo: mi nombre es Josselinne y lanza el globo hacia arriba.

Cuando todos los estudiantes participaron van a decir el nombre de cualquier compañero que se acuerden en el momento y tocar alguna parte del cuerpo, así le pasa el globo y el participante tiene que tirar el globo con la parte del cuerpo que dijeron, por ejemplo, Elizabeth rodilla, entonces tiene que ir Elizabeth corriendo y tirar el globo con la rodilla y ella va a decir otro nombre de algún compañero y otra parte del cuerpo.

La intención de este juego es que los alumnos se presenten de una manera lúdica y divertida.

**Fuente:** red de educadores y educadoras de Segovia. (YouTube). (2015)

### Materiales:

- Una bomba de cualquier color



## Expresándose por medio del dibujo

### Descripción:

Se le dará a cada alumno una hoja en blanco y lápices de color, se les pedirá que dibujen algo

que para ellos represente algún tipo de violencia infantil.

Una vez terminado se les pedirá que comenten el por qué su dibujo representa algún tipo de violencia infantil y cuál sería una posible solución para evitarla.

El objetivo del juego es que por medio del dibujo, los niños expresen lo que para ellos es violencia infantil, creando a la vez un espacio que les permita comentar y reflexionar respecto al tema de la violencia, dando, por otro lado, soluciones para evitarla.

**Fuente:** elaboración propia: Verónica Esquivel Campos ,(2017)

### Materiales:

- Hojas blancas
- Lápices de color



## Conociendo a la oveja y al lobo

### Descripción:

1. Se hará un círculo pequeño, se pondrá música de fondo y dos bolas (de color rojo y azul por ejemplo) pasarán por las manos de cada uno de los alumnos mientras que la música esté sonando.
2. Cuando la música termine, el que tiene la bola roja se le dará un caso pequeño tomando el papel del lobo (agresor), leerá para el grupo.



3. Seguidamente, el lobo deberá escuchar a la oveja (víctima) quien tiene la pelota azul y expresará cómo se sentiría si fuera una víctima real y si lo desea también puede decir una acción que tomaría en la situación o un consejo al lobo.
4. El turno pasará nuevamente al lobo, quien elegirá un valor y explicará porqué lo eligió y cómo lo aplicará.
5. Al terminar el caso, se sigue con las rondas y así sucesivamente.

En cualquiera de las dos formas, víctima o agresor, habrá una pregunta sencilla para el niño o la niña, quien deberá compartir su pensar con sus compañeros, esto con el fin de que todos se expresen más de lo habitual y experimenten que al analizar las diferentes situaciones, tendrán control para resolver conflictos destructivos o bien, defender sus derechos.

Este espacio será destinado a reflexionar que todos y todas podemos ser partícipes de una vida sin violencia.

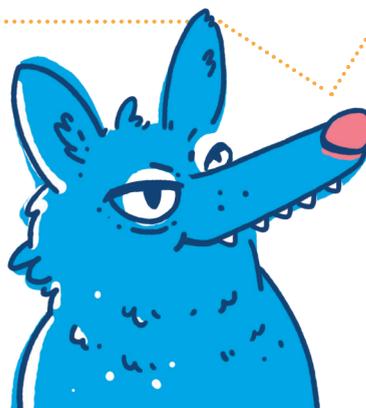
**Fuente:** elaboración propia de Mariam Ayala Hernández. (2017)

### **Materiales:**

- Dos bolas
- Música
- Papel y un sobre

### **CASO:**

- Amenazas a un compañero
- Chantajeas a un compañero de clase
- Humillas a una persona por su físico
- Controlas a un compañero
- Insultas a un compañero por una discusión no constructiva
- Comparas a un compañero descalificándolo de otros
- Gritas cuando te llevan la contraria
- Te burlas de como viste tu compañero
- Criticas la religión a la que pertenece tu compañero
- Agredes a un compañero por enojo
- Empujas a una persona



### **VALORES**

• humildad • reflexión • igualdad • aceptación de otras culturas y religiones • respeto • amabilidad • aceptación  
 • amor universal • autocontrol • ayuda • calma • ciudadanía • paciencia • comprensión • comunicación • empatía  
 • consideración • hermandad • cooperación • servicio • cortesía • solidaridad • tolerancia



## REFERENCIAS

- Ayala, M. (2017). *Conociendo a la oveja y al lobo*. Elaboración propia.
- Esquivel, V. (2017). *Los niños dibujan sobre la violencia*. Elaboración propia.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2017). *Una revisión sistemática de los determinantes de la violencia que afectan a niños, niñas y adolescentes: Costa Rica*. Recuperado de <https://www.unicef.org/costarica/Innocenti-Violencia-2017.pdf>
- Organización Mundial de la Salud(OMS). (2016). *Maltrato infantil. Nota descriptiva*. Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs150/es/>
- Red de educadores y educadoras de Segovia. (YouTube). (2015). *Presentación con globos*. Recuperado de <http://www.educadoresenred.org/>
- Ruiz, A. (1948). *Declaración Americana de los derechos y deberes del hombre*. Bogotá Colombia: Aprobada en la Novena Conferencia Internacional Americana.
- Yeu, L. (YouTube). (2016). *7 ideas rompehielos escuela dominical*. Recuperado de [https://www.youtube.com/channel/uctojofp4rf9\\_7yukcyvlc5w](https://www.youtube.com/channel/uctojofp4rf9_7yukcyvlc5w)
- Fisas, V. (2005). *Educar para una cultura de paz. UNESCO, 1*. Obtenido de <http://www.kookay.org/Educar%20para%20una%20cultura%20de%20paz.pdf>
- Muñoz, F., Molina, B. (2004). *Manifestaciones de la violencia*. Recuperado de <file:///C:/Desktop/espacios%20ludicos/manifestaciones%20de%20la%20violencia.PDF>.



# IGUALDAD DE GÉNERO EN NIÑOS Y NIÑAS

JAVIER CORDERO ARIAS • FABIOLA CAMPOS VÍQUEZ • ANDREA CAMPOS RODRÍGUEZ

## JUSTIFICACIÓN

La igualdad de género es un tema que se relaciona directamente con la cultura de paz en la sociedad, ya que el hecho de tener las mismas oportunidades contribuye a que el contexto en el que nos desarrollamos los seres humanos sea de tranquilidad e igualdad. Así que transmitirles a los niños y niñas un ambiente de equidad e igualdad contribuye a una educación acorde con el respeto a los derechos humanos, ya que empezando desde las nuevas generaciones se puede hacer un cambio en la sociedad.

Es importante en la educación en derechos humanos tomar en cuenta la igualdad de género, ya que este es un principio que determina las relaciones sociales establecidas en el medio en que convivimos. De este derecho dependen las oportunidades de los hombres y mujeres, para expresarse, trabajar, y manejar su vida sin represiones o subordinación.

El tema “igualdad de género en niños y niñas” busca marcar una reflexión en los estudiantes sobre la realidad discriminatoria que aún hay en la sociedad. Como todos sabemos, los hombres y las mujeres poseen los mismos derechos y deberes, además de las mismas capacidades de razonamiento, habilidades físicas y motoras

que permiten que ambos sexos sean aptos para realizar cualquier tipo de actividad, en igualdad de condiciones. Sin embargo, con el pasar de los años, la sociedad se ha encargado de crear una diferencia discriminatoria que afecta, principalmente, a las mujeres en ámbitos de trabajo y educación (Siendo conscientes de que también existen casos de discriminación hacia hombres).

Por lo tanto, se considera oportuno brindar este taller a los niños y niñas para que ellos aprendan y reflexionen sobre la realidad que existe en la sociedad, además de que, si se educa a las nuevas generaciones sobre la igualdad de género y se les muestra que es un derecho fundamental, tanto de hombres como mujeres, ellos serán capaces de crear una sociedad más inclusiva, equitativa e igualitaria para ambos sexos.

## MARCO CONCEPTUAL

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), (s. f.), la igualdad de género

significa que las mujeres y los hombres gozan de la misma condición y tienen las mis-



mas oportunidades para hacer efectivo el disfrute pleno de sus derechos humanos y su potencial, a fin de contribuir al desarrollo nacional, político, económico, social y cultural y de beneficiarse de sus resultados. (párr. 2)

Es importante realizar un cambio en el pensamiento que hay dentro de la sociedad para poder eliminar todas esas barreras ideáticas que impulsan la discriminación y la desigualdad; ante esta necesidad, se considera importante llevar una educación en derechos humanos a los salones de clases para que los y las estudiantes de primaria o secundaria, conozcan su importancia y puedan ayudar a construir una sociedad de cambio, más inclusiva, equitativa y con mayor oportunidad para los hombres y las mujeres.

La igualdad de género aparte de buscar condiciones de igualdad entre hombres y mujeres, busca reafirmar una necesidad humana, sentimiento de pertenencia. Cascón (2007) afirma que:

Todas las personas tenemos dos necesidades humanas muy básicas: el sentimiento de pertenencia a un grupo y el de identidad. Deseamos sentir que formamos parte de un grupo y que somos aceptados y valorados tal y como somos. El rechazo, la falta de integración, va a ser uno de las primeras fuentes de conflicto. (p. 15)

Al momento de no crear un sentimiento de pertenencia fomentamos un estancamiento social el cual no permite que los hombres y las mujeres nos veamos como iguales, sino que nos vemos como superiores o inferiores al otro.

Es importante recalcar que la mujer se ha visto afectada en términos de exclusión y discriminación, y esta es una de las formas de violencia que más le afecta, por ejemplo la desigualdad de salario o la doble jornada laboral (trabajo remunerado y trabajo en el hogar) hacen que las mujeres vivan en un ámbito desigual ante los hombres.

En el objetivo 5 del Desarrollo Sostenible, planteado en el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (2012) se tiene la intención de aumentar el empoderamiento de la mujer en la economía de las naciones, a través del liderazgo y la implementación de leyes que ayuden a que exista una mejor igualdad de género en el mundo:

Poner fin a todas las formas de discriminación contra las mujeres y niñas no es solo un derecho humano básico, sino que además es crucial para acelerar el desarrollo sostenible. Ha sido demostrado una y otra vez que empoderar a las mujeres y niñas tiene un efecto multiplicador y ayuda a promover el crecimiento económico y el desarrollo a nivel mundial. (párr. 1)

A partir de lo anterior es necesario referirnos al concepto de discriminación expresado por Rodríguez (2005):

La discriminación es una conducta, culturalmente fundada, sistemática y socialmente extendida, de desprecio contra una persona o grupo de personas sobre la base de un prejuicio negativo o un estigma relacionado con una desventaja inmerecida y que tiene



por efecto (intencional o no) dañar sus derechos y libertades fundamentales. (p. 23)

Cuando nos referimos a que las mujeres han sufrido del fenómeno de discriminación, estamos señalando todos aquellos estigmas y prejuicios que las han afectado a lo largo de la historia debido al patriarcado y a una sociedad machista.

La igualdad de género busca que los hombres y las mujeres reciban las mismas oportunidades laborales, económicas, políticas, educativas y de empoderamiento social, al erradicar todo tipo de violencia que se dé en cualquier entorno de la sociedad. Esto es algo que debemos de realizar todos los días con nuestras acciones, tratando de ser más inclusivos y más respetuosos con las personas que tenemos a nuestro alrededor, además que cada acción que realicemos en la sociedad, en nuestros hogares, o en los centros educativos va a tener peso para construir una sociedad mejor.

La necesidad de educar a los niños y niñas en materia de derechos humanos, garantiza una sociedad más desarrollada en la que cada persona es responsable de hacer valer y respetar sus derechos humanos, pero es nuestra responsabilidad hacer que todas las demás personas los conozcan, por esto Gorczewski, (2010) menciona que:

La importancia de la educación para el individuo y para la sociedad, así como la necesidad de implementar una educación vertida al conocimiento, al respeto y al ejercicio de los derechos humanos parece ser materia absolutamente pacífica y unánime. Esta es sin duda la mejor forma de afianzarlos y protegerlos. (p. 154)

## OBJETIVOS

### Objetivo general

Generar un espacio que permita que los niños y las niñas reflexionen acerca de la importancia de la igualdad de género.

### Objetivos educativos



Que los niños y las niñas reconozcan por medio de las actividades y dinámicas que la igualdad de género es un derecho de los seres humanos.



Que los niños y las niñas expresen sus pensamientos acerca de la igualdad de género.



## ACTIVIDADES



### Rompiendo estereotipos (Dinámica rompe hielo)

#### Descripción:

Los y las estudiantes dirán su nombre y seguidamente ellos y ellas deberán mencionar alguna actividad, juego o característica que les guste del sexo opuesto. Ejemplo: Si soy niña, me gusta jugar fútbol como los niños lo hacen.

**Fuente:** elaboración propia



### A favor o en contra

#### Descripción:

Solicitará a los y las niñas colocarse en una fila, seguidamente el o la facilitadora, trazará una línea de cinta adhesiva en el suelo y explicará que de un lado de la división, significa “sí” y el otro lado, significa “no”.

El o la facilitadora leerá preguntas o frases, las cuales los niños y las niñas deberán responder colocándose en algún lado de la cinta adhesiva o en otro, de acuerdo con su respuesta.

**Materiales:** cinta adhesiva, papeles impresos con las frases

#### Estrategia de evaluación:

Todo el grupo se sentará en un círculo y cada niño o niña, comenta porque escogió “sí” o “no” ante la frase que el o la facilitadora leyó.

#### Preguntas:

- ¿Las mujeres pueden manejar?
- ¿Solo los hombres deben jugar fútbol?
- ¿Solo los hombres deben trabajar?
- ¿Las mujeres pueden trabajar en construcción?
- ¿El voleibol es un deporte solo para mujeres?
- ¿Sólo las mujeres deben cocinar?
- ¿Trabajar en un salón de belleza es solo para las mujeres?
- ¿Reparar carros es trabajo solo para hombres?
- ¿Jugar con muñecas es solo para mujeres?
- ¿Solo los hombres pueden jugar con carros?

**Fuente:** Apuntateuna. (2014)



### A quién corresponde la verdad

#### Descripción:

Los y las estudiantes deberán colocarse en fila viendo hacia una silla que estará en el fondo del aula, el o la facilitadora les dará un globo con un papel adentro y explicará que la frase que viene ahí deberán de colocarla en un una de las dos cajas (es importante aclarar que una caja tendrá impresa la palabra “hombres” y la otra caja tendrá impresa la palabra “mujeres”).



**Materiales:**

Globos, sillas, papeles con frases, dos cajas de cartón forradas, una para hombres y otra para mujeres

**Estrategia de evaluación:**

En un círculo, los facilitadores leerán en voz alta los papeles que cada estudiante colocó en la caja de hombres y de mujeres, se les preguntará si es correcta la afirmación que hicieron y por qué, luego de esto, los facilitadores explicarán que tanto hombres como mujeres son capaces de realizar las mismas actividades, bajo las mismas condiciones y se dará un espacio para la reflexión.

**Fuente:** elaboración propia

**FRASES PARA CLASIFICAR:**

- Debe cuidar a sus hijos
- Es débil
- Debe trabajar en la casa
- Siempre dice lo que siente
- Siempre habla mucho
- Usa ropa de color rosado
- Juega con muñecas
- Debe hacer el oficio en la casa
- Es fuerte
- No puede llorar
- Toma sus propias decisiones
- Solo trabaja fuera de la casa
- No dice lo que siente
- Debe alimentar a su familia
- Se enoja con facilidad
- Es valiente
- Son deportistas
- Usa ropa de color azul



## REFERENCIAS

- Apuntateuna. (2014). 3 juegos para trabajar la igualdad. Recuperado de: <http://apuntateuna.es/juegos-igualdad/>
- Cascón, P. (2007). Educar en y para el conflicto. Barcelona: Cátedra UNESCO sobre paz y derechos humanos. Recuperado de: <http://unesdoc.unesco.org/images/0013/001329/132945s.pdf>.
- Gorczevski, C. (2010). Los desafíos de una educación para los derechos humanos. Obstáculos, consideraciones y propuestas. *Revista de Derechos Humanos y Estudios Sociales*. Recuperado de: <http://www.derecho.uaslp.mx/Documents/Revista%20REDHES/Número%204/Redhes4-07.pdf>
- Martín, J. (s.f.). ¿Qué es la violencia?. Antología de Curso Espacios Lúdicos para derechos humanos. IDELA, UNA. Heredia.
- PNUD. (2012). Objetivo 5: Igualdad de género. Recuperado de: <http://undp.org/content/undp/es/home/sustainable-development-goals/background.html>
- UNESCO (s. f). La igualdad de género y la cultura | Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Recuperado de: <http://www.unesco.org/new/es/culture/gender-and-culture/gender-equality-and-culture/>
- Miranda, R. (2007). Mujeres, educación e igualdad de género. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, núm.4, enero-junio, 2007, pp.1-30. Instituto de investigaciones en Educación. Veracruz, México. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283121710004>
- Rodríguez, J. (2005). Definición y concepto de la no discriminación. México: Universidad Autónoma Metropolitana - Azcapotzalco. Recuperado de <http://puntogenero.inmujeres.gob.mx/Portal/madig/discriminacion/docs/ArticuloJesusRodriguez.pdf>



# EL DERECHO A LA DIVERSIDAD

ANDREA ARGUEDAS MONTOYA • CATHERINE ESQUIVEL ARGUETA • LAURA MENA NAVARRO • ANDREY PINEDA SIBAJA

## JUSTIFICACIÓN

La diversidad cultural es significativa para toda la sociedad, ya que nuestras diferencias de color, etnia, lingüística, entre otras, han formado la sociedad que se conoce hoy. Tanta diferencia, debería de causar felicidad en las personas, ya que enriquece con sus costumbres o tradiciones a una sociedad; sin embargo, en ocasiones, las personas lo ven como algo negativo, porque piensan que pueden perder sus propias costumbres, sienten que invaden su espacio o simplemente siguen con un patrón impuesto por un grupo de personas o la sociedad en general.

Debido a lo anterior, se considera importante la realización del taller de diversidad en el aula, para que los estudiantes, participen y reflexionen acerca el tema de los gustos, preferencias, respeto a las distintas culturas ya sean nacionales o extranjeras, esto debido a que en muchos centros educativos las personas que piensan o actúan distinto a las demás son vistas como el “raro” o la “rara” de la clase.

Por consiguiente, se han preparado una serie de juegos para que los estudiantes participen y reflexionen sobre el tema.

## MARCO CONCEPTUAL

La diversidad cultural proviene del latín *diversitas*, que significa “variedad, desemejanza, diferencia; y de *cultura*, la cual es el conjunto de modos de vida y costumbres, conocimientos y grado de desarrollo artístico, científico, industrial, en una época, grupo social, etc.” (Real Academia Española, 2017).

Costa Rica es un país pluricultural, en el que existen distintas personas con variedad de tradiciones o costumbres nacionales, así como personas extranjeras, con sus propias características culturales, las cuales, en conjunto, enriquecen a la sociedad, un ejemplo de esto, es la existencia de grupos socioculturales indígenas que suman un total de ocho, entre ellos Cabécares, Bribris, Ngäbe, Térrabas, Borucas, Huetares, Malekus y Chorotegas. Sin embargo, hay poblaciones indígenas que migraron hacia Costa Rica, como los Miskitos de Nicaragua y Ngäbes de Panamá (Carballo, s. f.).

Así como ellos, muchas otras personas de distintas nacionalidades han hecho de este país un lugar multicultural, en el que aparte de contribuir económicamente, regalan un poco de esas costumbres, tradiciones, riqueza lingüística, variedad de fenotipos, entre otros. Lo anterior, se



genera mediante la migración, la cual ha surgido desde la antigüedad, motivada por la búsqueda de bienestar.

Es importante tomar en cuenta que la Declaración Universal de la UNESCO sobre la Diversidad Cultural (2001), presenta artículos que se pueden analizar con las y los estudiantes poder desarrollar más el tema. Con respecto a la diversidad cultural la citada declaración menciona:

La cultura adquiere formas diversas a través del tiempo y del espacio. Esta diversidad se manifiesta en la originalidad y la pluralidad de las identidades que caracterizan a los grupos y las sociedades que componen la humanidad. Fuente de intercambios, de innovación y de creatividad, la diversidad cultural es tan necesaria para el género humano como la diversidad biológica para los organismos vivos. En este sentido, constituye el patrimonio común de la humanidad y debe ser reconocida y consolidada en beneficio de las generaciones presentes y futuras. (UNESCO, 2001, art. 1)

La defensa de la diversidad cultural es un imperativo ético, inseparable del respeto de la dignidad de la persona humana. Ella supone el compromiso de respetar los derechos humanos y las libertades fundamentales, en particular los derechos de las personas que pertenecen a minorías y los de los pueblos indígenas. Nadie puede invocar la diversidad cultural para vulnerar los derechos humanos garantizados por el derecho internacional, ni para limitar su alcance. (UNESCO, 2001, art. 4)

Estos artículos permiten tener una visión amplia de lo importante que es la diversidad cultural y lo que permite canalizar.

En lo que respecta a la diversidad lingüística, esta es considerada por la UNESCO como un patrimonio cultural, como bien lo menciona el Atlas de la UNESCO (2017), la pérdida de un idioma provoca empobrecimiento para la humanidad porque cada idioma es un patrimonio cultural que permite el desarrollo de la diversidad del conocimiento.

La diversidad lingüística es una convivencia de diversas lenguas que se enriquecen mutuamente al estar en constante relación. El objetivo es fomentar y defender el respeto por los diversos idiomas que existen, de la misma manera evitar la desaparición de alguno de ellos, para evitar el empobrecimiento del conocimiento cultural.

Irina Bokova en su mensaje de la Dirección General de la UNESCO, menciona lo siguiente:

El plurilingüismo es nuestro aliado para velar por una educación de calidad para todos, fomentar la inclusión y luchar contra las discriminaciones. La construcción de un diálogo auténtico supone el respeto de los idiomas. Toda representación de una vida mejor, toda aspiración al desarrollo se expresa en una lengua, con palabras precisas para darle vida y comunicarla. Las lenguas son lo que somos; protegerlas significa protegernos a nosotros mismos. (Bokova, 2012, p 1)



## OBJETIVOS

### Objetivo general

Promover un lugar de esparcimiento por medio de actividades lúdicas en el que un grupo de niños y niñas compartan sus perspectivas acerca de la diversidad cultural y lingüística y para una mejor convivencia.

### Objetivos educativos



Que el o la estudiante manifieste, por medio del trabajo en equipo y el contacto con sus compañeros, valores que promuevan el respeto a la Diversidad Cultural.



Que él o la estudiante exprese y reflexione acerca de los valores y antivalores que se practican en la vida cotidiana mediante la actividad El paraíso de los gustos.



Que el o la estudiante identifique los estereotipos existentes sobre la diversidad cultural.

