

PROGRAMAS DE DESARROLLO  
SOCIAL/AFECTIVO  
PARA ALUMNOS CON  
PROBLEMAS DE CONDUCTA

MANUAL PARA PSICÓLOGOS Y EDUCADORES

## **GOBIERNO DEL ESTADO DE AGUASCALIENTES**

**Ing. Carlos Lozano de la Torre**

Gobernador Constitucional de Estado de Aguascalientes

## **INSTITUTO DE EDUCACIÓN DE AGUASCALIENTES**

**Mtro. Francisco J. Chávez Rangel**

Director General

**Mtra. Alma Gabriela Gutiérrez Galván**

Encargada del Despacho de la Dirección de Comunicación Social

**Profr. Raúl Silva Perezchica**

Director de Educación Básica

**Lic. Esthela Posada Barranco**

Departamento de Educación Especial

**Lic. María del Carmen Ríos Vázquez**

Coordinación de Equipo Técnico de Educación Especial

### **AUTOR:**

Lic. Mario Alberto Vázquez Ramírez

### **DISEÑO Y EDICIÓN:**

Lic. Laura Rivas Urquieta

Instituto de Educación de Aguascalientes

Carretera a San Luis Potosí No. 601

Fracc. Ojocaliente

Aguascalientes, Ags. C.P. 20190

Impreso en México.



PROGRAMAS DE DESARROLLO  
SOCIAL/AFECTIVO  
PARA ALUMNOS CON  
PROBLEMAS DE CONDUCTA

MANUAL PARA PSICÓLOGOS Y EDUCADORES

Lic. Mario Alberto Vázquez Ramírez



# ÍNDICE

<b>Presentación</b>	7
<b>Capítulo 1</b>	
Problemas de conducta: conceptos e implicaciones prácticas	
• Introducción	11
• Conceptualización de los problemas de conducta: el enfoque de la Psicología del desarrollo	13
• Las funciones del psicólogo: currículo escolar y problemas de conducta	15
• El juego como recurso metodológico para solucionar los problemas de conducta	18
<b>Capítulo 2</b>	
Programas de desarrollo social/afectivo: organización y componentes	
• Descripción general	21
• Característica de los mediadores/facilitadores	23
• Población escolar a la que van dirigidos los programas	23
• Niveles o periodos	24
• Habilidades o funciones socioafectivas a desarrollar	24
• La distribución de las actividades lúdicas que conforman los programas	31
• Fichas de trabajo (estructura de cada actividad/juego)	34
<b>Capítulo 3</b>	
Programas de desarrollo social/afectivo	
• Programas de primer nivel (6-8 años/1º y 2º de primaria)	37
- Juegos de presentación	39
- Juegos para el autoconcepto	41

- Juegos para la autorregulación emocional	61
- Juegos de asertividad	70
- Juegos de práctica y conciencia de las reglas	86
- Juegos de cooperación o trabajo en equipo	93
• Programas de segundo nivel (8-10 años/3° y 4° de primaria)	97
- Juegos de presentación	97
- Juegos para el autoconcepto	101
- Juegos para la autorregulación emocional	117
- Juegos de asertividad	126
- Juegos de práctica y conciencia de las reglas	141
- Juegos de cooperación o trabajo en equipo	149
• Programas de tercer nivel (6-8 años/1° y 2° de primaria)	155
- Juegos de presentación	155
- Juegos para el autoconcepto,	168
- Juegos para la autorregulación emocional	175
- Juegos de asertividad	184
- Juegos de práctica y conciencia de las reglas	201
- Juegos de cooperación o trabajo en equipo	215

## Capítulo 4

Guía para maestros que atienden problemas de conducta en la escuela Primaria

• Introducción	227
• Adecuaciones generales a la metodología de enseñanza	228
• Estrategias de modificación de conducta y desarrollo social	232
• Conclusiones	244

<b>Bibliografía</b>	247
---------------------	-----





# PRESENTACIÓN

Este documento es la síntesis estructurada de un sinfín de contribuciones intencionales e involuntarias realizadas por padres de familia, profesores, maestros de educación especial, autoridades, directores, pero sobre todo de psicólogos y alumnos de educación primaria que se han visto involucrados en situaciones a las que genéricamente se denominan problemas de conducta. Nada hay más enriquecedor que conocer en directo las experiencias de quienes atienden profesionalmente la conducta social desadaptada, pero al mismo tiempo no hay nada más esclarecedor que descubrir la perspectiva de los propios implicados: los niños de nuestras escuelas públicas. De una u otra manera todos ellos han contribuido a la construcción de éste trabajo: unos mostrando su frustración, otros compartiendo desinteresadamente su trabajo profesional, algunos pidiendo auxilio y muchos más mediante su esfuerzo diario por ofrecer a los niños una alternativa distinta a la queja, el castigo, la estigmatización, la demanda o la medicación.

Esta es una obra esencialmente práctica que busca ofrecer a los profesionales del campo educativo una alternativa sistemática y concreta para abordar los problemas de conducta en las escuelas primarias. Está dirigida primordialmente a los especialistas en psicología que laboran en el ámbito escolar, pues son ellos los que de manera continua enfrentan los desafíos de ofrecer opciones de solución sólidas y efectivas. Aunque es menos pertinente, también puede ser útil para profesores, trabajadoras sociales y maestras de educación especial que se encuentren bien capacitadas en el tema del desarrollo socioafectivo.

Este documento se compone de cuatro capítulos, siendo tres de ellos esencialmente técnicos y el otro dedicado a la fundamentación teórica del modelo de intervención psicoeducativo propuesto.

El primero aborda lo relativo al concepto, causalidad y responsabilidad profesional de la escuela en torno a la atención de los alumnos con problemas de conducta; se trata de un análisis breve sobre los elementos socioafectivos inherentes al currículo actual de educación primaria, pero también enfatiza el papel primordial que juegan los psicólogos para colaborar en la solución de los patrones desadaptados de comportamiento. Se asume desde el principio una perspectiva interaccionista que explica la conducta social inadecuada como el resultado de un ambiente incapaz de manejar, estimular o promover la adquisición de competencias mínimas para la convivencia, pero también se reconocen las variables del niño que pueden potenciar su desajuste. Coherente con los fundamentos psicológicos en los que se basa la educación básica actual en México, se propone conceptualizar los problemas de conducta no como un trastorno infantil y menos aún como una enfermedad, sino como una carencia de habilidades sociales y afectivas que es posible desarrollar con procedimientos de base psicogenetista (constructivista/histórico/cultural). En éste sencillo capítulo teórico se define la función del psicólogo más como un mediador del desarrollo infantil que como un terapeuta, por ésta razón en todos los juegos que conforman los programas de intervención se utiliza los términos mediador, coordinador o facilitador para referirse esencialmente al psicólogo. Desde éste punto de vista el artículo intenta justificar el trabajo psicológico con los alumnos, como una contribución perfectamente coherente con el enfoque por competencias que está en auge en la actualidad.

Debido al carácter obligatoriamente práctico de un manual, los siguientes apartados están dedicados a los elementos concretos de aplicación. En el capítulo dos se definen las características estructurales de los programas de desarrollo socioafectivo que se proponen en ésta obra, por ejemplo la