## ACTIVIDADES



### Vamos a la fiesta

#### Descripción:

Para iniciar esta actividad se explica que va a haber una fiesta y que cada uno de los participantes deberá llevar algo (un objeto, comida, bebida, etc.), pero ese artículo que llevará a la fiesta deberá empezar con la inicial de su nombre.

El primero en iniciar dirá su nombre y lo que llevará a la fiesta. El segundo participante repite lo que dijo el anterior, y luego dice su nombre y lo que va a llevar a la fiesta.

Por ejemplo:

1. Yo soy María y voy a llevar la música
2. Ella es María y va a llevar la música y yo soy Ricardo y voy a llevar los refrescos.
3. Él es Ricardo y va a llevar los refrescos y yo soy Pablo y voy a llevar el pastel.

Así se repite sucesivamente hasta completar la cantidad de participantes.

**Fuente:** basado en Presentación para conocerse y aprenderse los nombres (Biblioteca del Ministerio Juvenil, 2009)

Por medio de la actividad anterior, de presentación, se pretende que los estudiantes se animen a participar y rompan el hielo, que generalmente se presenta al inicio de una determinada



actividad, además funciona como introducción al tema de la diversidad, ya que ellos tendrán la oportunidad de mencionar cualquier objeto o artículo que deseen, sin embargo, al poseer la condición de que el objeto debe comenzar con la inicial de su nombre, funciona como una limitante.

Esa limitante permitirá realizar una pequeña reflexión, en la que los estudiantes (que así lo deseen) puedan expresar su sentimiento con respecto a la condición impuesta en la actividad.

**Materiales:**

- Música



## Los caminantes y actores

**Descripción:**

Este juego se realiza por medio de aplausos o con música.

En un espacio determinado, las y los estudiantes van recorriendo dicho espacio, ya sea, estirándose, bailando o aplaudiendo. Con el paso de algunos segundos se para la música o se deja de aplaudir, en ese momento las y los estudiantes se detienen y el facilitador/a dice algún valor o acción que esté relacionado con el tema de diversidad cultural, por ejemplo: respeto, amor, pasión, deporte, música, comida, etc. Seguidamente, cada uno/a y en conjunto, proceden a recrear o actuar lo dicho (valor u acción).

**Fuente:** elaboración propia

Esta actividad permite conocer las distintas expresiones, percepciones de las y los estudiantes de manera que inmediatamente podamos analizar lo que ellas y ellos sientan de esa acción o valor. Asimismo, podremos observar su capacidad de análisis con respecto a la diversidad cultural y observar qué tan diferentes son entre ellas y ellos, y cómo se ve que existe un respeto mutuo, independientemente qué tan diferentes sean sus pensamientos.

La implementación de valores como, el respeto, comprensión, amor, entre otros; nos permite desarrollar el tema del derecho a la diversidad cultural, ya que contiene muchas formas de percepción que pueden ser aplicados para la inserción de dicho tema.

**Materiales:**

- Música

**Reflexión:**

Se hará una pequeña reflexión acerca de que sintieron las y los estudiantes con respecto a expresarse libremente en la actividad, quien facilita la actividad promoverá una participación activa.



## El paraíso de los gustos

**Descripción:**

Para iniciar este juego se les explicará a los estudiantes que hay una línea de lana, la cual divide al piso en dos. Seguidamente, quien facilita se subirá en una silla y mostrará una ronda haciendo



preguntas o propuestas tales como: “a mi derecha los que son heredanos y a mi izquierda los que no”, “a mi derecha los que les guste escuchar reggaetón y a mi izquierda los que no”, “a mi derecha los que les gusta comer gallo pinto y a mi izquierda los que no”, etc.

**Fuente:** Elaboración propia, basada en un juego del curso Espacios lúdicos para la educación en derechos humanos, UNA (Cerdas, 2017).

Esta actividad promueve el derecho a la diversidad a decidir que nos gusta y que no, de manera que los y las estudiantes no se avergüencen de su cultura, como se mostró en los ejemplos con el fútbol, la música y la comida.

#### **Materiales:**

- Lana y una silla

#### **Reflexión:**

Se hará una socialización con base en las preguntas formuladas en el juego, esto para conocer si los y las estudiantes se han sentido discriminados ya sea por la música, acento lingüístico o algún tipo de preferencias que engloba su cultura.



## El bosque de los estereotipos

#### **Descripción:**

Instrucciones para el grupo:

- Dibujar un árbol del tamaño de una persona, con raíces, tronco y ramas.

- En las raíces, se escribirán aquellos miedos y prejuicios que generalmente se manifiestan hacia las personas que consideramos diferentes.
- En el tronco, se escribirá el tipo de conductas que provocan la discriminación de las minorías.
- En la copa del árbol, se escribirán los deseos y sugerencias para participar en la construcción de una sociedad en la que todas las personas sean tratadas desde el respeto, la justicia y la solidaridad.
- Colgar los dibujos en las paredes de la sala, pasear y comentarlos.

#### **Procedimiento:**

1. Se explica a la clase que un prejuicio nace del juicio de valor que hacemos de las actitudes de otras personas.
2. Si los conceptos no quedan claros, se puede utilizar el diccionario.
3. Se explica cómo se va a proceder durante la actividad: se forman equipos de cuatro.
4. Se reparte el material a cada equipo.
5. Puesta en común y reflexión acerca de lo que escribieron.

#### **Materiales:**

- Papel periódico, tijeras, pilots, goma

#### **Reflexión**

Como actividad de reflexión se abrirá un espacio donde las y los chicos podrán expresar su



opinión acerca de los estereotipos, dibujos u otras ideas plasmadas en el árbol.

**Nota:** La reflexión se aplicará al final de cada actividad, con un espacio de expresión en donde se estará atento a qué inquietud o pensamiento tiene cada estudiante, esto con el fin de promover una participación equitativa.



## REFERENCIAS

- Al·lès, Guida. (2006). *Juegos para la educación intercultural*. Recuperado de <http://recursosdidactics.files.wordpress.com/2007/10/integracion-exclusion-rechazo-prejuicios.pdf>
- Biblioteca del Ministerio Juvenil. (2009). *Juegos Sociales*. Obtenido de <https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/2009/11/13-juegos-de-presentacion.pdf>
- Bokova, I. (2012). Mensaje de la Directora General de la UNESCO, con motivo del Día Internacional de la Lengua Materna. UNESCO, 21 de febrero de 2012. Obtenido de <http://unesdoc.unesco.org/images/0021/002153/215319s.pdf>
- Carballo, J. (s.f.). *Los Grupos Indígenas Costarricenses*. Obtenido de <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:http://www.pueblosindigenas.odd.ucr.ac.cr/images/documentos/pdf/pueblos%2520indigenas-UNA.pdf>
- Cerdas, E. (2017). Curso: Espacios lúdicos para la educación de los derechos humanos. Costa Rica: IDELA, UNA.
- Conferencia General de la UNESCO. (2001). *Declaración Universal de la UNESCO sobre la Diversidad Cultural*. Recuperado de [http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL\\_ID=13179&URL\\_DO=DO\\_TOPIC&URL\\_SECTION=201.html](http://portal.unesco.org/es/ev.php-URL_ID=13179&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html)
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencias y la Cultura (UNESCO). (2017). *Atlas UNESCO de las lenguas del mundo en peligro*. Recuperado de <http://www.unesco.org/new/es/culture/themes/endangered-languages/atlas-of-languages-in-danger/>
- Real Academia Española. (2017). *Cultura*. Obtenido de <http://dle.rae.es/?id=BetrEjX>
- Real Academia Española. (2017). *Diversidad*. Obtenido de <http://dle.rae.es/srv/fetch?id=E0b0PXH>



# LA LIBERTAD DE EXPRESIÓN

INGRID CAMPOS ARIAS • FABIO CAMPOS ROJAS • MARCO CARRILLO MOLINA • VANESSA HERNÁNDEZ AZOFEIFA • YAZMÍN VILLALOBOS VILLALOBOS

## JUSTIFICACIÓN

La siguiente propuesta se enfoca en la libertad de expresión, derecho al que se hace alusión en la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948), la cual menciona:

Todo individuo tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye el de no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas, sin limitación de fronteras, por cualquier medio de expresión. (art. 19)

Este artículo hace referencia al derecho que tiene todo ser humano de tener la libertad de dar opiniones, sin que se le excluya, discrimine o se haga burla de ello. Al ser la libertad de expresión un derecho, es de suma importancia que las personas estén informadas acerca de este, con el fin de que denuncien y se defiendan en caso de que este derecho les sea violentado.

Este tema es importante debido a que durante muchas etapas de la vida, el derecho a la expresión se ve vulnerabilizado haciendo a las personas incapaces de expresar lo que opinan y más allá se les niega la oportunidad de exteriorizar lo que sienten. A los niños y niñas desde muy

pequeños se les inculca que no deben opinar porque no tienen la capacidad de hacerlo, a los y las adolescentes no se les presta atención con el pretexto de que son inmaduros, ya como adultos estas personas no son capaces de manifestar todo aquello que les molesta, les lastima (física, emocional o psicológicamente), les reprime o inclusive aquellas que les pone en peligro. Al interiorizar en estos problemas vemos la importancia de educar a la población en derechos humanos y para la paz desde edades tempranas, con el fin de darles las herramientas para luchar por sus derechos.

En el sistema educativo es necesario fomentar en los y las estudiantes la capacidad de expresar lo que opinan o sienten sin que se avergüencen o tengan miedo. La finalidad de este taller enfocado en el derecho a la libertad de expresión, es brindarle al estudiantado un ambiente libre de opresión con actividades lúdicas y espacios de disputa para que sientan la seguridad de hablar de diferentes temas sin que se les señale, discrimine o limite. Al mismo tiempo se busca que los estudiantes hagan una reflexión acerca de la importancia de defender sus derechos y respeten las opiniones, sentimientos y derechos de las demás personas, con el fin de favorecer una convivencia sana e integral.



## MARCO CONCEPTUAL

Como sociedad hemos llegado al convencimiento de que la educación es primordial para el desarrollo íntegro de las personas y es, en sí misma, la base necesaria de cualquier proceso de democratización para una nación; por lo tanto, es razonable pensar que de igual o mayor importancia sin duda, es la educación en los derechos humanos.

Es indispensable considerar la educación en derechos humanos como una herramienta incuestionable para la prevención de las violaciones de estos derechos, al fomentar conductas y actitudes basadas en la tolerancia, solidaridad y el respeto. Si creamos sociedades en donde los derechos humanos sean conocidos por todos y todas, convirtiéndose así en responsabilidad de la ciudadanía, la educación en derechos humanos puede desempeñar un papel importante en la prevención y protección de los mismos.

De este modo, el alcance de este tipo de educación sería que, la educación en y para los derechos humanos no es una acción que termine en sí misma, sino que está proyectada para generar otras acciones, múltiples y en ámbitos también múltiples, que haga realidad la existencia viva del Estado de derecho (Barba, 1997, p. 18).

Siguiendo la propuesta presentada por Beltrán (2007), la educación y la enseñanza de los derechos humanos, debería de tener como objetivos básicos:

1. Motivar las actitudes de tolerancia, de respeto, de solidaridad inherente a los derechos humanos.
2. Entregar los conocimientos sobre los Derechos del Hombre en sus dimensiones tanto nacional como internacional y sobre las instituciones establecidas para su puesta en marcha.
3. Desarrollar en cada individuo la conciencia acerca de los medios por los cuales los Derechos del Hombre pueden ser concretados en realidad social y política en el nivel tanto nacional como internacional (p. 40).

La UNESCO (1978) citado por Beltrán (2007) afirma que:

lo específico de la educación en Derechos Humanos era educar la conciencia de una convivencia social a nivel personal, nacional e internacional que dignifique a la persona. Es una educación cuyo centro será el conflicto permanente de las relaciones humanas, pero cuya esperanza siempre estará dada en el respeto al otro, la cooperación y el entendimiento. Esto lleva necesariamente a que una educación en Derechos Humanos sea una educación democrática. (p. 40)

En ese sentido, también es importante recalcar el papel de la educación para la paz, no solo en el futuro, sino también pues de ella el presente depende de que nuestros niños y niñas, adolescentes y jóvenes aprendan a resolver sus conflictos por vías pacíficas, por eso, es muy importante que los alumnos adquieran “herramientas” y procedimientos para este fin a través



de los cuales asumían valores que se traduzcan en actitudes y hábitos de convivencia.

De la misma manera, como menciona Marcotegui (1998) se puede afirmar que:

Ahora bien, educar las actitudes y los hábitos del alumnado es un proceso lento y difícil porque supone un compromiso de todos. La educación para la paz y la convivencia requiere un planteamiento sinérgico: profesores, alumnos, padres, asociaciones y, en general, la sociedad deben marcar unos objetivos comunes, consensuados y mantenidos con tesón.

Así como en la educación intelectual o cognitiva los educadores pueden tomar una cierta distancia respecto al contenido de su enseñanza, cuando se trata de transmitir, de ilusionar al alumnado con propuestas valiosas que merecen la pena, es imposible que se distancie del contenido educativo; es más, el educador únicamente educa en valores cuando él mismo vive y expresa con su obrar actitudes favorables a lo que pretende enseñar. (Marcotegui, 1998, p. 8)

Al enfocar el tema de educación para la paz orientado a la defensa de la libertad de expresión, la Convención sobre los Derechos del Niño (1989) menciona que:

El niño deberá tener derecho a la libertad de expresión; este derecho deberá incluir la libertad de buscar, recibir y transmitir información e ideas de todo tipo, independientemente de las fronte-

ras, sea de manera verbal, escrita o impresa, en forma de arte o cualquier otro medio que elija el niño. (art. 13)

Si se les restringe la libertad de expresar sus opiniones o recibir información a través de los medios de comunicación (sujeta a ciertas excepciones), sus derechos están siendo vulnerados. En ese sentido, las organizaciones y los medios de difusión de los diferentes países y regiones, deben asegurar que la información que transmiten no esté sujeta a injerencia desproporcionada.

El derecho a la educación plantea, en una de sus dimensiones, la no discriminación por sexo u opción sexual, origen político, étnico o religioso, ni por condiciones socioeconómicas, sin embargo, la realidad demuestra que ocurre lo contrario, una forma de discriminar es estandarizar las formas de pensar, sentir y comportarse dentro del colegio. El hecho de salir de ese esquema impuesto, les acarrea una serie de consecuencias, lo cual genera miedo e inseguridad en los y las estudiantes. Los profesores les asignan tareas relacionadas con la limpieza, como barrer el aula o limpiar los baños, exclusivamente a las mujeres. En muchos casos, no se les permite a las jóvenes embarazadas seguir asistiendo a clases normalmente. Muchas veces son excluidos los alumnos que no cuentan con uniformes. (MERCOSUR Solidario, 2015, p. 8)



## OBJETIVOS

### Objetivo general

Promover un ambiente en el cual los y las estudiantes tengan la libertad de expresarse mediante actividades lúdicas.

### Objetivos específicos



Reflexionar sobre la importancia del derecho a la libertad de expresión en los distintos espacios escolares mediante la realización de una manta.



Fomentar en el estudiantado el interés de lucha por la manifestación de sus opiniones, de forma que sientan la confianza para ejercer su derecho de libertad de expresión.

## ACTIVIDADES



### El juego de los animales y los elementos

#### Actividad de rompe hielo

#### Descripción:

Los estudiantes se colocarán en el centro del aula y formarán un círculo. Uno de los facilitadores tendrá la bola en sus manos, quien procede a tirar la bola a otro de los participantes. En el momento que la persona tire la bola, deberá mencionar un elemento (aire, agua, tierra) y el que la atrape, tendrá que nombrar un animal “específico” que pertenezca al elemento que mencionaron. No se podrá mencionar ave en aire o pez en agua, ya que tienen que decir el tipo de ave o pez.

#### Ejemplo:

**Aire»** paloma, mariposa, colibrí, loro, halcón, águila, yigüirro, etc.

**Agua»** tiburón, ballena, estrella de mar, delfín, tortuga, medusa, calamar, pulpo, etc.

**Tierra»** perro, león, tigre, oveja, vaca, toro, zorro, gorila, caballo, conejo, gato, etc.

Cuando terminen de mencionar un animal, deberán tirar la bola a otro participante. Los facilitadores deberán velar que todos participen al menos una vez.



No se pueden repetir animales ni mencionar la palabra ave o pez ya que estos son términos generales y el juego requiere de nombres específicos para que haya más variedad.

**Fuente:** modificado del juego “El rey de los elementos (Zúñiga, 2010)

### ¿Por qué? ¿para qué?

El objetivo del juego es fomentar la unión de grupo, con él podrán jugar e interactuar juntos, además, es un juego que involucra la energía de los estudiantes, la coordinación en el momento de lanzar la bola, y el pensamiento y análisis de los distintos elementos o animales que se irán mencionando a lo largo de la actividad. Con ella, estaremos creando un ambiente de relajación para que los estudiantes se sientan cómodos en el aula, y servirá de preparación para las siguientes actividades.

#### **Materiales:**

- Una bola pequeña de cualquier material.



## La historia de mi nombre

### Actividad de presentación

#### **Descripción:**

Los facilitadores le entregarán a cada estudiante una hoja blanca o de color, deben doblar sus esquinas hacia adentro formando un rombo. En el centro de la hoja los niños escribirán como les gusta que los llamen, en la esquina superior izquierda, escribirán su nombre completo, en la esquina superior derecha, escribirán de donde surgió su nombre. En la esquina inferior

izquierda, escribirán como los llaman sus amigos y familiares (apodo o nombre de cariño), en la esquina inferior derecha, escribirán (sí) si les gusta su nombre y (no) si no les gusta su nombre; cuando lo presenten explicarán porque sí o porque no.

Al finalizar cada estudiante mostrará su papel a todos sus compañeros y comentará lo que escribió.

**Fuente:** actividad aprendida en el curso Relaciones Interpersonales, CIDE, 2015

### ¿Por qué? y ¿para qué?

El objetivo de esta actividad es que los estudiantes compartan un poco acerca de sus nombres, sus orígenes y lo más importante que ellos expresen cómo desean ser llamados. Hay muchas personas que no se sienten cómodas con sus nombres o con los sobrenombres que seres queridos o compañeros les imponen, y en el derecho a la libertad de expresión es muy importante que las personas, en este caso los estudiantes, expresen lo que les gusta y lo que no les gusta de sus nombres, siempre en un ambiente de respeto hacia los demás.

Por el contrario, hay muchas personas que sí les agrada su nombre o como son llamados y es importante que lo hagan saber a todos aquellos que les rodean. Los niños muchas veces tienen temor de decir lo que sienten, especialmente cuando los llaman de la manera que no les gusta, al desarrollar esta actividad los compañeros de grupo conocerán la historia de sus nombres



y al mismo tiempo se buscará fomentar el respeto hacia la percepción que tiene cada uno de su propio nombre.

### **Materiales:**

- Hojas blancas o de color
- Lapiceros o marcadores



“A mí...”

### **Actividades de expresión**

#### **Descripción:**

El grupo de estudiantes se coloca en una fila horizontal. El facilitador mencionará algunas formas de opinión, gustos acerca de la libertad de expresión (estos podrán ser positivos o negativos). Cuando la respuesta sea positiva (quiere decir que el participante está de acuerdo con la premisa, o sí le gusta) este deberá mantenerse de pie. Si su respuesta es negativa deberá agacharse. Al final los que quedan de pie deberán hacer un movimiento.

Las premisas podrán variar en la participación de los facilitadores o los participantes.

#### **Ejemplo:**

A mí... No me gusta que me griten.

A mí...

- Me gustan los sobrenombres
- No me gusta que mis amigos hablen mal de...
- Me gusta comer queso...
- No me gusta leer el periódico o un libro.
- No me importa que no me escuchen en clase.
- No me molesta que me hagan bromas.

### **Espacio para discusión**

La persona facilitadora hará preguntas generadoras con el fin de conocer a los y las estudiantes.

**Fuente:** Enanos y gigantes (García y Torrijos, 1999, pp. 59-60)

### **¿Por qué? y ¿para qué?**

Escogimos esta actividad ya que en muchos de los casos los niños no tienen derecho a expresarse y opinar en los diferentes contextos escolares, familiares o comunales. Con esta actividad abrimos el espacio para que ellos pueden expresarse oralmente y además, crear un pensamiento acerca de su propias decisiones. Adicionalmente, se crea un espacio de respeto ya que los diferentes contextos deben transmitir que todos tenemos el derecho a expresarnos y opinar libremente. Los participantes aprenderán las distintas formas de expresión que pueden entrar en este tema.



Me expreso a través del arte

#### **Descripción**

Los facilitadores pondrán una manta grande en el piso y varios marcadores de diferentes colores o pinturas acrílicas. Los estudiantes utilizarán los materiales que desean y expresarán un pensamiento, frase, comentario, deseo o disgusto acerca de un tema deseado, a través de la escritura o por medio de un dibujo creativo.



Al finalizar, se les solicita a los estudiantes que compartan con sus compañeros lo que plasmaron en la manta, siempre con un ambiente de respeto.

### Espacio para discusión

Con base en lo que comparten, quien facilita el proceso hará preguntas generadoras con el fin de conocer a los y las estudiantes y que puedan participar más.

**Fuente:** elaboración propia

### ¿Por qué? y ¿para qué?

Muchas veces los niños quieren expresarse y no encuentran la manera de cómo hacerlo, o por temor a lo que digan los demás se quedan callados y no lo hacen; creen que nadie los va a tomar en cuenta y que su opinión no es importante, especialmente, para sus familiares o amigos.

Con esta actividad se pretende buscar un ambiente libre, donde los estudiantes pueden expresarse a través del arte del dibujo o de la escritura y que quede plasmado como símbolo de que ese mensaje que fue transmitido tiene validez y peso para las personas a su alrededor, que sus opiniones o ideales son importantes para todos. Al mismo tiempo motivará a aquellos niños que son tímidos a querer explicar su dibujo o comentar lo que piensan, así se logrará una integración.

### Materiales:

- Una manta grande (dependiendo de la cantidad de estudiantes)
- Pinturas acrílicas o marcadores gruesos
- Pinceles
- Agua y platos plásticos



## REFERENCIAS

- Barba, B. (1997). *Educación para los derechos humanos*. Fondo de Cultura Económica. Recuperado de [https://www.centrodemaestros.mx/cursos2013/Bonifacio\\_Barba.pdf](https://www.centrodemaestros.mx/cursos2013/Bonifacio_Barba.pdf)
- Beltrán, M. (2007). La importancia de la educación en los derechos humanos. Especial referencia a América Latina. Revista DEHUIDELA, Vol.15, año 7 (mayo-agosto 2007). Recuperado de <http://www.corteidh.or.cr/tablas/r24457.pdf>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2006). *Convención sobre los Derechos del Niño*. Madrid, España. Recuperado de <http://www.un.org/es/events/childrenday/pdf/derechos.pdf>
- García, G. y Torrijos, E. (1999). *Juegos tradicionales mexicanos*. Ciudad de México: Selector.
- Marcotegui, J. (1998). Presentación. En: Zurbano, J. Bases de una Educación para la paz y la convivencia. (Pp. 7-8) Navarra, España: Gobierno de Navarra. Departamento de Educación y Cultura. Recuperado de [http://www.comisionunesco.mec.gub.uy/innovaportal/file/29930/1/bases\\_de\\_una\\_ed\\_para\\_la\\_paz\\_y\\_la\\_convivencia.pdf](http://www.comisionunesco.mec.gub.uy/innovaportal/file/29930/1/bases_de_una_ed_para_la_paz_y_la_convivencia.pdf)
- Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Resolución 217 A (III) de la Organización de las Naciones Unidas, París, Francia, 10 de diciembre de 1948.
- Oficina del Alto Comisionado de Naciones Unidas para los Derechos Humanos & Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2006). *Plan de acción programa mundial para la educación en derechos humanos*. New York y Ginebra. Recuperado de <http://www.ohchr.org/Documents/Publications/PActionEducationsp.pdf>
- Pascual, A. (2013). *Educación en y para los derechos humanos y la paz: Principios y prácticas medulares*. Brasil: Editora Universitária da Universidad e Federal da Paraíba (UFPB).
- Programa MERCOSUR Social y Solidario. (2015). *Democracia y libertad de expresión en los colegios: entre la represión y el autoritarismo*. Asunción, Paraguay. Recuperado de [http://www.mercosursocialsolidario.org/wp/wp-content/uploads/2015/03/folleto\\_8.pdf](http://www.mercosursocialsolidario.org/wp/wp-content/uploads/2015/03/folleto_8.pdf)
- Saber es práctico. (2017). *10 frases célebres sobre la libertad de expresión*. Recuperado de <https://www.saberespractico.com/frases-celebres/10-frases-celebres-sobre-la-libertad-de-expresion/>
- Zúñiga, M. (2010, mayo 21). *10 excelentes dinámicas para romper el hielo y conocerse*. [Blog post]. Recuperado de <http://www.elmejorcompartir.com/2010/05/10-excelentes-dinamicas-para-romper-el.html>



# EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES COMO PARTE DE LOS DERECHOS HUMANOS

ANA JAZMÍN CHAVARRÍA VALVERDE • CARLOS ESTRADA JIMÉNEZ • FLORY SANCHO SOLANO

## JUSTIFICACIÓN

A lo largo del tiempo la sociedad ha reprimido a muchas personas, tanto niños/as como mujeres y hombres adultos, para expresar lo que piensan y sienten, lo que incentiva la exclusión en diferentes áreas; por ejemplo, los infantes eran castigados por el hecho de expresar alguna conducta que se considerara fuera de la normativa establecida por el hogar o el centro educativo, a las y los niños se les obligaba, en muchos momentos, ser como personas adultas, esto generaba la represión de la manifestación de sus opiniones y emociones y el disfrute de su etapa como infantes.

Asimismo las mujeres eran silenciadas en sus hogares y en una sociedad machista donde sus sentimientos y opiniones no eran valorados (no tenían ni voz, ni voto), así como también se cohibía a los hombres y se les reprimía para expresar sus emociones, como el hecho de llorar y abrazar, en general, mostrar su área afectiva y emocional. En la actualidad estas situaciones han cambiado un poco pero es necesario trabajar en ello.

Los derechos humanos y la cultura de paz, se plantean como propósito promover una sociedad que pueda convivir de una manera armoniosa, donde se respete y valore la integridad de la persona (Comisión Nacional de los Derechos Humanos, 2010). Desde esta finalidad la educación para la expresión de emociones viene a brindar un aporte que favorece el cumplimiento de este objetivo. No se puede crear una sociedad que conviva de manera pacífica si no adquieren la capacidad para expresar, identificar y respetar las emociones y opiniones de los demás.

Por tanto, es necesario promover espacios cooperativos donde las y los niños aprendan y desarrollen la capacidad de expresar sus emociones por medio de juegos cooperativos. De esta forma, se permite el desarrollo de personas autónomas y seguras para manifestar sus pensamientos y sentimientos de la mejor forma, sin violentar su propia integridad ni la de los demás.

Por tanto, el desarrollo del presente taller con población de niños y niñas viene a promover los principios que permiten:



- Contribuir al desarrollo integral de la persona
- Buscar que todas las personas gocen de una esfera de autonomía donde les sea posible trazar un plan de vida digno, que pueda ser desarrollado, ser protegidas de los abusos de autoridades, servidores públicos y de los mismos particulares.
- Crear condiciones suficientes que permitan a todas las personas tomar parte activa en el manejo de los asuntos públicos y en la adopción de las decisiones comunitarias (vida democrática). (Comisión Nacional de los Derechos Humanos, 2010, párr. 12-15)

Asimismo permite el fortalecimiento de una cultura de paz, ya que se refuerzan habilidades que permiten a las y los niños expresar y defender sus derechos y deberes, en procura de tener un desarrollo digno e integral.

## MARCO CONCEPTUAL

El presente trabajo refleja el componente teórico del taller, en donde la temática principal es "La expresión de emociones" como elemento esencial del respeto a los derechos humanos dentro de una cultura de paz; esto se pretende alcanzar por medio de la metodología de los juegos cooperativos. Velázquez (2004) quien cita a Garairgordobil (2002) define los juegos cooperativos como "aquellos en que los jugadores dan y reciben ayuda para contribuir o alcanzar objetivos comunes." (p. 1), con lo cual se pretende que las personas involucradas se ayu-

den mutuamente para alcanzar la realización de alguna tarea, diferente a los que son los juegos competitivos en donde cada persona actúa de manera individual. Para comprender de mejor manera los juegos cooperativos se presenta la comparación con los juegos competitivos. (Ver cuadro 1)

En los juegos cooperativos la persona aprende a compartir, a confiar a crecer en conjunto, por tanto se considera que se promueve una sociedad pacífica, ya que la persona adquiere habilidades que le permiten socializar de una forma armoniosa y equitativa, al valorar las situaciones o necesidades de la otra persona.

La práctica de estos juegos viene a reforzar una cultura de paz, ya que permiten, a las personas, potenciar habilidades y actitudes de cooperación, comunicación, igualdad, respeto, solidaridad, trabajo en equipo, entre otras; lo que favorece el desarrollo de una cultura de paz, que busca la convivencia pacífica en una sociedad donde se respetan los derechos humanos.

En el proceso de aprendizaje del como convivir, como poder actuar y cooperar es necesario facilitar espacios donde se vivencia el trabajo cooperativo desde la expresión de emociones, permitiendo la progresión esencial de los pilares en el proceso de respetar y cumplir los derechos humanos. Para ello se decide trabajar la expresión de emociones, manifestación en donde juega un papel importante la inteligencia emocional, Bisquerra, Punset, Mora, García, López, Perez, Lantieri, Nambiar, Aguilera, Segovia y Planells (2012) lo definen como "(...) la



**Cuadro 1**

| JUEGOS COMPETITIVOS   | JUEGOS COOPERATIVOS   |
|---|---|
| Son divertidos para algunos   | Son divertidos para todos   |
| La mayoría experimenta un sentimiento de derrota  | Todos tienen un sentimiento de victoria   |
| Algunos son excluidos por falta de habilidad  | Hay una mezcla de grupos que juegan juntos creando un alto nivel de aceptación mutua                                      |
| Se aprende a ser desconfiado, egoísta o, en algunos casos, la persona se siente amedrentada por los otros   | Se aprende a compartir y a confiar en los demás   |
| Los jugadores no se solidarizan y son felices cuando algo "malo" le sucede a los otros  | Los jugadores aprenden a tener un sentido de unidad y a compartir el éxito  |
| Conllevan una división por categorías, creando barreras entre las personas y justificando las diferencias interpersonales como una forma de exclusión | Hay una mezcla de personas en grupos heterogéneos que juegan juntos creando un elevado nivel de aceptación mutua          |
| Los perdedores salen del juego y simplemente se convierten en observadores  | Nadie abandona el juego obligado por las circunstancias del mismo. Todos juntos inician y dan por finalizada la actividad |
| Los jugadores pierden la confianza en sí mismos cuando son rechazados o cuando pierden  | Desarrollan la autoconfianza porque todos son bien aceptados  |
| La poca tolerancia a la derrota desarrolla en algunos abandono frente a las dificultades  | La habilidad de perseverar ante las dificultades se fortalece por el apoyo de otros miembros del grupo                    |

**Fuente: Otuzi (1999) en Velázquez (2004).**



habilidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las demás personas y la capacidad para regularlas” (p. 8), de acuerdo con lo comentado por estos autores la cultura de paz se puede lograr por la comprensión de las emociones de la otra persona y también los propios, con el fin de luchar por los derechos humanos, dejando de lado una posición individualista y competitiva.

Por lo tanto, el desarrollar esta habilidad desde edades tempranas es de suma importancia ya que según Bisquerra, et ál., (2012) “La educación emocional debería estar presente desde la educación infantil, pasando por la primaria y secundaria, hasta la vida adulta” (p. 11). Facilitar procesos de construcción de una cultura de paz en pos de los derechos humanos, de forma tal que las emociones propias y las de las demás personas sean respetadas y valoradas, esto es importante para el desarrollo personal-social óptimo de la persona.

Bisquerra, Colau, Callell, Escudé y Pérez (2014) mencionan además que “(...) todas las emociones son buenas si se utilizan de forma apropiada. El problema está cuando la impulsividad descontrolada produce comportamientos desadaptativos o de riesgos” (p. 97), por eso el trabajar la expresión de emociones es pertinente, para que la cultura de paz vaya fortaleciéndose desde el convivir entre las y los estudiantes, y así cuando sean personas adultas velarán por el bien colectivo e individual, al promover el cumplimiento social de los derechos humanos y no solamente el de los propios intereses.

Se entiende expresión de emociones como “forma en que se manifiestan, ocultan o regulan las diferentes reacciones afectivas. La emoción es una experiencia interna que sólo se manifiesta externamente mediante gestos o movimientos” (Estudio de psicoanálisis y psicología, 2016, párr. 1). En ella intervienen tres sistemas que constituyen a la persona, las cuales es fundamental tomar en cuenta para la expresión y regulación de las mismas, ya que cada uno de estos sistemas está interrelacionados, de acuerdo con el Estudio de psicoanálisis y psicología (2016) estos son: fisiológico/adaptativo, conductual/ expresivo, cognitivo/ subjetivo.

El hecho de permitir a la persona expresar sus emociones de una forma asertiva, donde no perjudicar el bienestar o los derechos de la otra persona, facilita promover espacios que fomentan el derecho de expresión, tanto como el respeto por la integridad de sí mismo y de los demás.



## OBJETIVOS

### Objetivo general

Fortalecer la expresión de emociones como un derecho humano de las y los estudiantes de primaria para su desarrollo afectivo y social.

### Objetivos específicos



Que el colectivo identifique sus emociones como parte de los derechos humanos.



Que las y los estudiantes reconozcan sus emociones y las de los demás para mejorar la convivencia social como parte de los derechos humanos.

## ACTIVIDADES



### Me pica

#### Descripción:

Este es un juego que tiene como función conocer los nombres del grupo de estudiantes participante. Se les solicita a los miembros del grupo que se pongan de pie y formen un círculo, o que realicen un círculo con las sillas, si el tamaño del salón lo permite.

La persona coordinadora se ubicará en el centro del círculo y mencionará su nombre y referirá a un movimiento de cuerpo, por ejemplo; me llamo Flory y me pica la oreja y ¿a ti?, mientras señala a la persona. La persona que el coordinador/a señaló pasa a ubicarse en el centro de círculo y hace lo mismo, con el movimiento de cuerpo que escoja.

La actividad tiene como alternativa, que si el espacio lo permite y tiene los elementos necesarios se puede hacer un círculo con las sillas, en el cual la persona va caminada alrededor de las sillas y se sienta apenas escucha al/a la coordinador/a mencionar su nombre y lo que le pica.

Las reglas del juego son: no se repiten los movimientos del cuerpo, no se permite sentarse en las sillas hasta escuchar el nombre del/de la coordinador/a.

**Fuente:** basado en Limpens, 2008





## ¿Qué emoción es?

### Descripción:

Las y los niños formarán un círculo, dentro del círculo estará una persona (él o la facilitadora del taller) quien va indicando diferentes emociones, una vez dicha la emoción las y los niños lo demuestran por medio de gestos, de esta forma van a mirar como sus compañeros y compañeras expresan esa emoción.

En el mismo círculo se comenta ¿Qué emociones se identificaron? ¿En qué momentos hemos vivido esas emociones?

### Importancia:

Permite que las y los niños logren conocer e identificar algunas emociones que pueden experimentar en diferentes momentos, esto va a generar un primer contacto con la temática de expresión de las emociones, asimismo entender que las demás personas pueden expresar una misma emoción de diferente manera.

**Fuente:** basado en una actividad realizada en una clase de Bachillerato en Orientación, CIDE, Universidad Nacional, Costa Rica, 2014



## Máscara emotiva

### Descripción:

Cada niño y niña tendrá una bolsa de manila, en la cual deben dibujar la emoción que expe-

rimentaron ante un evento significativo para ellos (o que vivieron durante esta semana). Una vez diseñada esa “máscara de emoción” se les pedirán que se la coloquen en la cabeza y caminarán por el espacio observando las emociones representadas en las máscaras de sus otros compañeros y compañeras.

Al finalizar, en un círculo se comparten las emociones que se diseñaron, en qué momento las experimentan y cuáles emociones representaron sus compañeros/as.

**Fuente:** basado en una actividad realizada en una clase de Bachillerato en Orientación, CIDE, Universidad Nacional, Costa Rica, 2014

### Importancia:

Esta técnica permitirá que los niños y las niñas participantes aprendan a reconocer las emociones de las otras personas y las propias, de esta manera se fortalece el pilar “aprender a vivir juntos”, según Delors (s. f.) citado por Fisas (s. f.). Al respecto, se hace alusión al proceso de participar y cooperación con otras personas, ya que por medio de esta técnica el colectivo deberá trabajar de manera colaborativa para construir las emociones con sus bolsas de manila, compartiendo material para lograrlo.

### Materiales:

- 30 bolsas manila
- Marcadores de colores
- Lápices de colores y de escribir
- Tijeras



## REFERENCIAS

- Bisquerra, R., Colau, C., Colau, P., Collell, J., Escudé, C., Pérez, N., Avilñes, J.M., y Ortega, R. (2014). *Prevención del acoso escolar con educación emocional*. España: DESCLEE.
- Bisquerra, R., Punset, E., Mora, F., García, E., López, É., Pérez, J., Lantieri, L., Nambiar, M., Aguilera, P., Segovia, N., y Planells, O. (2012). *¿Cómo educar las emociones?: La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Barcelona, España: FAROS.
- Comisión Nacional de Derechos Humanos. (2017). *¿Qué son los derechos humanos?* Ciudad de México. Recuperado de: [http://www.cndh.org.mx/Que\\_son\\_derechos\\_humanos](http://www.cndh.org.mx/Que_son_derechos_humanos)
- Constitución Política de la República de Costa Rica. (1949). *Constitución Política de Costa Rica*. Tribunal Supremo de Elecciones. Recuperado de: <http://www.tse.go.cr/pdf/normativa/constitucion.pdf>
- Estudio del psicoanálisis y psicología. (2016). *Expresión de las emociones*. Recuperado de: <http://psicopsi.com/Expresion-de-las-emociones>
- Fisas, V. (s. f.). *Educar para una cultura de paz*. Titular de la Cátedra UNESCO per la Pau i Drets Humans de la UAB. Recuperado de <http://www.kookay.org/Educar%20para%20una%20cultura%20de%20paz.pdf>
- Velázquez, C. (2004). *Las actividades físicas cooperativas. Una propuesta para la formación en valores a través de la educación física en las escuelas de educación básica*. México, Secretaría de Educación Pública. Recuperado de: [http://edufisrd.weebly.com/uploads/1/2/1/6/12167778/32\\_juegos-y-deportes-cooperativos-carlos-velzquez-callado.pdf](http://edufisrd.weebly.com/uploads/1/2/1/6/12167778/32_juegos-y-deportes-cooperativos-carlos-velzquez-callado.pdf)



# LA COMUNICACIÓN COMO MEDIO PARA LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

JOSÉ PABLO DURÁN SALAZAR • JOSUÉ CHAVES ACUÑA • JOSTIN ARIAS LÓPEZ

## JUSTIFICACIÓN

La siguiente propuesta busca mostrar la importancia de una adecuada comunicación para la resolución de conflictos, esta es un elemento fundamental para que se pueda llegar a un acuerdo y poder vivir de una manera pacífica.

En relación con el tema de los derechos humanos en el cual nos enfocamos en este trabajo, la comunicación no es un tema aislado, ya que para hacer valer nuestros derechos muchas veces hay que resolver conflictos que se puedan dar, o incluso en el momento de hacerlos valer requerimos de la comunicación, además sin adentramos mucho en los derechos, específicamente encontramos derechos como el de la libre expresión, que es el representativo más de la comunicación, ya que cuando comunicamos se posibilita compartir nuestra ideas y deseos, los cuales no tienen que ser nunca oprimidos ni menospreciados por otros por esa razón también hay que tener cuidado en cómo comunicamos nuestras ideas.

La paz es otro de los derechos que también se relacionan con este tema, todos tenemos derecho a un espacio de paz, en el cual es importante la resolución adecuada de los conflictos y para eso es que ocupamos la comunicación, por eso esta propuesta se va a enfocar en cómo se pueden crear ambientes de paz y educar adecuadamente para aprender a comunicarnos de una manera correcta y resolver nuestras diferencias por medio de lo aprendido.

## MARCO CONCEPTUAL

### La comunicación

Entiéndase comunicación como el medio empleado por los seres vivos para transmitir información o expresar sentimientos mediante distintos mecanismos ya sea acciones, expresiones, el habla, gestos, entre otros.

La comunicación es el proceso mediante el cual el emisor y el receptor establecen una conexión en un momento y espacio determinados para transmitir, intercambiar o compartir ideas,



información o significados que son comprensibles para ambos. (Thompson, 2009, párr. 9)

Por lo tanto, es la comunicación un proceso importante en la resolución de conflictos, para que así estos se puedan resolver de la mejor manera las partes puedan expresar claramente sus ideas de distintas formas, pero al estar todos los involucrados en el proceso puedan comprenderlas y respetarlas. La comunicación que implica el respeto por las opiniones de cada una de las partes.

Debemos tomar en cuenta que para lograr una solución adecuada de los conflictos es importante la educación para una cultura de paz, la cual entre otras cosas permite que las personas desarrollen habilidades para un manejo adecuado de los conflictos mediante la comunicación, esto significa:

educar para la crítica y la responsabilidad, para la comprensión y el manejo positivo de los conflictos, así como potenciar los valores del diálogo y el intercambio y revalorizar la práctica del cuidado y de la ternura, todo ello como una educación pro-social que ayude a superar las dinámicas destructivas y a enfrentarse a las injusticias. (Fisas, s. f., p. 1).

En la comunicación como medio para la resolución de conflictos existe un proceso muy importante el cual es la mediación, esta permite que las partes se sienten a dialogar en busca de una pronta solución, respetando los puntos de vista u opiniones de la otra persona.

Uno de los derechos humanos que se debe de respetar durante la solución del conflicto es el

derecho a la libertad de expresión, ya que si al momento de la mediación ambas partes tienen el derecho de expresarse libremente y exponer sus sentimientos u opiniones sin perjudicar a la otra parte, es más fácil que el proceso de diálogo se lleve a cabo y de la mejor manera posible, logrando una adecuada conciliación.

## El conflicto

Se puede entender el conflicto como el desacuerdo que surge entre dos o más personas por distintas situaciones, a veces esto genera un ambiente tenso entre las partes, así este se refiere a (...) "aquella situación de disputa o divergencia en que hay una contraposición de intereses (tangibles), necesidades y/o valores en pugna entre dos o más partes" (Caireta y Barbeiro, 2005, p. 10).

El conflicto no es un momento puntual, es algo que muchas veces puede llevar tiempo y entre más se dure en un conflicto más tensa se puede volver la situación si no se resuelve; es claro que este va más allá de simples disputas o encuentros que se puedan tener entre las personas. La cultura de paz ve esos conflictos como algo del día a día, algo propio de la vida de los seres humanos dado las diversas relaciones ya que no todas las personas tienen un pensamiento igual, esto puede crear algunos conflictos, por tanto, la cultura de paz ve el conflicto como algo positivo e ineludible; además, se percibe como una oportunidad de crecimiento personal y para los grupos.



## Derechos humanos

Según el Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, los derechos humanos son:

derechos inherentes a todos los seres humanos, sin distinción alguna de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, lengua, o cualquier otra condición. Todos tenemos los mismos derechos humanos, sin discriminación alguna. Estos derechos son interrelacionados, interdependientes e indivisibles. (2017)

En este sentido se entiende que estos se refieren a:

el conjunto de prerrogativas sustentadas en la dignidad humana, cuya realización efectiva resulta indispensable para el desarrollo integral de la persona. Este conjunto de prerrogativas se encuentra establecido dentro del orden jurídico nacional, en nuestra Constitución Política, tratados internacionales y las leyes. (Comisión Nacional de Derechos Humanos, 2017, párr. 1)

## OBJETIVOS

### Objetivo general

Promover un espacio de reflexión acerca de la importancia de la comunicación en la resolución de conflictos.

### Objetivos educativos



Brindar herramientas para mejorar la comunicación entre el estudiantado.



Que el o la estudiante aprenda que mediante una adecuada comunicación se pueden manejar los conflictos.



## ACTIVIDADES

### 1 PIÑAU

#### Descripción

El grupo se ubica de pie en un círculo, el facilitador señala a cualquier persona del grupo mientras le dice “PIÑAU” esta persona se debe agachar rápidamente, ya que sus dos compañeros/as del al lado deben decir rápidamente el nombre del otro.

Si en el círculo se encuentra: Josue – Justin – Pablo, y el facilitador señala a Jostin y le dice “PIÑAU”, él se agacha, inmediatamente y lo más rápido posible Pablo debe señalar con sus manos y decir “Josue”, mientras Josue hace lo mismo, pero diciendo “Pablo”.

**Fuente:** tomado del libro juegos para adolescentes de Homoludicus

Este es un juego de rompe hielo y de presentación para iniciar.

### 2 Dibuja lo que hablas

#### Descripción

Se forman dos grupos de estudiantes, a cada estudiante se le da una hoja blanca y un lápiz, se escoge una persona, la cual va a tener que comunicar el mensaje, el primer grupo va a tener que estar vuelto para atrás dándole la espalda

da a la persona que va a transmitir el mensaje y el segundo grupo sí podrá ver a la persona que transmite el mensaje. A la persona que transmite el mensaje se le entregará una hoja con un dibujo hecho con formas geométricas y se encargará que de una manera hablada logre que los demás compañeros puedan dibujar lo mismo que va a tener en sus manos, los demás compañeros no van a poder hablar, solo hacer gestos para comunicarse.

**Fuente:** basado en dinámica hecha en el curso Espacios Lúdicos para la educación en derechos humanos

En este juego los estudiantes pueden ver la importancia de la comunicación para transmitir mensajes y poder transferir una idea adecuadamente. Además, permite, ver cómo los estudiantes pueden comunicar una idea gráfica, pero obstruyendo un canal importante de la comunicación como es la vista al emisor.

### 3 Da la vuelta al papel

#### Descripción:

La persona que dirige la actividad, pondrá un papel en el suelo y pide a todos los integrantes que se coloquen encima del mismo. Deben ocupar la mitad del espacio. Cuando están colocados, se les explica que entre todos deben darle la vuelta al papel sin que nadie se baje del mismo, ni majar el suelo; además, no van a poder hablar.



**Fuente:** basado en juego aprendido en un curso Habilidades para la vida de la Cruz Roja Costarricense

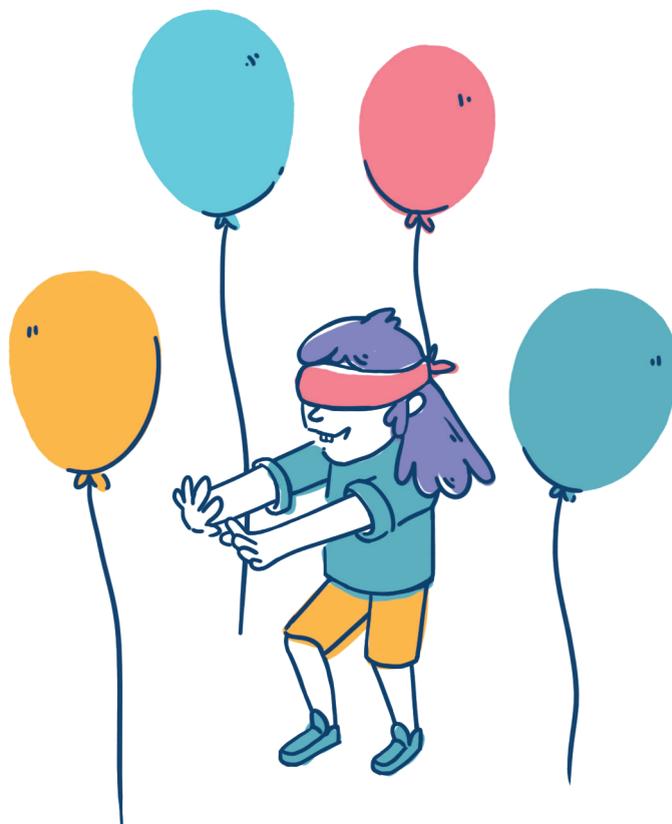
En este juego se logra estimular la búsqueda de soluciones a una situación conflictiva. Se van a tener que organizar y de una manera en la que ellos van a tener que solucionar el conflicto pero ellos no van a poder hablar y se va a introducir el concepto de la importancia de la comunicación para resolver conflictos.

#### 4 Juego de globos a ciegas

##### **Descripción:**

El facilitador pone los globos en medio del salón, le pide a los integrantes que formen un grupo y que escojan a una persona que va a ser la encargada de conseguir los globos, la persona se va a tapar los ojos y sus compañeros de equipo van a tener que guiarla para que recolecte todos los globos que pueda, al instante cada uno va a querer dar indicaciones entonces como todos están hablando va a ser difícil la comunicación en ese momento, al final se hace una plenaria para discutir que muchas veces esto del hablar todos a la vez hace que el mensaje se vea afectado y no llegue de una manera correcta.

**Fuente:** elaboración propia



## REFERENCIAS

- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. (2017). *¿Qué son los derechos humanos?*. Recuperado de: <http://www.ohchr.org/SP/Issues/Pages/WhatAreHumanRights.aspx>
- Caireta, M. y Barbeiro, C. (2005). *Introducción de conceptos: paz, violencia, conflicto*. (Cuadernos de educación para la paz. Escola de Cultura de Pau: Barcelona. Recuperado de [www.escolapau.org](http://www.escolapau.org).
- Comisión Nacional de Derechos Humanos. (2017). *¿Qué son los derechos humanos?* Ciudad de México. Recuperado de: [http://www.cndh.org.mx/Que\\_son\\_derechos\\_humanos](http://www.cndh.org.mx/Que_son_derechos_humanos)
- Figueroa, I. (20 de septiembre de 2012). *Coaching ejecutivo para alto desempeño*. Obtenido de <http://www.ingridfigueroa.com/comunicacion-assertiva/comunicacion-assertiva-y-resolucion-de-conflictos/>
- Fisas, V. (s. f.). *Educar para una cultura de paz*. Recuperado de [www.educacionenvalores.org/IMG/pdf/](http://www.educacionenvalores.org/IMG/pdf/)
- Ramírez, O. (s. f.). *Piñau*. Obtenido de: Juegos para adolescentes. Homulúdicos S. A.
- Thompson, I. (13 de marzo de 2009). *promonegocios.net*. Obtenido de <https://www.promonegocios.net/comunicacion/definicion-comunicacion.html>



# CONSTRUYENDO VALORES

VANESSA SOLANO GARCÍA • DENISSE JIMÉNEZ DELGADO • JULISSA SALAZAR VALVERDE • MAUREEN OBANDO DÍAZ

## JUSTIFICACIÓN

El siguiente trabajo consiste en la elaboración de un taller basado en algunos valores que se consideran importantes de abordar con la población de estudiantes de primaria. En este trabajo se realiza una breve explicación de los valores: amistad, respeto y solidaridad, los cuales juegan un papel importante en la formación educativa de los y las estudiantes. Asimismo, se realiza una relación desde el enfoque de derechos, basándonos en el derecho a la dignidad humana, ya que es necesario desarrollar habilidades que les permita a los y las estudiantes incorporar o mejorar estos valores, con el propósito de favorecer un desarrollo personal y de convivencia en la escuela.

Para la elaboración de este taller, consideramos que es importante abordar el tema de valores, ya que como mencionan muchos autores la concepción de los valores está ligada a aspectos de la persona, en los cuales adquiere un mayor conocimiento de su propia personalidad, y aspectos de su propio "yo", los valores son conductas que se aprenden durante todo el desarrollo de la vida, por lo cual es importante fortalecerlos y reforzarlos, ya que nuestra concepción de las demás personas, así como de sí mismos como per-

sona, está en mayor parte determinado por el contexto o el aprendizaje que se haya obtenido.

En razón de lo anterior, abordar esta temática de los valores, con la población de estudiantes de primaria, ayudará a fortalecerlos, así como potencializar habilidades, que se desarrollen adecuadamente en las distintas áreas de su vida, y asimismo, este tema nos permite crear una relación con los derechos humanos, ya que al tener mayor conciencia emocional, y al reconocer que todas las personas tienen distintas características, habilidades o aptitudes, se velará por no violentar sus derechos, sino que se dé un interés por el bienestar propio, así como de la colectividad. Por lo cual se considera de suma importancia abordar con los y las estudiantes el fortalecimiento de dichos valores, para fomentar una educación para la paz, donde se respeten las individualidades y características, pensamiento e ideologías que posee cada uno o una, con la finalidad de propiciar un ambiente libre de violencia o conflictos.



## MARCO CONCEPTUAL

Con respecto a los derechos humanos, la Asamblea General de las Naciones Unidas, citada por la Comisión Nacional de los Derechos Humanos (2016) mencionan que “todos los derechos humanos y libertades fundamentales están interrelacionados y son indivisibles, que se han caracterizado como los principios de interdependencia e indivisibilidad” (p. 5).

Asimismo, en la Declaración de los Derechos Humanos (1948), en el artículo 1, se menciona que “Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros.” (párr. 7), esto, relacionándolo con los valores, implica que las personas deben de respetar las diferencias; también, que se debe respetar y reconocer que todas las personas son iguales en dignidad, y se debe procurar establecer un ambiente armonioso y de adecuada convivencia con las demás personas. Los valores en este aspecto son importantes, ya que le brindan a las personas la oportunidad y habilidad para establecer relaciones interpersonales adecuadas, y relacionándolos con la población serán las bases para que en situaciones futuras tengan la capacidad de enfrentarse a diversas situaciones.

Según Reardon (1995; 1997; 2010) citado por Pascual (2013) “los derechos humanos nos proveen de una ética social, espiritual y moral, ya que constituyen herramientas primarias para detectar manifestaciones de injusticia e impu-

nidad y violaciones a la dignidad humana.” (Pp. 2-3), esto es importante ya que al abordar dicha temática con niños y niñas es posible fomentar en ellos que sean personas que generen cambios importantes en el nivel social, al luchar contra las desigualdades sociales así las como de oportunidades.

La Asamblea General (2012), en el artículo 3 establece que:

La educación y la formación en materia de derechos humanos conciernen a todos los sectores de la sociedad, a todos los niveles de la enseñanza, incluidas la educación preescolar, primaria, secundaria y superior, teniendo en cuenta la libertad académica donde corresponda, y a todas las formas de educación, formación y aprendizaje, ya sea en el ámbito escolar, extraescolar o no escolar, tanto en el sector público como en el privado. (p. 3)

Por lo cual es importante retomar dicho tema con la población de la escuela, esto con la finalidad que haya un mayor conocimiento tanto de los derechos humanos así como de los valores que influyen significativamente en el cumplimiento de dichas garantías.

Castro, León y Morales (2011), (citando a Craig, 2001) mencionan que:

el desarrollo humano es un proceso complejo y rico, lleno de interrogantes y retos, el cual involucra lo biológico y lo sociocultural y también lo mental y lo emocional. Es un proceso que se inicia en la concepción y se



da por toda la vida en el cual cada persona se constituye en un individuo con una experiencia única dependiendo del contexto, la familia, su propia historia y sus circunstancias. (p. 15).

Es decir, a través de dichas configuraciones, el individuo adquiere criterios que lo orientan hacia la elección de lo que es bueno o correcto; a partir de esto, surgen los valores humanos, los cuales guían a la persona hacia la transformación social y su realización.

Asimismo, los valores abarcan un proceso en la vida de cada ser humano, ya que estos son el reflejo del desarrollo que ha obtenido a lo largo de la vida mediante las diferentes experiencias. Por lo tanto, los valores respetan la dignidad humana, al aceptar a la persona como el supremo valor entre todas las realidades, lo que valida su importancia. Según lo menciona la Corte Interamericana de Derechos Humanos (2012) (p. 40). "Toda persona tiene derecho al respeto de su honra y al reconocimiento de su dignidad" esto propicia una convivencia armónica entre la sociedad ya que se garantiza a las personas una vida digna.

Para Gutiérrez (2001) citado por Castro, León y Morales (2011) "los valores son objetivos, están presentes en las cosas, la persona los selecciona o elige y los introyecta para complementarse a sí mismo la persona tiene la facultad para crear su cultura lo que permite el disfrute de nuevos valores creados por el mismo" (p. 19). Ante esto, existe la necesidad de interrelación entre la actividad y los intereses del propio individuo

con la actividad e intereses de grupos sociales, es aquí donde surgen las normas y relaciones morales en función de la necesidad social.

Por consiguiente, así como lo mencionan Castro, León y Morales (2011):

Si se logra que los valores estén arraigados en las personas y se manifiestan a través de sus conductas, será más fácil que se arraiguen en las familias, en los centros educativos y en la sociedad en general. Así los niños y niñas que durante este proceso han sido debidamente atendidos y estimulados, irán estructurando una adecuada personalidad y a la vez logran los niveles de aprendizaje deseados para hacer frente a los retos que se les presentan en las etapas siguientes. (p.15)

El hecho de fomentar los valores entre los miembros de una familia es una manera de contribuir a los derechos humanos, esto debido a que los valores constituyen un puente en el que se realicen los derechos humanos.

Los valores tienen una serie de características a saber:

Son estables o permanentes como creencia, lo cual no significa que los valores sean absolutos, pueden ir variando de acuerdo a los cambios sociales y culturales. Asimismo, no sólo expresan su significado por ellos mismos, también lo hacen formando parte de un sistema jerarquizado en donde el contenido valoral adquiere una posición relativa; no tienen existencia individual o



aislada sino que se manifiestan a través de sistemas, ideales compartidos por determinado grupo y no permanecen en un ámbito meramente abstracto, se manifiestan en juicios, evaluaciones, elecciones y comportamientos. (Defensoría del Pueblo (s. f.), p. 2).

Los valores que se abordan en el trabajo son refieren al respeto, la amistad, la honestidad, la solidaridad. De acuerdo con Obando (2017) estos se refieren a:

- **Respeto:** es un valor moral que consiste en respetar la integridad de las demás personas, respetar sus características físicas, su forma de pensar, entre otras, este valor es fundamental para la interacción social favoreciendo de esta forma la tolerancia, el cual es otro valor, por ejemplo: existe la posibilidad de pensar distinto a otra persona y no estar de acuerdo con su opinión pero toleramos lo que expresa y la respetamos.
- **Amistad:** es una forma de establecer relaciones interpersonales con los demás mediante otros valores como la tolerancia, solidaridad, la honestidad, entre otros necesarios para que relación perdure por mucho tiempo.
- **Honestidad:** es un valor que caracteriza la esencia de justicia y dignidad de una persona que busca la verdad.
- **Solidaridad:** es un valor moral que se identifica cuando una persona ayuda a otra sin esperar nada a cambio, con el objetivo

de brindarle el apoyo y colaboración necesaria en los momentos que requiere de una persona “solidaria” para sobreponerse ante las situaciones que enfrenta en un determinado momento.

## OBJETIVOS

### Objetivo general

Que los y las estudiantes fortalezcan el desarrollo de los valores respeto y amistad desde el contexto educativo para la construcción de un ambiente de paz en el aula.



## ACTIVIDADES

### Descripción de las estrategias

#### Encuadre

Al iniciar se realizará una presentación de las facilitadoras, se establecerán las normas de convivencia dentro del taller, y posteriormente se realizará la actividad rompe hielo.



### Tengo en mis brazos (rompe hielo)

#### Descripción:

Los y las niñas deben pensar en alguna película que sea su favorita por ejemplo "Bambi" y mencionarán el nombre de algún personaje, cuando hayan pensado en la película dirán el nombre, posteriormente dirán su nombre "y tengo a Bambi en los brazos", ejemplo, "Soy Ana y tengo a Bambi en los brazos".

Todos y todas tendrán que adivinar de qué película es el personaje.

**Materiales:** una bola

**Fuente:** basado en Zuñiga, (2010)



### El rey de los elementos

Se formará un círculo con todos los participantes, la persona facilitadora tendrá una pelota y se la pasará a cualquiera, cuando la tire deberá mencionar un elemento (aire-agua o tierra) el que atrape la pelota deberá mencionar un animal que pertenezca al elemento que mencionaron, por ejemplo (agua: tiburón) y pasársela a otro diciendo un elemento antes que la atrape el otro participante, no se vale repetir animales y debe responderse rápido.

**Materiales:** una bola

**Fuente:** basado en Zuñiga, 2010



### Construyendo juntos

**Objetivo:** Que los y las estudiantes promuevan el valor del respeto.

#### Descripción:

Todos los y las estudiantes se sentarán en el piso formando un círculo, posteriormente se les preguntará ¿Qué son los valores? ¿Cuáles valores conocen?, además se les mencionará la importancia de los valores y se les indicará que se estará hablando de un valor que es el respeto, y se les solicitará que mencionen algunas ideas con las cuales ellos y ellas definen el concepto de respeto. Luego, basándose en las ideas que mencionan los estudiantes, la



facilitadora mencionará la importancia de este valor, así mismo se les solicitará que mencionen en qué situación consideran que es importante ejercer este valor y con qué personas consideran que se debe de dar.

También se les pedirá que hablen de situaciones dentro del aula donde ellos aplican este valor.

Se pueden comentar diferentes situaciones de la cotidianidad de manera que les permita reflexionar acerca de ellas.

**Materiales:** papel periódico, marcadores

**Fuente:** creación propia



## Ensalada de frutas

**Objetivo:** Crear un ambiente de confianza y establecer con ello, grupos de trabajo.

### Descripción:

Se formará un círculo, en donde la facilitadora se pondrá en el centro de este y les dirá a los participantes cómo se hace una ensalada, cantando y haciendo los movimientos que corresponden con cada acción:

Primeramente se lavan los ingredientes, después se rayan, después se pican, se bate la ensalada y se come la ensalada; a lo cual los participantes deberán seguir la canción realizando los movimientos que la facilitadora les demostró. Se re-

pite varias veces la canción, y finalmente, se les dice que formen grupos de dos, tres o cuatro.

**Fuente:** elaboración propia



## Cuento de valores

**Objetivo:** Que los y las estudiantes promuevan el valor de la amistad.

### Descripción:

Se hacen grupos y se les indica que juntos deben realizar un cuento donde representan el valor de la amistad, además deben incluir aspectos que aprendieron durante el taller y de los que se habló en la actividad anterior. Al finalizar cada grupo presentará su dibujo a los demás. Después la facilitadora maneja una reflexión sobre "lo que yo puedo hacer hoy, para comenzar a ser un buen amigo". La facilitadora guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

**Materiales:** papel periódico – marcadores

**Fuente:** técnica adaptada Dinámicas y técnicas didácticas. Autor desconocido. Recuperado de Dinámicas y técnicas didácticas (2008).

### Cierre

Las facilitadoras llevarán a cabo una síntesis de lo trabajado durante el taller y les entregarán un separador de libros con mensajes positivos junto con un chocolate.



## REFERENCIAS

- Asamblea General de las Naciones Unidas. (2012). Resolución aprobada por la Asamblea General el 19 de diciembre de 2011 .66/137. *Declaración de las Naciones Unidas sobre educación y formación en materia de derechos humanos*. Recuperado de [http://www2.ohchr.org/english/bodies/hrcouncil/docs/A.66.53\\_sp.doc](http://www2.ohchr.org/english/bodies/hrcouncil/docs/A.66.53_sp.doc)
- Comisión Nacional de los Derechos Humanos. (2016). *Los principios de universalidad, interdependencia, indivisibilidad y progresividad de los derechos humanos*. Ciudad de México. Recuperado de <http://www.cndh.org.mx/sites/all/doc/cartillas/2015-2016/34-Principios-universalidad.pdf>
- Corte Interamericana de Derechos Humanos. (2012). *Documentos básicos en materia de derechos humanos en el sistema interamericano*. San José, Costa Rica.
- Defensoría del Pueblo. (s. f.). *Los valores como fundamento de los Derechos Humanos*. Adjuntoría de Promoción y Análisis. Unidad de Educación en Derechos Humanos. Recuperado de <https://mail.google.com/mail/u/0/#inbox/15f0ed1ee2465526?projector=1>
- Dinámicas y técnicas didácticas. (27 de julio de 2008). *Amistad*. [Entrada de blog]. Recuperado de: <http://dinamicas-rosy.blogspot.com/2008/07/amistad.html>
- Fisas, V. (2011). *Educar para una cultura de paz*. Escola de cultura de pau. Recuperado de [http://escolapau.uab.es/img/qcp/educar\\_cultura\\_paz.pdf](http://escolapau.uab.es/img/qcp/educar_cultura_paz.pdf)
- León, A., Morales, M., y Castro, M. (2011). *Construcción de valores*. Guía para los y las docentes.
- Obando, M. (2017). *Tipos de valores*. Heredia, Costa Rica.
- Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Resolución 217 A (III) de la Organización de las Naciones Unidas, París, Francia, 10 de diciembre de 1948.
- Pascual, A. (2013). *Educación en y para los derechos humanos y la paz: Principios y prácticas medulares*. Paraíba, Brasil: Editora Universitária da Universidade Federal da Paraíba (UFPB).
- Zúñiga, M. (2010). *10 Excelentes dinámicas para romper el hielo y conocerse*. Recuperado de: <http://www.elmejorcompartir.com/2010/05/10-excelentes-dinamicas-para-romper-el.html>



# TRABAJO EN EQUIPO PARA UNA MEJOR CONVIVENCIA

ADRIANA BERROCAL S. • YOSELYN ARCE FERNÁNDEZ • ERICK GONZÁLEZ VARGAS

## JUSTIFICACIÓN

Es importante reconocer que los niños y las niñas desde temprana edad son enseñados a trabajar de forma individual y ser competentes, aunado a lo interior, su derecho a la convivencia con otros niños se ve impregnado por el poco trabajo en equipo que las instituciones, padres de familia y docentes realizan.

Es necesario considerar que el grupo primario, por excelencia, de los infantes es la familia, sin embargo, en muchas ocasiones es esta misma la encargada de enseñar a los niños a tener una socialización limitada. Consecuentemente, esos niños y niñas presentan sentimientos de rechazo y de frustración al tener que buscar formas para trabajar en equipo, debido a que son prácticas nuevas para muchos de ellos.

No obstante, el tema preocupante es la individualidad que se hace presente con más fuerza, especialmente en la educación infantil; hoy en día, se les enseña a las niñas y niños que si no se gana en cualquier ámbito se convierten directamente en “perdedores”, por esta razón, cuando

los niños trabajan en equipo y no ganan, se hace más clara su frustración y enojo. Por lo tanto, es importante trabajar el tema de la convivencia a través del trabajo en equipo, especialmente en la educación infantil, para que cuando se establezcan métodos participativos y grupales, los niños no reproduzcan un deseo de ganar, por el contrario, sientan la necesidad y la empatía que logra la convivencia y el trabajo en equipo.

## MARCO CONCEPTUAL

La Organización de las Naciones Unidas proclama en el preámbulo de la Declaración Universal de Derechos Humanos (1948) que esta es un:

(...) ideal común por el que todos los pueblos y naciones deben esforzarse, a fin de que tanto los individuos como las instituciones, inspirándose constantemente en ella, promuevan, mediante la enseñanza y la educación, el respeto a estos derechos y libertades (...). (párr. 8).



Por lo tanto, los Estados parte deben, hacer cumplir cada uno de los treinta artículos de la Declaración; para promover la igualdad, y el respeto entre las personas y hacer valer cada uno de los derechos universales. Por consiguiente, tomaremos como referencia el artículo 1 de dicha Declaración: "Todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos y, dotados como están de razón y conciencia, deben comportarse fraternalmente los unos con los otros". Hacemos énfasis, en la importancia de este artículo ya que para efectos de esta propuesta tomaremos la última línea como referencia "deben comportarse fraternalmente los unos con los otros", ya que este es primordial para el trabajo en equipo.

Es fundamental, para trabajar con la niñez el tema de trabajo en equipo, el concepto de respeto a través del juego, muchas son las autoras y autores que han investigado sobre la importancia del juego cooperativo para fomentar la unión de grupos, la eliminación de la competencia, la violencia y comentarios, de acuerdo con Garairgordobil (2002), citado por Velázquez (2004) "Los juegos cooperativos pueden definirse como aquellos en que los jugadores dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar objetivos comunes" (p. 25), esto claramente implica el trabajo en equipo cuya base es el respeto.

Según Orlick, Brown, Omeñaca y Ruiz (1992), citados por Velázquez (2004), estos juegos son "una actividad liberadora" y establecen que son varias las características liberadoras que promueven la utilización de los juegos cooperativos como lo son: la liberación de la competición, de

la eliminación, de la agresión, liberación para crear, libera la posibilidad de elegir, y libera de la agresión.

De igual forma, Guitart (1990), citado por Velázquez (2004), habla de la importancia de los juegos no competitivos por múltiples razones, se eliminan las actitudes agresivas, se fomenta la asertividad, se eliminan los sentimientos de baja autoestima, se premia el trabajo en equipo y no el individualismo.

Mientras que Oliveras (1998), citado por Velázquez (2004), describe a los juegos cooperativos como potenciadores del desarrollo de capacidades tales como aquellas necesarias para poder resolver problemas y caracteriza lo siguiente:

- La empatía o sensibilidad necesaria para reconocer cómo está el otro, sus preocupaciones, sus expectativas, sus necesidades, sus posibilidades, su realidad, etcétera.
- La sensibilidad necesaria para aprender a convivir con las diferencias de los demás.
- Las capacidades necesarias para poder expresar sentimientos, emociones, conocimientos, experiencias, afectos, preocupaciones... (p. 25)

### Trabajo en equipo:

Según nuestra perspectiva, el trabajo en equipo se entiende como acciones entre dos personas o más que se realizan en la búsqueda de un objetivo. No obstante, el trabajo en equipo para Benjamín Viel (2004) se entiende como



“un método de trabajo colectivo ‘coordinado’ en el que los y las participantes intercambian sus experiencias, respetan sus roles y funciones, para lograr objetivos comunes al realizar una tarea conjunta” (p. 1). En otras palabras consiste en colaborar organizadamente para obtener un objetivo común.

Cada miembro del equipo tiene personalidad, habilidades, conocimientos y experiencias específicas que aportar, esto nos lleva a entender las interdependencias que se forman entre los miembros con el fin de sacar el máximo provecho de ellas. Al no aportar y complementar estas actitudes y posiciones que cada una y uno posee así como no tomar en cuenta la del resto estaríamos trabajando “individualmente en compañía” (Cardona y Wilkinson, 2006).

El trabajo en equipo se basa en el compromiso, complementariedad, coordinación, comunicación efectiva y confianza. Es una tarea que se realiza en conjunto por lo tanto se debe tomar en cuenta esos aspectos, así mismo, la tolerancia y el respeto son parte fundamental para que exista una buena relación y comprensión de las ideas o propuestas que se manejan.

No es sencillo trabajar en equipo, a todas las personas les cuesta adaptarse a otras personalidades y circunstancias, por lo que es necesario adoptar actitudes diferentes para dar paso a este proceso, según Cardona y Wilkinson (2006), algunas de las actitudes que se deben adoptar son:

- **Actitud de escucha:** adoptar una actitud de escucha receptiva y activa para poder entender el punto de vista de los demás y promover el diálogo.
- **Actitud de colaboración:** estar dispuestos o dispuestas a poner las manos a la obra para llegar a la meta en común, compartir los éxitos y los fracasos. Va ligada también al respeto a las personas, su tiempo, sus necesidades y las decisiones que se toman en el equipo.
- **Actitud de optimismo:** Esta es necesaria para complementarse con el resto de los miembros, ver el lado positivo para lograr obtener un aprendizaje de las situaciones que se presenten y poder afrontarlas entre todos y todas de la mejor manera.

## Comunicación

El tema de la comunicación es muy importante para el trabajo en equipo, según Duarte (2003), citado por Brönstrup, Godoi y Ribeiro (2007), la comunicación se refiere a:

...el sentimiento de compartir es lo que define la comunicación, es construir con el otro un entendimiento común sobre algo. Es el fenómeno perceptivo en el cual dos conciencias comparten en la frontera. El entendimiento común no quiere decir concordancia total con los enunciados envueltos en el intercambio. El entendimiento puede ser la conclusión de las conciencias que discrepan de los enunciados una de otra. El lenguaje despunta, entonces, como



objeto cultural de percepción del otro. El lenguaje se convierte en el plano en el cual la zona de encuentro puede ser diseñada mediante el diálogo. (p. 29)

Para el trabajo en equipo es muy valiosa la comunicación, ya que, sin ella no se lograría establecer objetivos, reglas y demás situaciones como la información que se comparte y la escucha.

Entre los conceptos claves para entender este trabajo, destaca la asertividad que permite establecer una comunicación más directa, donde se expresan las ideas de forma adecuada. Para Horta, López y Pérez (s. f.) la asertividad se refiere a una expresión adecuada, libre de ansiedad en una relación interpersonal. En el trabajo en equipo, entre más acertadas sean las personas, más claridad habrá en las acciones que se tomen.

## OBJETIVOS

### Objetivo general

Fomentar el trabajo en equipo entre las y los estudiantes para mejorar la convivencia.

### Objetivos específicos



Generar un proceso de comunicación asertiva para el mejoramiento del trabajo en equipo.



Promover de manera estratégica la solidaridad para fomentar el trabajo en equipo.



## ACTIVIDADES

Se ha planteado trabajar con una serie de actividades dinámicas, en las cuales las y los participantes puedan expresar las diferentes emociones que podrían sentir a lo largo del taller, asimismo que se dé un aprendizaje por medio de la práctica y análisis pero con herramientas teóricas en temas que lo ameriten, dejando de lado, hasta donde sea posible, el uso de cuadernos y materiales que se asemejen a una clase tradicional estructurada.



### Canción era una sandía

Esta actividad sirve para romper el hielo y de presentación.

Se realiza un círculo entre todas y todos los participantes, el facilitador o facilitadora va a ser parte del círculo y canta la canción, de manera que los y las participantes repiten:

Era una sandía grande grande, grande, grande.

Que quería ser la más bella del mundo.

Y para el mundo conquistar.

Boing boing aprendió a saltar (se salta mientras se dice boing boing) (participantes repiten y se continúa).

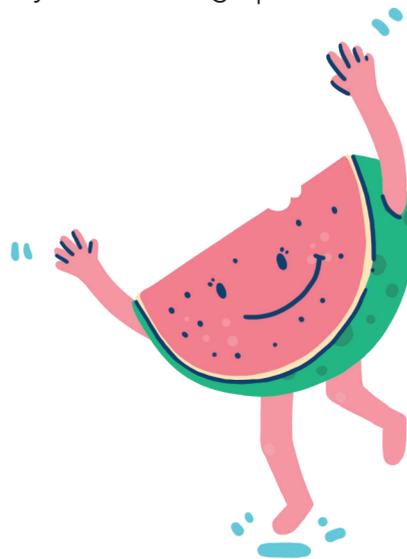
Se repite y se van agregando más sonidos con acciones, como correr, bañarse, abrazar, llorar, reír, entre otras.

Esta actividad se realizará con el fin de generar un espacio participativo, activo y divertido en el que se tomen en cuenta acciones y sentimientos que pueden hacer a la sandía crecer y ser bella a su manera.

Cada niño o niña puede decir una acción o sentimiento con sonido para que sea más interactivo cuando la actividad ya está clara.

Al finalizar la canción y haber entrado en un espacio más ameno cada uno dirá su nombre.

**Fuente:** basada en canción común en campamentos y actividades grupales



2

## Comunicación y acción:

Se forma un círculo entre todos y todas las participantes, van a permanecer tomados de la mano y hacer lo contrario a lo que se les dice, todos y todas al mismo tiempo de la mano.

**Ejemplo:** Se les dice derecha, deberán decir izquierda pero ir hacia la derecha.

Esta actividad sirve para promover la escucha activa, comunicación y acción.

Después se realizará una reflexión sobre lo importante que es comunicarse con claridad así como tener una buena escucha activa.

**Fuente:** elaboración propia a partir de un juego aprendido en clase

3

## Voy- venga

Los y las participantes estarán de pie formando un círculo. El juego consiste en pedirle el campo a otra persona del círculo y solo si esta dice que sí, la persona que pidió el campo lo puede tomar, de lo contrario deberá preguntarle a alguien más. La persona que le respondió de manera afirmativa (cedió el lugar), debe preguntar inmediatamente a otra que está en el círculo si puede ir, si le responde que sí, se dirige hacia el campo que le cedieron, si responde que no esta debe preguntarle a alguien más, y así sucesivamente.

Solo se podrá pedir el campo con gestos y la palabra puedo y la persona que responde debe decir sí o no, luego se hará lo mismo pero sin usar la voz, aumentando la dificultad para comunicarse y poder comprender el deseo de ceder o no el campo.

Esta actividad permite promover el respeto y la comunicación.

En la reflexión se les preguntará como se sintieron y se puede dialogar acerca de lo importante que es el respeto entre las personas y más en el salón de clase, cómo logramos comunicar nuestros deseos y que la otra persona respete lo que no queremos o queremos

**Fuente:** elaboración propia a partir de haberla realizado en un curso

4

## Carrera de barcos

Se harán dos equipos, a cada participante se le dará una hoja de papel periódico. Habrá un objeto que es la isla y deben llegar hasta esta, no podrán caminar arrastrando la hoja de papel, deberán usar una estrategia, trabajar como equipo y comunicarse para lograr el objetivo que es llegar a la isla.

En la reflexión se explicará cómo es más fácil cumplir con los objetivos trabajando como equipo y comunicándose de una manera asertiva, en la que se respeten los derechos de todas y todos.



Esta actividad sirve para promover trabajo en equipo.

### **Materiales:**

Hojas de papel periódico y un objeto que sea la isla

**Fuente:** basado en una actividad realizada en un grupo



## Aprender jugando

Se le entregará a cada participante un palillo de dientes y un globo el cual deben inflar, ponerle nombre, si lo desean hacerle un dibujo o cara.

Estando las y los participantes de pie quien facilita les dirá que cada persona tiene un palillo de dientes y puede estallar el globo de cualquiera, deben mantener por uno o dos minutos el globo inflado mientras caminan por la clase.

Al pasar el minuto se les pedirá que regresen a sus lugares y que nos cuenten que sintieron los que estallaron globos y luego cómo se sintieron a los que les reventaron el globo.

Se les preguntará si crearon equipos para evitar que su globo fuera reventado, ¿por qué no formaron equipos?, ¿qué hubiera pasado si formaran equipos?, ¿fuimos asertivos al buscar reventar el globo de otra persona? ¿Intentamos negociar con esa persona para que no nos reventara el globo?, ¿nos apoyamos entre los y

las participantes, cuando a alguien se lo iban a reventar?

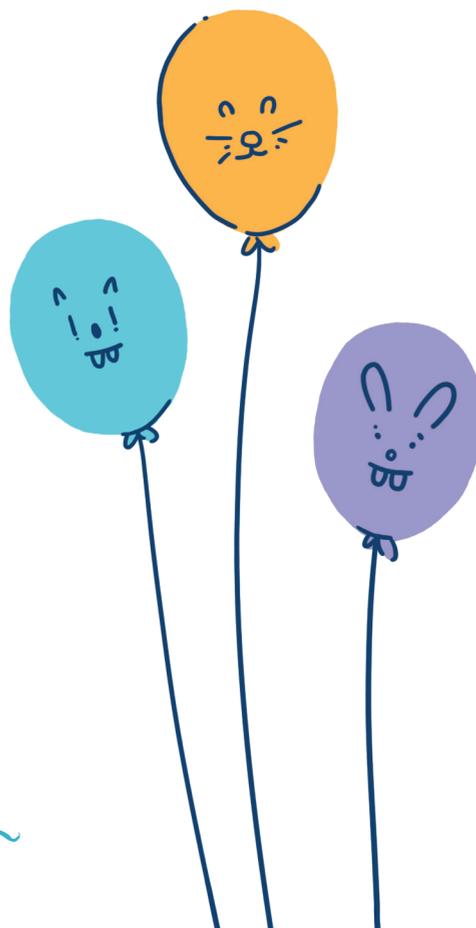
### **Materiales:**

- Globos, palillos de dientes y pilots

**Fuente:** elaboración propia

### **Cierre**

En un círculo se irá pasando un dulce mientras cada uno y una menciona que les gustó del taller o que les pareció, finalmente se les agradecerá por la participación en el mismo.



## REFERENCIAS

- Aguilar, M., Ander-Egg, E. (2001). *Trabajo en equipo*. México D. F. Editorial Progreso. Extraído de: <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=3X9ap9zweMAC&oi=fnd&pg=PA11&dq=importancia+del+trabajo+en+equipo&ots=dLAGjO9Agt&sig=LOvAA4uD6Liq9Qe584EX0J4oF4Y#v=onepage&q=importancia%20del%20trabajo%20en%20equipo&f=false>
- Brönstrup, C., Godoi, E., Ribeiro, A. (2007). *Signo y pensamiento*. Pontificia Universidad Javeriana Colombia. Extraído de: <http://www.redalyc.org/pdf/860/86005104.pdf>
- Cardona, P., Wilkinsom, H. (2006). Trabajo en equipo. *Occasional Paper OP n°07/10*. IESE Business School, Universidad de Navarra. Recuperado de: <http://www.hacienda.go.cr/cifh/sidovih/spaw2/uploads/images/file/Trabajo%20en%20equipo%202.pdf>
- CICAP. (2015). *Comunicación asertiva: expresarse para crecer*. Extraído de: <http://www.cicap.ucr.ac.cr/web/comunicacion-asertiva-expresarse-para-crecer/>
- Jara, S. (s. f.) *Trabajo en equipo*. Departamento de Psiquiatría y salud mental. Universidad de Chile.
- Horta M., López B., Pérez, M., Torres, M. (s. f.). Extraído de <http://www.cubaeduca.cu/medias/pdf/asertividad.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Resolución 217 A (III) de la Organización de las Naciones Unidas, París, Francia, 10 de diciembre de 1948.
- Ortego, M., López, S., Álvarez, M. (2011). *Los conflictos*. En: Ciencias Psicosociales I. OCW Universidad de Cantabria.
- Pérez, D. (2015). La educación en valores y práctica de AF en colectivos en situación de desigualdad. *E-Motion*. Revista de Educación, Motricidad e Investigación. N.º 4, (2015). Universidad de Huelva. Extraído de: <http://www.uhu.es/publicaciones/ojs/index.php/e-moti-on/article/view/2726/2504>
- Pérez, E. (1998). Juegos Cooperativos: juegos para el encuentro. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 3(9). Buenos Aires. Extraído de: <http://www.efdeportes.com/efd9/jue9.htm>
- Velázquez, C. (2004). *Las actividades físicas cooperativas. Una propuesta para la formación en valores a través de la educación física en las escuelas de educación básica*. México, Secretaría de Educación Pública. Recuperado: [http://edufisrd.weebly.com/uploads/1/2/1/6/12167778/32\\_juegos-y-deportes-cooperativos-carlos-velzquez-callado.pdf](http://edufisrd.weebly.com/uploads/1/2/1/6/12167778/32_juegos-y-deportes-cooperativos-carlos-velzquez-callado.pdf)



# RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS POR MEDIO DE LA NEGOCIACIÓN EN UNA CULTURA DE PAZ

KARINA CHIN WO CAMACHO • ALLAN MURILLO ESTRADA • JOSÉ E. PEREIRA UMAÑA

## JUSTIFICACIÓN

El siguiente trabajo es basado en una propuesta para la resolución de conflictos que se presentan en la vida cotidiana de cada persona. Para comprender de mejor manera el tema se explica el concepto de conflicto como algo positivo en la educación para la paz, principio fundamental para poder lograr un ambiente de convivencia sana, además se mencionan temas relevantes para mantener un ambiente pacífico.

Como seres humanos diversos, parte de nuestra naturaleza es el hecho de que todos tenemos diferentes maneras de pensar ante cualquier circunstancia que se presente. Esta variedad, dependiendo del punto de vista con el que se aborde es algo positivo, sin embargo, si lo vemos desde el enfoque de la interacción humana a veces va a traer a colación el conflicto. Como mencionó Mondéjar (2014), el conflicto es parte de nuestra naturaleza humana esto debido a que

La existencia de conflictos es prácticamente consustancial a cualquier actividad humana. La existencia de relaciones entre

partes hace que de una manera u otra surjan problemas que sea necesario solucionar. Los conflictos surgen habitualmente en el ámbito de las relaciones contractuales entre las partes. No es infrecuente que una de las partes, o todas, incumpla los deberes que se había impuesto y que le había impuesto la otra parte por diversas razones. (p. 291)

En este punto en particular radica la importancia del conflicto, mediante el mismo, las personas han podido avanzar hacia mejores situaciones y ha dado la oportunidad de una transformación social. Claro está para que los resultados de esto sean positivos es necesario que se aborden de la mejor manera, analizándolos y enfrentándolos de una manera constructiva y no violenta.

Acá entra en escena la resolución de conflictos, este tema ha sido de gran ayuda en la interacción de las personas, si bien como vimos es inevitable que se den conflictos entre las personas, si el conflicto se trata mediante un proceso,



es posible disminuir dicho problema al punto de incluso transformar la situación en algo positivo. Precisamente para lograr esto se cuentan con diferentes técnicas para abordar la situación, una de las cuales ayuda en gran manera, la negociación. La negociación es el proceso de diálogo que conduce a un acuerdo mutuamente aceptado, lo cual es el objetivo principal a la hora de tratar un problema. Tal como menciona Cascón (2006a) "en este apartado el tema más importante es desarrollar procesos educativos que fomenten la creatividad y la imaginación a la hora de buscar soluciones, y que éstas consigan satisfacer las necesidades o intereses de ambas partes" (Cascón, 2006a, p. 22).

En el nivel escolar es urgente fomentar en los y las estudiantes la capacidad de resolver conflictos por medio de la negociación para que ellos puedan encontrar la mejor solución y así evitar el uso de la violencia. Al mismo tiempo, es importante que los estudiantes reflexionen acerca de la importancia de defender sus derechos y respetar las opiniones y derechos de los demás, con el objetivo de favorecer la construcción de una sociedad en paz.

Para poder desarrollar una cultura de paz es necesario que se den las herramientas o métodos necesarios para la resolución de conflictos, en este caso, la negociación es un tema central para trabajar con los niños, con el fin que durante sus diferentes etapas puedan hacer uso de esta.

## MARCO CONCEPTUAL

En la sociedad actual una de las maneras más habituales de resolver los conflictos es la violencia y la imposición, lo que ha provocado una sociedad violenta y en permanente amenaza. Sin embargo, existe una mejor manera para solucionar conflictos y poder llegar a la meta de una sociedad en paz. A continuación, se hablará brevemente lo que significa "educar para una cultura de paz". Según Fisas (2005),

Educar para una cultura de paz significa educar para la crítica y la responsabilidad, para la comprensión y el manejo positivo de los conflictos, así como potenciar los valores del diálogo y el intercambio y revalorizar la práctica del cuidado y de la ternura, todo ello como una educación pro-social que ayude a superar las dinámicas destructivas y a enfrentarse a las injusticias. (p. 1)

Para entender mejor cómo llegar a la meta de una cultura de paz, es necesario entender el conflicto y diferenciar su concepto con el de violencia.

En las relaciones sociales existe la idea de ver el conflicto como algo negativo y, por tanto, algo a eludir; no obstante, en la educación para una cultura de paz se considera el conflicto como algo positivo, por ejemplo:

- El conflicto permite que la sociedad pueda avanzar hacia modelos mejores, se



considera el conflicto como la principal palanca de transformación social.

- Se considera el conflicto como una oportunidad para aprender. Como el conflicto es algo connatural a las relaciones humanas, si en lugar de lucharlos, se abordan como una oportunidad para analizarlos y enfrentarlos de una forma no violenta. (Cascón, 2006a)

## Conflicto y violencia

Muchas personas, confunden el concepto de conflicto con el de violencia. Así consideran, que toda expresión de violencia se considera conflicto y la ausencia de esta, se considera una situación sin conflicto e inclusive de paz. Sin embargo, el conflicto se define como "aquella situación de disputa o divergencia en que hay una contraposición de intereses (tangibles), necesidades y/o valores en pugna entre dos o más partes" (Caireta & Barbeito, 2005, p. 23), mientras la violencia se define como "la actitud o el comportamiento que constituye una violación o una privación al ser humano de una cosa que le es esencial como persona (integridad física, psíquica o moral, derechos libertades...)" (Caireta & Barbeito, 2005, p. 8).

Como se puede observar en las definiciones, un conflicto es una disputa de partes por intereses y aquí no significa que estas dos partes tengan que enfrentarse de maneras violentas para resolverlo. Lo que provoca que ambas partes puedan decidir cómo solucionar el conflicto. Sin embargo, en la violencia, si existe un

quebramiento de algún de derecho hacia un ser humano. Lo que significa que una de las partes es agredida. Los roles en cada una de las situaciones son muy diferentes, en el conflicto los roles son intercambiables, mientras que en la violencia son fijos. En el conflicto, las partes tienen la oportunidad de hablar, de crear diálogos. Mientras que la violencia es unilateral, las posturas son rígidas, hay solo monólogos y además existen personas enojadas y víctimas atemorizadas.

Al ver, estas diferencias, el reto que se plantea en la educación para una cultura de paz, es cómo aprender a enfrentar y a resolver conflictos de una manera constructiva, no violenta.

El conflicto al ser un proceso tiene sus fases. La primera fase tiene su origen en las necesidades o intereses. La segunda fase, se da cuando las partes chocan lo que provoca el problema. A continuación, hay dos caminos a tomar, si resolver el conflicto o no, si no se le da una solución, se comienza a dar desconfianza y problemas de comunicaciones, lo que provoca que el conflicto se haga muy grande, y se transforme en una bomba de tiempo, que tarde o temprano estallará. Cuando el conflicto estalla, se le llama crisis. En esta fase, es donde suelen darse manifestaciones de violencia, no obstante, en la educación para una cultura de paz, se fomenta el resolver el conflicto de una manera creativa y no violenta. Pero esto es muy difícil, ya que muchas personas dejan pasar el tiempo y el conflicto se hace inmanejable. Es importante, que las personas aprendan, que no hay que esperar que el conflicto llegue a la fase de crisis para so-



lucionarlo o enfrentarlo. Es necesario que como proceso se interiorice y se reflexione cual es la mejor solución para resolverlo y así actuar en una manera positiva.

### Resolución de conflictos por medio de la negociación

Para resolver conflictos, una de las mejores maneras es la negociación. Según Fuquen (2003), esta es:

(...) el proceso a través del cual los actores o partes involucradas llegan a un acuerdo. Se trata de un modo de resolución pacífica, manejado a través de la comunicación, que facilita el intercambio para satisfacer objetivos sin usar la violencia, lo que propicia a consecuencias positivas. (p. 266)

Negociar es una manera civilizada de resolver conflictos mediante un proceso de búsqueda y formalización de acuerdos en donde ambas partes satisfagan sus intereses. La negociación tiene que basarse en tres puntos principales: "debe conducir a un acuerdo sabio y prudente, debe ser eficiente y debe mejorar o, al menos no dañar la relación existente en ambas partes" (Fisher, Ury, & Patton, 1997, p. 2).

El problema que surge es que cuando ambas partes tiene una discusión, cada uno de los involucrados se establece con más firmeza en sus propias posturas con respecto al conflicto, esto por supuesto que afecta el poder llegar a un acuerdo, por supuesto hay una relación entre la cantidad de partes implicadas en el conflicto y la gravedad del mismo, en otras palabras, en-

tre más personas sean parte del problema, este conflicto va a empeorar.

Existen varios modelos que se pueden tomar en cuenta para realizar una resolución de conflictos mediante la negociación de manera exitosa. En este particular vamos a analizar un método basado en los siguientes pasos: "Gente, intereses, opciones y criterios" (Fisher, Ury, & Patton, 1997 citado por Cascón, 2006b).

#### **a. Separar a la gente del problema**

Una de las primeras cosas a realizar es dividir el conflicto por partes ya que hay que analizar los diferentes aspectos que están inmersos en el conflicto para poder comprenderlo. Como es normal en la sociedad muchas veces no se realiza y provoca que el conflicto se haga muy grande, lo que causa la mayoría de veces que los individuos olviden la causa inicial del problema y se comienzan a atacar personalmente.

El primer aspecto a tomar en cuenta es separar la gente del problema, por lo cual hay que tener en cuenta que "cuando se habla de negociación nos referimos a 'las partes' pero estas no son elementos abstractos sino personas, con emociones, valores y puntos de vistas" (Fisher, Ury, & Patton, 1997, p. 2).

Hay varias cosas que se tienen que tomar en cuenta en ambas partes del conflicto para que se dé una buena negociación, la primera es que se debe tratar al máximo de comprender lo que la otra persona trata de expresar y entender su punto de vista, por supuesto esto no significa estar de acuerdo con lo que exponga.



Otro punto de vital importancia es llegar a entender las emociones, pero desde luego, para que esto se pueda lograr es necesario que estas se expresen y no se repriman ya que “manifestarlas explícitamente ayuda a crear actitudes más proactivas, una vez descargada de emociones reprimidas, la gente está más dispuesta a abordar el problema de una forma racional” (Fisher, Ury, & Patton, 1997, p. 3).

### **b. Enfocarse en los intereses**

En este caso lo importante es que ambas partes recuerden cual es el fin de sus posiciones, en otras palabras, no defender su posición así porque sí, sino más bien adaptar sus posiciones con un interés afín, si ambas partes están dispuestas a alcanzarlos y a cambiar maneras de pensar con el objetivo de alcanzar estos intereses, la negociación se puede dar de buena manera.

Claro está, la parte complicada a este respecto es poder identificar los intereses, para esto es necesario una comunicación abierta y tomar en cuenta que en una negociación puede haber múltiples intereses. Una manera eficaz de exponer los intereses es estableciendo prioridades en los mismos, de esta manera es más sencillo que la otra persona entienda lo que se pide.

### **c. Proponer opciones que beneficien a ambas partes**

Si bien es de gran importancia es una de las partes más complicadas de una negociación, por diferentes razones, generalmente porque las posiciones de ambas partes son completamente distintas y el beneficio de uno afecta al otro, por lo que usualmente cada uno se preocupa de sus propios intereses.

Por ello al llegar a esta etapa algo que es de gran ayuda es crear un ambiente que estimule a buscar soluciones de manera mutua, de esta forma, en este punto el interés común es encontrar una solución beneficiosa para ambos, la cual “Favorezca la creación de nuevas ideas y opciones con técnicas como la del brainstorming” (Fisher, Ury, & Patton, 1997, p. 4).

Las herramientas para enseñar la negociación en los niños, son actividades de juegos de rol, juegos de simulación, juegos de trabajo en equipo, lo que permite que los niños entiendan el conflicto de una manera visual. Esta idea responde al nombre de enfoque socioafectivo, definido como “parte del trabajo de la empatía, el sentimiento de concordancia y correspondencia con el otro, que permite desarrollar seguridad y confianza en uno mismo, así como habilidad comunicativa verbal y no verbal.” (Vidal & Caireta, 2001, p. 1). Lo que significa, que las personas como individuos se sientan parte de un grupo y cada persona viva, sienta, analice describa una



situación que se ha producido. Para poder así aprender en cabeza propia y comprender, casi de manera propia, los problemas de las otras personas. En esta metodología, las partes deben hablar del problema y juntos buscar la solución.

## OBJETIVOS

### Objetivo general

Promover un espacio en el cual los estudiantes tengan la oportunidad de reflexionar acerca de la negociación como medio para la resolución de conflictos.

### Objetivos específicos



Fomentar en los estudiantes el interés de resolver conflictos por medio de la negociación en un ambiente pacífico y tranquilo.



Reflexionar sobre la importancia de solucionar los conflictos sin el uso de la violencia en los distintos espacios escolares mediante el uso de juegos que enseñen la técnica de la negociación.



## ACTIVIDADES



### Caramelo (Rompe hielos)

#### Descripción:

El facilitador se encarga de llevar caramelos (confites) y ofrecerlos a los estudiantes, se les indica que pueden tomar la cantidad que deseen. Como es normal algunos estudiantes tomarán más confites que otros. Cuando ya todos los estudiantes tengan al menos un caramelo, el facilitador procede a tomar unos caramelos y se procede con la actividad. El objetivo del juego es que por cada caramelo que cada niño haya tomado, deben de decir el nombre y una característica que los describa a ellos mismos. Quien inicia la actividad es el facilitador con el fin de comenzar a romper el hielo con los estudiantes.

**Fuente:** basado en Zuñiga, 2010

#### ¿Por qué? y ¿para qué?

Es de gran importancia plantear una actividad para poder romper el hielo entre los estudiantes y crear un vínculo de confianza entre ellos. Conforme los estudiantes se vayan presentando y explicando un poco de su personalidad, será más fácil para todos poder trabajar en una próxima actividad de manera colectiva.

#### Materiales:

- Caramelos

#### Actividades de Presentación



### La telaraña

#### Descripción:

El facilitador a cargo de la actividad solicitará a los estudiantes que formen un círculo, sentados. Los demás facilitadores también se sentarán en círculo con los niños.

El facilitador procede a iniciar la actividad, para ello se dice su nombre y su actividad favorita o *hobby* favorito, después de esto, el facilitador le pedirá a un niño que tome el ovillo de lana, se presente y diga su actividad favorita y al concluir no suelte la punta del ovillo, y este niño debe arrojarlo por el piso o por el aire o acércaselo a otro participante del círculo.

Cuando los participantes se presenten, deberán decir su nombre y pasatiempo favorito. Cuando un participante, sea niño o facilitador, recibe el ovillo, deberá presentarse y repetir la misma acción, siempre sosteniendo la lana y luego arrojándolo hacia otro compañero. La actividad deberá seguir hasta que todos los niños y facilitadores se hayan presentado.

Cuando, todos se hayan presentado, quedará una telaraña de lana. Si la actividad no ha superado los 20 minutos, el facilitador a cargo procede a dar indicaciones para desarmar la telaraña, para ello el último participante, deberá acercarse hasta el compañero que le dio la



lana para que el ovillo no se enrede más y así sucesivamente, hasta que el ovillo vuelva al primer participante. Una de las cosas que se debe hacer antes de regresarla es decir su comida favorita. La actividad termina hasta que el ovillo vuelva a su posición inicial.

**Fuente:** basado en Cadena, (2014)

### ¿Por qué? y ¿para qué?

El objetivo de este juego, es que los estudiantes y los facilitadores conozcan al grupo con el que compartirán, para ir creando un ambiente agradable y de confianza.

Es una dinámica divertida para conocer al grupo, además, que todos los participantes se sentirían unidos al jugar, ya que cada vez que se va pasando la lana, se van haciendo conexiones entre los participantes.

¿Para que realizamos esta actividad? Este juego nos permitiría, crear una reflexión entre los niños, ya que queremos que ellos nos expliquen que se formó al final, si una telaraña, una red. Lo importante es hacerlos pensar, que se creó una red de conexiones personales, y que todas las personas estamos unidas a otras y que debemos ayudarnos para que esa red se mantenga. Podemos, además, realizar preguntas en situaciones de la vida real, como si todos los humanos somos una red, como nos afectaría. Nos permitirá como facilitadores, crear una reflexión.

**Materiales:** Lana



## Canasta revuelta

### Descripción:

Iniciamos el juego pidiéndole a las personas participantes que formen un círculo.

El facilitador explica a los participantes, que en el momento que el coordinador señale a cualquier persona diciéndole “limón”, está persona debe responder el nombre del compañero que está a la derecha. Si se dice “naranja”, debe decir el nombre del que tiene a su izquierda. Si la persona no responde o tarda más de tres segundos en responder, pasa al centro del círculo y el coordinador ocupa su puesto.

Cuando la persona que está en el centro, dice “canasta revuelta”, todos los participantes cambiarán de lugar y el que está en el centro deberá aprovechar esto para ocupar el lugar de alguno de los compañeros y la persona que quede sin lugar, pasará al centro.

**Fuente:** basado en Federación de Enseñanza de CC. OO, (2010)

### ¿Por qué? y ¿para qué?

El objetivo de esta actividad, es reforzar la presentación del grupo. Por lo cual, lo más importante es el conocimiento de los nombres de los participantes, por consiguiente, tanto los facilitadores como los niños aprenderán de una manera dinámica los nombres de los compañeros. Además, permite que los niños vayan perdiendo vergüenza para jugar en el taller.



**Materiales:**

- Sillas o papel periódico

**Sin manos****Actividad de comunicación****Descripción:**

El facilitador, quien está encargado de la actividad, le solicitará a los niños que formen círculos ya sea de cinco o seis personas. La función principal de los otros facilitadores será verificar que los grupos estén formados por la cantidad establecida de estudiantes.

Al estar los grupos conformados, se procederá a entregar un globo a cada grupo, y explicar las instrucciones. El objetivo del juego es desplazarse desde un punto A, hasta un punto B, con el globo en el aire: la única restricción que presenta el juego es que los estudiantes vayan tomados de las manos. Por lo tanto, pueden utilizar cualquier otra parte del cuerpo para mantener el globo en el aire. En el momento que el globo toque el suelo, todo el círculo debe devolverse hasta el punto A, donde iniciaron y volver a iniciar la dinámica.

Al inicio se tornará fácil para los estudiantes, por esa razón, se harán variantes, como por ejemplo limitar a una sola parte del cuerpo para desplazar el globo. Se les brindará a los estudiantes un tiempo aproximado de dos minutos para que puedan ponerse de acuerdo acerca de cuál propuesta es la más apta para la resolución del reto planteado.

**Fuente:** basado en Pointer, (2004)

**¿Por qué? y ¿para qué?**

El objetivo principal de la dinámica es que los estudiantes planteen su propuesta sobre cómo resolver el conflicto. Luego de ello, es normal que se presente una diversidad de opiniones y se podría llegar hasta un cierto debate, el cual debe de ser resuelto mediante la negociación por parte de todo el grupo conformado, para poder elegir la estrategia más adecuada, según la decisión que se tome.

¿Para qué?: Fortalece la capacidad de negociación de los estudiantes entre su grupo, con el fin de buscar la solución más conveniente para poder resolver la meta planteada. Además, se fortalecerá la comunicación del grupo en caso de volver a negociar para resolver otra dinámica.

¿Porque? En situaciones colectivas se presenta la diversidad de opiniones, y con ello, se procede a la negociación para llegar a un acuerdo por el bien colectivo.

**Materiales:**

- Globos





## Soy el único/la única

### Actividad de comunicación

#### Descripción:

Se pide que los estudiantes participantes se coloquen en un círculo sentados. Los facilitadores les piden a los estudiantes que por dos minutos piensen en algo que los hace únicos pero que no lo digan. Luego, ya sea por iniciativa o en su defecto por escogencia, un estudiante a la vez debe decir qué es lo que lo hace único de la siguiente manera "Yo soy el único/la única que..." y luego dice que es lo que lo hace único o única, inmediatamente todos los que también comparten esa característica única deben ponerse de pie y luego sentarse, posteriormente otro estudiante sigue con la misma dinámica.

**Fuente:** Juego aprendido en el curso de Espacios lúdicos para la educación en derechos humanos, IDELA, UNA, 2017

#### El ¿por qué? y ¿para qué?

En este caso se busca que la actividad sirva de introducción al tema del conflicto. Se le explica a los niños como todas las personas son diferentes y que eso es bueno; sin embargo, esto a veces genera conflictos, y se expone cómo estos conflictos, si se manejan bien, pueden llegar a ser algo bueno.

La actividad se va a implementar debido a que muestra de una manera singular las diferencias que existen en todo grupo de personas y cómo estas diferencias pueden enriquecer en una cultura de paz.



## Da la vuelta a la sábana

### Actividad de resolución de conflictos

#### Descripción:

La persona que dirige la actividad, pondrá una sábana en el suelo y pide a todos los integrantes que se coloquen en lo alto de esta. Deben ocupar la mitad del espacio, si no caben se realizará la actividad por subgrupos o el tamaño de la sábana tendrá que ser mayor.

Cuando están colocadas, se les explica que entre todos deben darle la vuelta a la sábana sin que nadie se baje de la misma, ni pisar el suelo.

**Fuente:** basado en Muñoz, (2015)

#### El ¿por qué? y ¿para qué?

Lo que se quiere con esta actividad es, al finalizar la misma, promover un debate en el que se identifique las estrategias que utilizaron y cómo llegaron a la solución, esto supondrá un conflicto, en el cual poniéndose de acuerdo logran solucionarlo con el diálogo y la negociación.

Para ello se le van a estar dando unos minutos a los niños para que en conjunto escojan la decisión que pueda beneficiar a todas las partes, por supuesto para esto es necesario que se produzca una negociación en el grupo, lo que permitirá escoger la solución más factible.



## REFERENCIAS

- Cadena, G. (2014). *Las dinámicas como herramienta pedagógica y su indicencia en la enseñanza*. Obtenido de Universidad Técnica de Babahoyo: <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/49000/1560/1/T-UTB-FCJSE-SECED-ED-BAS-000338.pdf>
- Caireta, M., & Barbeito, C. (2005). *Introducción de conceptos: paz, violencia, conflicto*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona. Obtenido de <https://www.fondodeculturaeconomica.com/PDF/Caja%20de%20herramientas/Introducción%20de%20conceptos.%20Paz,%20violencia%20y%20conflicto.pdf>
- Cascón. (2006a). *Educación en y para el conflicto*. Universitat Autònoma de Barcelona. Catèdra UNESCO sobre Paz y Derechos Humanos. Obtenido de UNESCO: <http://unesdoc.unesco.org/images/0013/001329/132945s.pdf>
- Cascón. (2006b). *Educación en y para el conflicto en los centros*. Obtenido de UNESCO: [http://www.deciencias.net/convivir/1.documentacion/D.convivir.conflicto/Educacion\\_en\\_y\\_para\\_el\\_conflicto\(Cascon-CP\)6p.pdf](http://www.deciencias.net/convivir/1.documentacion/D.convivir.conflicto/Educacion_en_y_para_el_conflicto(Cascon-CP)6p.pdf)
- Cerdas, E. (2017). Juego "soy el único/la única". Curso: Espacios lúdicos para la educación de los derechos humanos. Costa Rica: IDELA, UNA.
- Federación de Enseñanza de CC. OO. (Setiembre de 2010). *Dinámicas de aula en educación infantil*. Obtenido de Feandalucia: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7493.pdf>
- Fisas, V. (2005). *Educación para una cultura de paz*. UNESCO, 1. Obtenido de <http://www.kookay.org/Educacion%20para%20una%20cultura%20de%20paz.pdf>
- Fisher, R., Ury, W., & Patton, B. (1997). *Obtenga el sí: El arte de negociar sin ceder*. Effective Management, 216. Obtenido de [http://arodi.yolasite.com/resources/resumen\\_libro\\_obtenga\\_el\\_s..pdf](http://arodi.yolasite.com/resources/resumen_libro_obtenga_el_s..pdf)
- Fuquen, M. (2003). *Los conflictos y las formas alternativas de resolución*. Tabula Rasa, 265-278. Obtenido de <http://www.redalyc.org/html/396/39600114/>
- Mondéjar, I. (2014). *Resolución de conflictos*. VII Congreso de Economía Austriaca, 291-319. Obtenido de <https://www.juandemariana.org/sites/default/files/investigacion/revista-vii-congreso-cea-2014.pdf#page=295>



- Muñoz, A. (2015). *10 dinámicas de resolución de conflictos* . Obtenido de Lifereder.com: <https://www.lifereder.com/dinamicas-resolucion-conflictos/>
- Pointer, B. (2004). *Actividades motrices: para niños y niñas con necesidades especiales*. Madrid: EFCA. Obtenido de <https://books.google.co.cr/books?id=uFkWJ8pVzwc&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Vidal, C., y Caireta, M. (2001). *Metodología socioafectiva y aprendizaje cooperativo en la educación universitaria*. Obtenido de Escola de cultura de pau: <http://escolapau.uab.cat/img/programas/educacion/publicacion011e.pdf>
- Zuñiga, M. (2010). *10 excelentes dinámicas para romper el hielo y conocerse*. Obtenido de El mejor compartir. com: <http://www.elmejorcompartir.com/2010/05/10-excelentes-dinamicas-para-romper-el.html>



# LA COOPERACIÓN COMO MÉTODO EFECTIVO EN LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS

JESÚS CAMPOS CONEJO • GUILLERMO GONZÁLEZ GÓMEZ • KERRIZ RODRÍGUEZ MANZANARES • MELISSA SÁNCHEZ CHAVARRÍA

## JUSTIFICACIÓN

A partir del 10 de diciembre en el año 1948, la vida cambia para muchas personas, desde esa proclamación de los derechos humanos, la cual tenía como objetivo plantear un ideal en común, los derechos humanos, para todos las naciones que quisieran adoptarla y que además estas debían velar porque se protegieran y cumplieran. Uno de los derechos más importantes que se puede destacar y que es de gran impacto en la sociedad, es el de la paz; se refiere a vivir en armonía con los seres con quienes nos relacionamos, al crear un respeto hacia aquellas personas diferentes en cuanto a creencias religiosas o políticas, nacionalidad, color, raza, sexo, ideología, pensamiento, etc. Sin embargo, qué sucede cuando esta paz se ve afectada por la forma en que se resuelven los conflictos, si esta no está acorde con la paz.

En muchas ocasiones, en los conflictos, las personas creen tener siempre la razón y no admiten otra opinión lo cual genera un problema de gran magnitud, ya que se busca el tener la afir-

mación de todos, situación que lleva a quebrantar las relaciones.

La elección de este tema es debido a lo notorio que son los continuos conflictos que se desarrollan y evidencian a diario tanto entre personas o países ya sea por opinión o por el “poder” como imagen pública, por lo que se considera necesario educar a los niños y niñas en pro de la buena manera de resolución de conflictos. No hay mejor manera que aprender a través de los juegos, y quizá esto no solo vaya dirigido a niños, sino adolescentes, mayores de edad y adultos mayores, pues si bien se tiene la “madurez” para saber lo que es bueno o malo, lo que está bien y lo que no, en muchas ocasiones no se sabe cómo reaccionar ante una disputa.

La realización de los juegos tiene una razón de ser, cada uno tiene un propósito. En este caso, se trata de ayudar a los estudiantes a identificar por qué competir es uno de los malos hábitos que se nos inculcan desde pequeños, el cómo a través de un simple juego se deja en evidencia



que solo mediante de la cooperación se puede llegar al punto de interés mutuo.

La educación para tener una cultura de paz es de suma relevancia, pues se produce un respeto hacia el otro, donde diferencia es solo una palabra y las personas rechazan la violencia en busca de vivir en armonía. Se vive en un mundo competitivo, eso no es nada extraño saberlo, pero cada persona puede hacer el cambio, pues no se trata de ver quién es el más fuerte o quién gana más, no, todo lo contrario, el ayudar, el buscar un bien que no solo beneficie a una persona sino a todo mi grupo es una de las grandes lecciones que se debe aprender.

Por medio de los diferentes juegos que se van a desarrollar en el taller se pretende generar un aprendizaje en la niñez acerca de que la mejor forma y el método más efectivo para resolver los conflictos es a través de la cooperación y la búsqueda del bien en común, que por el contrario, el pensar en uno mismo, limitarse a lo que “yo” pienso y quiero, deja de lado los demás, encontrar “mi” beneficio, solo se prestará para desarrollar altercados.

### MARCO CONCEPTUAL

Es muy usual encontrarse con personas, por las calles, que pregonan sobre la constante violación de los derechos humanos, pero ¿realmente sabemos a qué nos referimos cuando hablamos de “derecho humano”? El Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (2017) los define:

Los derechos humanos son derechos inherentes a todos los seres humanos, sin distinción alguna de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, lengua, o cualquier otra condición. Todos tenemos los mismos derechos humanos, sin discriminación alguna. Estos derechos son interrelacionados, interdependientes e indivisibles. (párr. 1)

Como seres humanos tenemos deberes, pero también derechos que nos proporcionan una vida digna y con libertad, para lo cual las autoridades correspondientes deben hacerse cargo de su cumplimiento y que no surja una violación de ellos. Un claro ejemplo de libertad es lo que cada ciudadano puede hacer en un país o comunidad, cómo se puede expresar ante un tema sin la opresión de saber que puede ser castigado por hacerlo.

A lo anterior se le llama “libertad de expresión”, lo cual significa que:

Toda persona tiene derecho a la libertad de opinión y de expresión; este derecho incluye el de no ser molestado a causa de sus opiniones, el de investigar y recibir informaciones y opiniones, y el de difundirlas, sin limitación de fronteras, por cualquier medio de expresión. (Declaración Universal de Derechos Humanos, 1948, art. 19)

Como individuos tenemos el derecho de expresarnos libremente, de opinar, de hablar, de sentir, de hacer lo que nos guste, creando un entorno de armonía, de estar en un lugar de



tranquilidad, donde nadie recrimine lo que haces, dices o expresas. Es estar en un entorno de paz lo que hace que las personas se sientan bien, a gusto en donde se encuentran sin la necesidad de verse involucrados en conflictos, lo cual a largo plazo conlleva a la violencia.

Pero, ¿qué es la violencia?, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2017) “[...] es el uso intencional de la fuerza física, amenazas contra uno mismo, otra persona, un grupo o una comunidad que tiene como consecuencia o es muy probable que tenga como consecuencia un traumatismo, daños psicológicos, problemas de desarrollo o la muerte” (párr. 1).

Si se quieren evitar los actos de violencia se debe crear una cultura de paz, en la cual las personas puedan convivir en armonía, donde expresarse, independientemente de las diferentes opiniones, creencias u origen, sea respetable y aceptado. Así como lo menciona la UNESCO (2017) la cultura de paz es “un conjunto de valores, actitudes, comportamientos y estilos de vida que rechazan la violencia y previenen los conflictos atacando a sus raíces a través del diálogo y la negociación entre los individuos, los grupos y los estados” (párr. 1).

Cuando se quiere educar para lograr la paz entre los individuos y evitar actos de violencia es necesario lograr una unión grupal, en la cual se trabaje en conjunto, donde exista la ayuda mutua y desinteresada entre los seres humanos, es por eso, que es importante la cooperación para vivir en fraternidad.

Entendemos al “juego” como un elemento socializador por excelencia en las primeras etapas de la vida, mediante el cual transmitimos valores, costumbres, formas de relacionarnos, conocimientos, sentimientos, etc. A través de este el niño o la niña simboliza sus formas de actuar en el futuro. El mundo del juego es el medio natural de los niños y las niñas para el desarrollo personal y el aprendizaje positivo, ya que les es propio de ellos, es activo y muy motivador.

Existen diferentes tipos de juegos en los que se da una participación en equipo para resolver un problema o algún tipo de conflicto, como lo son los juegos cooperativos.

Los juegos cooperativos son aquellos que buscan una colaboración armoniosa entre sus participantes, Pérez (1998), los define como:

[...] Propuestas que buscan disminuir las manifestaciones de agresividad en los juegos promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación y solidaridad. Facilitan el encuentro con los otros y el acercamiento a la naturaleza. Buscan la participación de todos, predominando los objetivos colectivos sobre las metas individuales. Las personas juegan con otros y no contra los otros; juegan para superar desafíos u obstáculos y no para superar a los otros. (párr. 1)

Es decir, los juegos cooperativos pretenden lograr una meta en conjunto en donde con la ayuda de todos se pueda alcanzar un objetivo; cada participante tiene un mismo grado de res-



ponsabilidad si se gana o se pierde. Sin otorgar méritos o críticas a una sola persona, ya que los juegos cooperativos buscan que la participación sea grupal y ayudarse unos a otros, sin recaer en un solo individuo la responsabilidad, asimismo, dejando de lado si se gana o se pierde.

Es mencionado por el autor Velázquez (2004), que dentro de las actividades colectivas cooperativas existen dos tipos:

**Con objetivo cuantificable.** El objetivo, idéntico para todos los participantes, está perfectamente definido y se puede comprobar si se cumple o no. En este tipo de actividades todos ganan o todos pierden, en función de si el grupo alcanza o no el objetivo propuesto.

**Con objetivo no cuantificable.** Actividades en las que el objetivo no puede ser evaluado por criterios rígidos. Ni puede determinarse si se ha cumplido o no. No existen, por tanto, ni ganadores ni perdedores. El papel de todos los jugadores puede ser el mismo o diferenciarse varios papeles. (Velázquez, 2004, p.12)

Se debe tener claro a la hora de realizar actividades cooperativas el objetivo que se va a alcanzar con estas. Muchas veces estos juegos se realizarán buscando la unión de un grupo de personas con el objetivo de formar mejores relaciones entre ellos, debemos entender que también se pueden confeccionar con el objetivo de alcanzar una meta grupal, donde todos

los participantes cooperen para lograr el objetivo propuesto.

Pensando en este trabajo no pudimos dejar de lado el término “trabajo en equipo” ya que es considerado fundamental si queremos hablar de juegos cooperativos. Muchas veces el “aprendizaje cooperativo” va de la mano cuando hablamos de este tema. Se entiende este tipo de aprendizaje como: “trabajar juntos, apoyándose y confiando los unos en los otros, para alcanzar una meta común” (Tekman Books, 2017, párr. 1).

Tal y como establece el sitio Universia Argentina (2014):

En toda actividad, el maestro o encargado será quien propicie la visión colectiva y la dinámica de grupos. Esto implica que se fomentará la participación de todos los alumnos por igual, así como el desarrollo de sus destrezas comunicativas e interpersonales. (...) La distribución espacial del salón de clase es fundamental. Lo ideal es organizar un círculo con todos los grupos para facilitar el contacto visual entre todos los participantes, la movilidad y la discusión (Universia Argentina, 2014, párr. 5-6).

Enseñarles a los estudiantes a trabajar juntos o en equipo requiere inculcarles la capacidad de dialogar con el que piensa distinto, resolver conflictos, respetar los ritmos de cada uno, valorar los aportes del otro: habilidades que a los estudiantes les servirán también fuera del aula, en su vida cotidiana y en un futuro ,en lo laboral.



Además, mediante los juegos se educa a los individuos para que aprendan a darle resolución a un conflicto desde lo más sencillo, hasta lo más complejo, pero para esto es importante saber buscar soluciones al problema, según mencionan Caireta y Barbeito (2005), para lograr resolver un conflicto es necesario:

Descubrir la perspectiva positiva del conflicto: verlo como una forma de transformar la sociedad hacia mayores cuotas de justicia; descubrir que puede ser una oportunidad educativa, una oportunidad para aprender a construir otros tipos de relaciones. Aprender a analizar los conflictos y a descubrir su complejidad. Encontrar soluciones que nos permitan afrontar los conflictos sin violencia, sin destruir las otras partes y con la fuerza necesaria para llegar a soluciones en que todos ganemos y podamos satisfacer nuestras necesidades. (p.10)

Los conflictos no deben considerarse negativos, sino de forma más positiva ya que la manera de solucionarlos va a determinar, no solo el resultado que se obtenga, sino también lo que se aprenda de él.

Como menciona Guerri, (2017):

A partir de los distintos conflictos con los que nos vamos encontrando en la vida, desarrollamos una serie de habilidades personales, sociales, de comunicación, de relación, etc., que nos permiten integrarnos socialmente con otras personas. A través de este proceso, adquirimos una serie de

estrategias para resolver de una manera pacífica las dificultades y problemas que van apareciendo. (párr. 2)

Por este motivo, es importante trabajar desde la escuela con los estudiantes para que ellos empiecen a conocer y practicar diferentes formas de abordar los conflictos que se les van a presentar en la vida (Guerri, 2017). La actividad docente no consiste únicamente en enseñar una serie de conocimientos, sino también en fomentar el aprendizaje de habilidades, valores, conductas sociales, etc., que permitan el establecimiento de relaciones sociales apropiadas, satisfactorias y pacíficas entre los mismos estudiantes.

Es muy importante trabajar la comunicación, facilitar un intercambio apropiado de mensajes, que tenga en cuenta los aspectos de compañerismo. De acuerdo a lo mencionado anteriormente, existen muchas maneras de resolver conflictos sin necesidad de que esté presente la competitividad o la violencia entre unos con otros, al contrario, si se logra un consenso todos pueden resultar beneficiados y lograr una convivencia de paz.



## OBJETIVOS

### Objetivo general

Generar un espacio en el que los estudiantes conozcan, a través de juegos cooperativos, formas de solucionar un conflicto.

### Objetivos educativos



Contribuir en la búsqueda de la resolución de conflictos para lograr la paz de una forma cooperativa.



Que los estudiantes mediante juegos cooperativos logren la resolución de un conflicto.

## ACTIVIDADES



### Dinámica del espejo

#### Descripción:

El grupo se coloca en una línea donde todos estén de espaldas.

La persona que comienza la actividad debe ser la última de la fila, esta a su vez deberá tocarle la espalda a la que tiene en frente para que se voltee y trate de imitar sus gestos y movimientos, etc. No está permitido hablar.

Todos los participantes tendrán que ir imitando y siguiendo la cadena de movimientos hasta llegar al primero de la fila, que será el encargado de mostrar el resultado final.

**Fuente:** elaboración propia

Se escogió este juego porque abarca dos puntos importantes, los cuales serían el tratar de apaciguar la vergüenza al iniciar la actividad grupal y también trabajar en conjunto para poder transmitir el mensaje, estos representan temas y mecánicas estudiadas en clase, además de las lecturas realizadas.

El motivo principal del juego es el poder hacer que los estudiantes entren en confianza, tanto con ellos mismos como con los organizadores. Gracias a las risas y movimientos que se deban hacer se logra perder un poco de vergüenza, que es el principal impedimento cuando se están relacionando con otras personas.





## El balón de presentación

### Descripción:

En este juego de presentación la persona que facilita proveerá un balón pequeño y lo lanzará gentilmente a algún integrante del grupo, el receptor procederá a presentarse, esta persona iniciará la formación de un círculo. Poco a poco el círculo se hará más grande y los estudiantes se alejarán más por cada turno que se participa. El balón no podrá tocar el suelo o se deberán repetir todos los nombres otra vez.

**Fuente:** elaboración propia

La selección de este juego se realiza porque muchas veces el simple acto de presentarse provoca un esfuerzo que muchas personas no logran por razones como la timidez o la desconfianza. Los aspectos del juego permiten aumentar la confianza entre sí, ya que deben alcanzar un objetivo mutuo.

Se decide proponer esta actividad como un juego que permita presentar a los organizadores, así como también el de conocer a los participantes. El fin del juego es para que los estudiantes se den cuenta que solo al actuar cooperativamente se podrá llegar o lograr un objetivo mutuo.

### Materiales:

- balón pequeño



## Yo también

### Descripción:

 juego de conocimiento

Se formará un círculo amplio con las personas participantes, se entrega una hoja de color a cada una en la cual deberán escribir la frase “yo también”.

Uno por uno cada estudiante dirá una anécdota o situación especial que haya vivido, si otro estudiante ha realizado o vivido la misma situación se levantará con su frase y repetirá “yo también”.

**Fuente:** basado en un juego realizado en el curso Espacios lúdicos para la educación en derechos humanos, IDELA, UNA, 2017.

Este juego se realiza con el objetivo de que los estudiantes se conozcan mejor, con base en que se les pedirá que cuenten anécdotas que sus compañeros no conozcan.

El motivo principal del juego es para que los estudiantes pierdan la timidez y creen un ambiente de confianza entre sí y con los encargados de la actividad. La honestidad es primordial en esta actividad y se podrán formar nuevas amistades.

### Materiales:

- Hojas de colores y marcadores





## Rompecabezas

### Descripción:

Este juego consiste en dividir la cantidad de estudiantes en grupos de igual número. A cada grupo se le dará un rompecabezas, el cual deben armar, al resolverlo se formarán palabras como violencia, cooperación, resolución de conflictos, libertad de expresión, paz, derechos humanos, etc.

Después de armarlo se formará un círculo, en el cual se abordarán los temas y se conversarán qué entienden ellos por la frase que lograron formar de manera grupal.

**Fuente:** elaboración propia

Al realizar este juego lo que se pretende es que los estudiantes trabajen juntos para lograr un objetivo, el cual trata de la colaboración de todos para armar el rompecabezas, de esta manera trabajarán de forma cooperativa y resolverán un conflicto, además es un juego de conocimiento, al expresar lo que piensan de acuerdo al tema.

Se podrá conocer lo que piensan los estudiantes y explicarles sobre el tema de resolución de conflictos, de manera cooperativa.



## Enredados

### Descripción:

Se deben formar parejas. Se le entrega a cada persona una especie de "esposas de policía" fabricadas permanente con lana. Con un simple nudo ambas personas quedan enredadas y tienen que tratar de quedar libres siguiendo dos reglas únicamente: no quitar los nudos ni sacar las manos por los agujeros.

La solución es bastante sencilla pero nadie, a excepción de la persona facilitadora, la conocerá.

**Soluciones posibles:** para llegar a la solución se debe pasar una cuerda de uno de los participantes entre el círculo de la muñeca del otro.

### Materiales:

- Esposas de lana previamente listas

**Fuente:** elaboración propia

La propuesta es que los estudiantes traten de resolver los conflictos que se les proponen en un inicio sin ayuda del facilitador. El motivo principal del juego es que en cooperación con otro compañero o compañera traten de lograr quedar libres, esto tiene que ir de la mano con la ayuda mutua de las personas involucradas.





## Entrelazados

### Descripción:

Todos los participantes se dividen en parejas y se sientan en el suelo espalda con espalda y entrelazan los brazos, a la orden del encargado de la actividad intentan levantarse los dos al mismo tiempo sin soltarse.

Una vez arriba, buscan otra pareja que se haya levantado y realizan el mismo ejercicio entre los cuatro, luego entre ocho y así hasta que todos estén de espaldas y con los brazos entrelazados y todos se puedan levantar.

**Fuente:** basado en Zúñiga, 2010

La elección de este juego es para ejemplificar la dificultad que se presenta al solucionar un conflicto si no existe una buena comunicación entre los participante, además de dejar de lado el individualismo.

El principal propósito de realizar esta actividad es brindar a los estudiantes una perspectiva de lo que puede suceder cuando surge el individualismo versus el cooperativismo y que descubran que una adecuada comunicación permite obtener un bien en común.



## REFERENCIAS

- Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos. (2017). *¿Qué son los derechos humanos?*. Recuperado de <http://www.ohchr.org/SP/Issues/Pages/WhatareHumanRights.aspx>
- Caireta, M., Barbeito, C. (2005). *Introducción de conceptos: paz, violencia, conflicto*. Universidad Autónoma de Barcelona. Barcelona: Escola de cultura de Pau. Recuperado de <http://escolapau.uab.cat/img/programas/educacion/publicacion002e.pdf>
- Guerra, M. (2017). *Cuando surgen conflictos en la escuela, prevención y soluciones*. Recuperado de <https://www.psicoadictiva.com/blog/cuando-surgen-conflictos-la-escuela-prevencion-soluciones/>
- Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Resolución 217 A (III) de la Organización de las Naciones Unidas, París, Francia, 10 de diciembre de 1948.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2017). *Derechos humanos y cultura de paz*. Recuperado de <http://www.unesco.org/new/es/quito/education/human-rights-and-culture-of-peace/>
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2017). *Temas de salud-violencia*. Recuperado de <http://www.who.int/topics/violence/es/>
- Pérez, E. (1998). Juegos cooperativos: juegos para el encuentro. *Lecturas, Educación Física y Deportes*, 3(9). Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd9/jue9.htm>
- Tekman Books. (28 de marzo, 2017). *Trabajo cooperativo: Aprendiendo juntos en el aula*. [Entrada de blog]. Recuperado de <https://www.tekmanbooks.com/blog/trabajo-cooperativo-aula/>
- Universia Argentina. (2014). *Docentes: 5 claves para promover el trabajo en equipo*. Recuperado de <http://noticias.universia.com.ar/vida-universitaria/noticia/2014/05/06/1096016/docentes-5-claves-promover-trabajo-equipo.html>
- Velázquez, C. (2004). *Las actividades físicas cooperativas. Una propuesta para la formación en valores a través de la educación física en las escuelas de educación básica*. México, Secretaría de Educación Pública. Recuperado de [http://edufisrd.weebly.com/uploads/1/2/1/6/12167778/32\\_juegos-y-deportes-cooperativos-carlos-velzquez-callado.pdf](http://edufisrd.weebly.com/uploads/1/2/1/6/12167778/32_juegos-y-deportes-cooperativos-carlos-velzquez-callado.pdf)
- Zúñiga, M. A. (2010). *10 excelentes dinámicas para romper el hielo y conocerse*. Recuperado de <http://www.elmejorcompartir.com/2010/05/10-excelentes-dinamicas-para-romper-el.html>



# DERECHO A UN AMBIENTE SANO

MÓNICA RAMÍREZ • JULIÁN TORRES • FABIÁN MORERA • SOFÍA VEGA

## JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo tiene como eje la educación en derechos humanos, tal y como Jacques Delors (1996) menciona, el objetivo primordial de la educación, es “capacitar a cada individuo sin excepciones en desarrollar todos sus talentos al máximo y a realizar su potencial creativo” (p.17).

El derecho a un ambiente sano, es un derecho del que no todas las personas están conscientes de tener, a pesar de que existe una gran variedad de campañas y abordajes del tema ambiental que se da en medios de comunicación, como la importancia de cuidar todo aquello que rodea al ser humano y que comprende desde elementos naturales, hasta elementos artificiales, sociales y las interacciones de todos estos elementos entre sí (Sánchez, 1981, p. 590). Las conductas dañinas o indiferentes ante el problema persisten, ya sea por diferentes razones como, la ya mencionada indiferencia, falta de información o ignorancia sobre temas como el reciclaje o reducción de desechos, e incluso un pensamiento común y erróneo como: “¿Y qué cambio voy a ser yo?”, refiriéndose a que el trabajo de una persona no va a marcar la diferencia.

Las nuevas generaciones, tanto como las que ya existen tienen la responsabilidad de respetar este derecho y de cuidar al medio ambiente, por lo tanto, se considera crucial el proceso de aprendizaje de conductas positivas hacia el entorno y trabajar con niños y niñas.

## MARCO CONCEPTUAL

A fin de reconocer la relevancia pedagógica de las actividades por realizar en el taller en cuestión, y con la finalidad de comprender correctamente el mensaje que se desea transmitir con este, es imperativo definir los conceptos o significados importantes a utilizar en el presente documento.

En primera instancia, es vital definir el concepto de derechos humanos como fundamento para consolidar una educación en derechos humanos. Según la ONU, en la Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948), estos consisten en “derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana”; se considera, además, “que el desconocimiento y el menosprecio de estos han derivado en actos



de barbarie ultrajes para la conciencia de la humanidad" (párr. 1-2). Igualmente, tal y como se menciona en esta misma Declaración, en su artículo 1, estos derechos se fundamentan en que todos los seres humanos nacen libres e iguales en dignidad y derechos.

Por otra parte, el término de educación se encuentra directamente arraigado, según Jacques Delors (1996), con el objetivo primordial de "capacitar a cada individuo sin excepciones en desarrollar todos sus talentos al máximo y a realizar su potencial creativo" (p. 17). Delors (1996), citado por Fisas (2005), puntualiza que la educación ha de ser organizada en torno a cuatro pilares del conocimiento, los cuales consisten en:

1. Aprender a conocer, ergo obtener las herramientas de la comprensión.
2. Aprender a hacer, con la finalidad de poder actuar sobre el entorno.
3. Aprender a vivir juntos, para crear un ambiente participativo y de cooperación con los demás en todos los contextos humanos.
4. Aprender a ser, progresión esencial, que participa de los tres aprendizajes anteriores. (Fisas, 2005, p. 1)

Una definición puntual de la UNESCO (1995), declara a la educación como el acto de dotar a una persona de la autonomía suficiente para que logre razonar y decidir con toda libertad, además de proporcionar los criterios que le permitan al ser humano defender sus diferencias y divergencias sin incurrir en actos violentos. Esto

supone capacitar a los individuos, a fin de prepararlos para asumir responsabilidad individual.

Paz es un término muy común en la actualidad y representa un tema de considerable relevancia en discusiones dentro de numerosos contextos cotidianos, como el social y el educativo. No obstante, su definición puede distorsionarse o incluso ignorarse por muchas personas al considerarse como un concepto ambiguo, emocional y un ideal que no se determina cómo concretar. El Seminario de Educación para la paz-APDH, citado por Caireta y Barbeito define la paz como "[...] el proceso dinámico que nos lleva a hacer aflorar, afrontar y resolver los conflictos de forma no violenta y el fin de la cual es conseguir la armonía de la persona con sí misma, con la naturaleza y demás personas" (Caireta y Barbeito, 2005, p.19). Desde otra perspectiva, la paz también se puede identificar como la transformación creativa de los conflictos humanos de una forma no-violenta, y con el sólido propósito principal de formar una cultura de paz (Fisas, 2005).

Symonides y Singh (1996), citados por Fisas (2005), establecen de forma paralela, que la educación es, sin lugar a dudas, un importante método para:

introducir de forma generalizada los valores, herramientas y conocimientos que forman las bases del respeto hacia la paz, los derechos humanos y la democracia, además de promover los ideales de paz, tolerancia y la no violencia, la apreciación mutua entre individuos, grupos y naciones. (p. 2).



Con el transcurrir de los años, la noción del medio ambiente y su relación directa con la calidad de vida del ser humano en la tierra, ha ido tomando mayor impulso y fortaleza. La raza humana ha interactuado con la naturaleza desde su existencia y continuará haciéndolo; no obstante, esta relación se ha ido tornando cada vez más compleja y diferenciada a través de la historia, especialmente con el exponencial avance de la tecnología y la industria humana.

El medio ambiente se define como “[...] todo aquello que rodea al ser humano y que comprende: elementos naturales, tanto físicos como biológicos; elementos artificiales, sociales y las interacciones de todos estos elementos entre sí” (Sánchez, 1981, p. 590). De igual forma, Landa (1976) declara que el término medio ambiente, consiste en la suma total de todas las condiciones externas, así como la totalidad de las circunstancias o condiciones físicas y químicas que rodean a un organismo vivo o un grupo de éstos, que además influyen en el desarrollo y actividades fisiológicas de los mismos.

Dada la importancia del medio ambiente, tanto para el ser humano como para el resto de elementos de los ecosistemas presentes en la Tierra, después de la Declaración de Estocolmo en 1972, han aumentado los tratados bilaterales y multilaterales, universales o regionales, que directamente se refieren a la protección del medio ambiente, o ya sea que contemplan cláusulas relacionadas con este (Ruiz, 1985).

La Conferencia de Río (1992), aprueba una declaración relacionada directamente con el medio ambiente, la cual proclama, en su Principio I, que “[...] ...los seres humanos constituyen el centro de las preocupaciones relacionadas con el desarrollo sostenible ‘y les reconoce el derecho fundamental ‘[...] a una vida saludable y productiva en armonía con la naturaleza”. Asimismo, la Declaración de Estocolmo (1972), establece en su Principio I, que toda persona está desde su nacimiento, en plena posesión del derecho fundamental a “(tener) una vida adecuada en un medio de calidad, para llevar una vida digna y contar con bienestar, teniendo el hombre la obligación de proteger y mejorar el medio ambiente para generaciones presentes y futuras”.



## OBJETIVOS

### Objetivo general

Promover el reconocimiento y la importancia del derecho a un ambiente sano, por medio de actividades didácticas, para generar consciencia sobre la conservación del ambiente.

### Objetivos específicos



Promover la consciencia en los participantes sobre la importancia del derecho a un ambiente sano.



Identificar algunas de las problemáticas ambientales actuales.



Determinar los cambios que se pueden realizar para la conservación del ambiente y revertir el daño ambiental.

## ACTIVIDADES



### Ensalada de frutas

#### Descripción

Se hace un círculo con todos los estudiantes sentados pero uno quedará de pie. El encargado de la actividad divide a los participantes en un número igual de tres o cuatro frutas, tales como naranjas, banano, piña, etc. Se escoge al azar a una primera fruta y quienes tengan esta fruta tendrán que cambiar de lugar. La persona que estaba de pie al inicio tratará de tomar uno de estos asientos, así quedará otra persona en el centro sin silla. La persona que queda en el centro dice otra fruta y el juego continúa. Cuando se dice 'ensalada de frutas' todos tienen que cambiar de asientos.

#### Importancia

Es una actividad relativamente rápida ya que su objetivo es principalmente un calentamiento para perder la vergüenza de participar en los juegos.

**Fuente:** basado en el juego tradicional ensalada de frutas





## La fiesta de nombres

### Descripción

Se hace un círculo con todos los participantes y cada estudiante debe decir su nombre seguido de un producto que llevarán a una fiesta que empiece con la misma letra de su nombre. Ejemplo: mi nombre es Sabrina y llevaré una sandía a la fiesta.

La siguiente persona debe decir el nombre de la persona anterior y lo que llevará, luego su nombre y su producto, es decir: su nombre es Sabrina y llevará una sandía, mi nombre es Pablo y llevaré unos platos. Y así sucesivamente.

**Fuente:** basado en Biblioteca del Ministerio Juvenil, 2009

### Importancia

Este al igual que el anterior es un rompe hielos para entrar al modo de juego pero con un nivel de creatividad mayor.



## Cabeza abajo

### Descripción

Para este juego se elijen siete o cinco personas que pasen al frente, estas serán las A y los demás los B. Cuando se les ordene, los B deben bajar la cabeza, extender su mano con el pulgar arriba y cerrar los ojos, entonces los A eligen a una persona cada uno. Una vez que todos los

A eligen a la persona, van y le agarran brevemente el pulgar y se colocan de nuevo todos al frente. Entonces todos pueden volver a abrir los ojos. Los B que fueron agarrados, deben tratar de adivinar quién fue la persona que los agarró, pero solo tienen una oportunidad. Si los B adivinan, cambian de posición con la persona que los agarró.

**Fuente:** basado en <http://www.group-games.com/stationary-games/seven-up.html>

### Importancia

Este, al igual que el anterior es un rompe hielos pero con un nivel de creatividad mayor.



## Mensaje en la espalda

### Descripción

Esta dinámica consiste en dividir a los participantes en dos grupos, con el fin de agilizar la actividad y no con un sentido competitivo, y que formen dos líneas rectas. A cada uno de los participantes en los extremos de ambas filas (los que están atrás), se les dirá una palabra que esté asociada al derecho a un ambiente sano, y estas personas tendrán que dibujar letra por letra en la espalda de la persona que está enfrente en la fila, de modo que este tenga que adivinarla y hacer el mismo procedimiento con quien se encuentre frente a ella.

El juego se debe realizar en silencio, ya que la idea es que la primera persona en la fila pueda



decir qué palabra cree que era y ver si se logró mantener la misma que al inicio.

Ejemplos de palabras: sustentabilidad, naturaleza, recursos, consciencia, ecosistemas, responsabilidad.

**Fuente:** Este juego se realizó durante el curso de Espacios Lúdicos para la Educación de Derechos Humanos, IDELA, UNA (2016) a cargo de un grupo de estudiantes. El juego se adaptó al derecho por un medio ambiente sano, para que correspondiera con los objetivos planteados.

### Importancia

El objetivo de la actividad es introducir algunos conceptos sobre valores que involucran los derechos humanos, de modo que se familiaricen con ellos por medio de una actividad que promueve la cooperación y se creen estrategias en una comunicación no verbal.

## 5 Mímica (charadas)

### Descripción

A cada persona se le da un papelito con un concepto de ambiente sano, el cual deben de interpretar por medio de una acción. Esto se puede hacer en grupos de no menos de tres personas ya que debe haber mínimo dos tratando de adivinar. Sin embargo, idealmente también deberían de haber dos o más, actuando dicho concepto.

### Importancia

El hecho de tener que actuar el concepto (una idea abstracta) en una acción, requiere reflexionar y digerir rápidamente este concepto, lo que los hará enfrentarse por medio de la creatividad y la reflexión a estos conceptos, que no es lo mismo que simplemente memorizar una palabra.

Ejemplos de frases para actuar:

- Reciclar
- Apagar la luz
- No botar basura en la calle
- Desconectar la computadora
- Cerrar la llave del tubo
- Usar la bicicleta
- Respetar a los animales
- Ahorrar agua

### Materiales:

- Papeles con las acciones para actuar

**Fuente:** adaptado del juego tradicional charadas

## 6 ¿Quiénes sí y quiénes no?

### Descripción

Para esta dinámica los participantes se deben colocar en una fila recta, preferiblemente habiendo dividido el espacio en dos partes con un cordón u otro material que lo delimite como una línea. El facilitador se debe colocar frente



al grupo, quedando visible ante este, de modo que la comunicación sea eficiente, y este debe hacer preguntas sobre las cosas que han hecho o no los participantes en temática al derecho a un medio ambiente sano, tratando que las respuestas no sean neutrales.

El facilitador dará dos opciones, pidiéndoles a los participantes que de un lado (izquierda o derecha) se coloquen quienes han hecho una de las opciones y del otro lado los que no.

### Ejemplo:

Colóquense al lado derecho quienes han visto basura en la calle y del lado izquierdo quienes no. E intuyendo que la respuesta de todos pueda ser colocarse del lado derecho, la siguiente consigna podría ser que se coloquen del lado derecho quienes se detuvieron a juntarla y a depositarla en un basurero y al lado izquierdo quienes no; y de este modo abrir un espacio a la reflexión sobre la consciencia y la práctica real de este derecho.

### Lista de posibles preguntas

#### Para explicar la dinámica:

- ¿A quiénes les gusta el fútbol y a quienes no?
- ¿Quiénes usan redes sociales y quienes no?
- ¿A quiénes les gusta bailar y a quienes no?
- ¿A quiénes les gusta cierta música y a quienes no?
- ¿A quiénes les gusta estudiar y a quienes no?

#### Medio ambiente:

- ¿Quiénes reciclan en su casa y quiénes no?
- ¿Quiénes reutilizan botellas y quiénes no?
- ¿Quiénes reutilizan cuadernos de años pasados que no hayan terminado y quiénes no?
- ¿Quiénes han tirado basura a la calle y quiénes no?
- ¿Quiénes ordenan el cuarto con regularidad y quiénes no?
- ¿Quiénes cierran el tubo cuando se enjabonan y quiénes no?
- ¿Quiénes apagan la luz cuando salen de su casa o clase?
- ¿Quiénes consideren necesario que recoger los desechos de los perritos cuando los sacan y quiénes no?
- ¿Quiénes cuidan de una mascota y quiénes no?
- ¿Quiénes ayudan a sacar la basura en la casa y quiénes no?
- ¿Quiénes saben qué cosas son reciclables y quiénes no?
- ¿A quiénes les gusta usar la bicicleta y a quiénes no?
- ¿Quiénes reutilizan el agua de lluvia y quiénes no?
- ¿Quiénes han plantado un árbol y quiénes no?
- ¿Quiénes han reutilizado papel periódico para envolver regalos y quiénes no?



**Fuente:** basado en un juego realizado durante el curso de Espacios lúdicos para la Educación de Derechos Humanos, IDELA, UNA, 2016.

### Importancia

Esta actividad, al querer orientarse al derecho a un ambiente sano, establece las preguntas, de modo que, se cree una concientización con el tema.

## 7 Teléfono chocho

### Descripción

Las personas participantes se deben sentar en un círculo, a uno de los participantes, los facilitadores le dirán una frase que esté asociada con el tema del derecho a un ambiente sano, y este tendrá que susurrarle a la persona que se encuentre a su lado lo que escuchó, y del mismo manera lo harán los demás participantes, de modo que el mensaje se vaya transmitiendo persona a persona hasta que el último deba decirlo en voz alta y confirmar si hubo una distorsión del mensaje o si se transmitió de modo eficiente.

### Ejemplos de frases para teléfono chocho:

- El 5 de junio se celebra el día mundial del medio ambiente.
- 1988 centros educativos obtuvieron Bandera Azul Ecológica.
- La lucha contra el cambio climático favorece el crecimiento económico de los países.

- Costa Rica redujo el depósito de residuos en los vertederos en un 5 %.
- Casi 50 % de lo que generamos son residuos orgánicos que se pueden usar como fertilizante.

**Fuente:** juego tradicional

### Importancia

Cualquiera de los dos espacios puede abrir un espacio al diálogo sobre cómo los medios de comunicación pueden afectar la información que recibimos en materia ambiental, siendo esta positiva o negativa, o eficiente o no.



## REFERENCIAS

- Biblioteca del Ministerio Juvenil. (2009). *Juegos sociales*. Recuperado de <https://espanolparainmigrantes.files.wordpress.com/2009/11/13-juegos-de-presentacion.pdf>
- Caireta, M., Barbeito, C. (2005). *Introducción de conceptos: paz, violencia y conflicto*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona. Obtenido de <https://www.fondodeculturaeconomica.com/PDF/Caja%20de%20herramientas/Introducción%20de%20conceptos.%20Paz,%20violencia%20y%20conflicto.pdf>
- Charadas. (s. f.). *Cuidadoinfantil.net*. Recuperado el 13 de Mayo de 2017 a partir de <http://cuidadoinfantil.net/charada.html>
- Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Medio ambiente humano. (1972). *Declaración de Estocolmo sobre el Medio ambiente humano*. Ratificada por la Organización de las Naciones Unidas en junio de 1972.
- Conferencia de las Naciones Unidas sobre el Medio Ambiente y el Desarrollo. (1992). *Declaración de Río sobre el Medio ambiente y el desarrollo*. Río de Janeiro, 3-14 de junio de 1992.
- Delors, J. (1996). *Learning: The Treasure Within*. Paris: UNESCO.
- Dinámica: Teléfono descompuesto. (s. f.). *Gerza.com*. Recuperado el 13 de mayo de 2017, a partir de [http://www.gerza.com/dinamicas/categorias/todas/todas\\_dina/telefono\\_descompuesto.html](http://www.gerza.com/dinamicas/categorias/todas/todas_dina/telefono_descompuesto.html)
- Dinámicas y juegos. (10 de junio del 2010). *Ensalada de frutas*. [Entrada de blog]. Recuperado el 13 de mayo de 2017, a partir de <http://dinamicasojuegos.blogspot.com/2010/06/ensalada-de-frutas.html>
- Fisas, V. (2005). *Educación para una cultura de paz*. UNESCO, 1. Obtenido de <http://www.kookay.org/Educacion%20para%20una%20cultura%20de%20paz.pdf>
- Group-games.com. (16 de febrero de 2007). *Seven Up*. [Entrada de blog]. Recuperado el 13 de mayo de 2017, a partir de <http://www.group-games.com/stationary-games/seven-up.html>
- Landa, H. (1976). *Terminología de urbanismo*. CIDIV/INDECO, México.
- Organización de las Naciones Unidas (ONU). (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Resolución 217 A (III) de la Organización de las Naciones Unidas, París, Francia, 10 de diciembre de 1948.



- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (1995). *La educación para la paz, los derechos humanos y la democracia*. Declaración de la 44.<sup>a</sup> reunión de la Conferencia Internacional de Educación, ratificada por la Conferencia General de la UNESCO en noviembre de 1995.
- Ruiz, J. (1985). *Derecho internacional público y medio ambiente*. En: Problemas internacionales del medio ambiente. Barcelona, Universidad Autónoma de Barcelona, p. 15.
- Sánchez, V. (1980). *La inclusión de criterios de la dimensión ambiental en el proceso de toma de decisiones en proyectos de desarrollo*. Versión mimeografiada, México, p.17. (publicación en preparación a cargo de ECO y OPS).
- Sánchez, V. (1981). Notas para una delimitación conceptual del eco desarrollo. *Revista Interamericana de Planificación*, XV (57), pp. 590-604. SIAP, México.



# DERECHO A LA ALIMENTACIÓN

YOANCI PÉREZ • MELISSA ALFARO • STEPHANIE GUTIÉRREZ • XINIA GUZMÁN

## JUSTIFICACIÓN

El tema del “Derecho a la alimentación” es de gran importancia porque el alimento es un elemento fundamental ya que es una de las necesidades básicas de la humanidad, la cual también ayuda a mantener un equilibrio en otras áreas como la afectiva, identitaria, de seguridad y de autorrealización. Además, trascendental concientizar a la población con la que se va a trabajar acerca de este tema, dado que este derecho mejora la calidad de vida y promueve una mayor comprensión para que nuevos hábitos alimenticios sanos se puedan implementar. Asimismo, desde una cultura o educación para la paz se potenciará el diálogo que ayude a sobrellevar las dinámicas destructivas, vividas en la sociedad, al educar para una criticidad y responsabilidad. Generalmente la forma en que nos alimentamos es una dinámica aprendida y heredada, al generar mayor conciencia y reflexión sobre ella otros aspectos de la vida se verán involucrados, acercándose a procesos más integrales y balanceados.

## MARCO CONCEPTUAL

Para comprender el derecho a la alimentación se detallarán aspectos básicos que serán necesarios para el desarrollo eficaz del taller que se plantea, a continuación se ampliarán cuatro aspectos básicos. Según la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (OACDH, 2017):

Los derechos humanos son derechos inherentes a todos los seres humanos, sin distinción alguna de nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color, religión, lengua, o cualquier otra condición. Todos tenemos los mismos derechos humanos, sin discriminación alguna. Estos derechos son interrelacionados, interdependientes e indivisibles. (párr. 1).

Con respecto a la definición anterior, entendemos que los derechos humanos son “beneficios” con los que cuentan los seres humanos pero que además, son completamente universales e inquebrantables, o sea que cualquiera que viole un derecho a otro ser humano tendrá consecuencias ante la ley o por lo menos así debería ser. Actualmente en la sociedad encontramos que no



todas las personas tienen acceso a los derechos humanos o son efectivos en su día a día.

El presente trabajo se centrará, como anteriormente se mencionó, en el derecho a la alimentación, específicamente en la alimentación saludable, buscando que los niños y niñas que participarán en el taller comprendan que además de tener derecho a la alimentación, también tienen derecho a hábitos alimenticios saludables.

Por otro lado, encontramos que en el artículo 25 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948 se establece que, "Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación [...]".

Entendiendo que si existe una ingesta saludable y adecuada de alimentos esto va a generar un bienestar físico, mental y emocional en la persona, y a la vez ayudarán la prevención de enfermedades. Es importante mencionar que existen elementos claves en el derecho a la alimentación como lo son la disponibilidad, accesibilidad y adecuación. Estos elementos se refieren a que los alimentos deben de estar a la venta o a la mano de las personas, además, el tema económico no debería de ser una limitante para su acceso y, sin importar la población a la que una persona pertenezca, los alimentos deberían ser los adecuados para suplir sus necesidades.

Existen otros factores que se deben de tomar en cuenta a la hora de hablar de alimentación saludable, que va más allá de la ingesta de ali-

mentos, nos referimos a los hábitos de consumo, como horarios de alimentación, posturas para ingerir los alimentos y la cantidad de veces que se mastica lo que se come, entre otros.

En la Observación General del Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1999), se establece que "El derecho a la alimentación adecuada se ejerce cuando todo hombre, mujer o niño, ya sea sólo o en común con otros, tiene acceso físico y económico, en todo momento, a la alimentación adecuada o a medios para obtenerla" (p. 3). Entendido desde la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) como:

el derecho a alimentarse dignamente, el derecho a una alimentación adecuada es un Derecho Humano internacional que existe desde hace ya tiempo y al que se han comprometido muchos países. En las últimas décadas, varios países han desarrollado e implementado reformas constitucionales, leyes nacionales, estrategias, políticas y programas que tienen como objetivo el cumplimiento del derecho a la alimentación para todos. (FAO, 2017, p. 1)

En función de ubicar esos conceptos en el desarrollo de un estilo de vida saludable, Maya (2001), citado por Grimaldo (2012), comprende el estilo de vida saludable como "un proceso social que involucra una serie de tradiciones, hábitos y conductas de los individuos y grupos que conllevan la satisfacción de necesidades humanas para alcanzar el bienestar y una vida más satisfactoria" (p. 75).



Para desarrollar estilos de vida saludable podemos comprender los siguientes factores para la promoción de acciones vinculantes enmarcadas en el eje de liderazgo para la promoción de la salud de la Red Costarricense de Universidades Promotoras de la Salud (2014), que establecen las siguientes pautas:

- Tener sentido de vida, objetivos de vida y plan de acción
- Mantener la autoestima, el sentido de pertenencia y la identidad
- Mantener la autodecisión, la autogestión y el deseo de aprender
- Brindar afecto y mantener la integración social y familiar
- Tener satisfacción con la vida
- Promover la convivencia, solidaridad, tolerancia y negociación
- Capacidad de autocuidado
- Seguridad social en salud y control de factores de riesgo como obesidad, vida sedentaria, tabaquismo, alcoholismo, abuso de medicamentos, estrés y algunas patologías como hipertensión y diabetes
- Ocupación de tiempo libre y disfrute del ocio
- Comunicación y participación en el nivel familiar y social
- Accesibilidad a programas de bienestar, salud, educación, cultural, recreativos, entre otros
- Seguridad económica

## OBJETIVOS

### Objetivo general

Reconocer la importancia del derecho a la alimentación mediante la exposición de conceptos básicos sobre alimentos saludables.

### Objetivos educativos



Reconocer los tipos de alimentos que conforman la pirámide alimenticia.



Concientizar sobre el consumo de alimentos saludables y alimentos dañinos para la salud.



Generar un espacio de reflexión para una mejor comprensión del derecho a la alimentación.



## ACTIVIDADES



### Dinámica de presentación

#### Descripción:

Inicialmente el grupo se colocará de pie formando un círculo para realizar un ejercicio de presentación, donde cada participante dirá su nombre, su comida favorita y realizará un movimiento corporal. Todo el grupo repetirá la propuesta de cada participante, hasta que todos y todas se hayan presentado.

**Fuente:** elaboración propia

#### Importancia:

Este ejercicio servirá como rompe hielo, a estimular el uso del cuerpo y de la voz, además de la confianza y la apertura hacia el grupo. En cada propuesta individual se afirman gustos, preferencias e intereses de las personas participantes.



### Dado preguntón

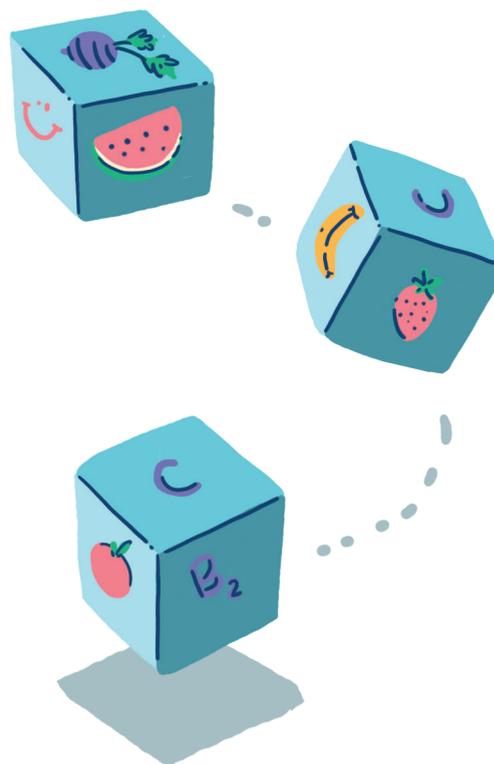
#### Descripción:

El grupo se mantendrá en círculo y sentados en el piso, cada integrante tirará un dado que en sus caras llevará diferentes imágenes, las cuales corresponden a un sobre con preguntas que motivarán la conversación sobre diferentes conceptos asociados a la alimentación saludable.

Entre los conceptos estarán términos como saludable, alimentación adecuada, alimentación balanceada, derecho a la alimentación, entre otros.

**Materiales:** un dado grande con imágenes en sus caras

**Fuente:** elaboración propia



3

## Creando un almuerzo saludable

### Descripción:

A cada participante se le entregará una imagen de un alimento que se pegará en alguna parte visible de su cuerpo (preferiblemente en el pecho), luego se solicitará que se agrupen formando almuerzos saludables. La indicación se repetirá varias veces, buscando diferentes posibilidades en las combinaciones de los alimentos.

**Materiales:** imágenes de alimentos

**Fuente:** elaboración propia



4

## La telaraña

### Descripción:

El grupo de pie y en círculo compartirá diciendo lo que más le gustó y lo que menos le gustó de todo el taller, el turno de cada participante lo dictará una bola de lana que pasará por el aire de mano en mano. Asimismo, se reflexionará sobre la alimentación saludable con el objetivo de crear un aprendizaje más significativo.

**Materiales:** una bola de lana

**Fuente:** elaboración propia



## REFERENCIAS

- Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales. (1999). *Cuestiones sustantivas que plantean en la aplicación del Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales*. Observación General 12. Naciones Unidas. Recuperado de <https://documents-dds-ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G99/420/15/PDF/G9942015.pdf?OpenElement>
- Fregtman, M. (s. f.). *Teoría psicogenética - período operatorio concreto*. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Argentina. Recuperado de: [http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/musicoterapia/sitios\\_catedras/296\\_psicologia\\_ciclo\\_vital1/material/archivos/biblio\\_indispensable/teoria\\_psicogenetica.pdf](http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/musicoterapia/sitios_catedras/296_psicologia_ciclo_vital1/material/archivos/biblio_indispensable/teoria_psicogenetica.pdf)
- Grimaldo, M. (2012). Estilo de vida saludable en estudiantes de posgrado de Ciencias de la Salud. *Psicología y Salud*, 22(1), pp.75-87. Recuperado de <https://www.uv.mx/psicysalud/psicysalud-22-1/22-1/Mirian%20Pilar%20Grimaldo%20Muchotrigo.pdf>
- Oficina del Alto Comisionado de Naciones Unidas para los Derechos Humanos (OACDH). (2017). *¿Qué son los derechos humanos?* Recuperado de <http://www.ohchr.org/SP/Issues/Pages/WhatareHumanRights.aspx>
- Organización de las Naciones Unidas. (1948). *Declaración Universal de los Derechos Humanos*. Resolución 217 A (III) de la Organización de las Naciones Unidas, París, Francia, 10 de diciembre de 1948.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2017). *Derecho a la alimentación*. Recuperado de <http://www.fao.org/human-right-to-food/es/>
- Vásquez , J. (2014). *Eje de Liderazgo*. Red Costarricense de Universidades Promotoras de la Salud.



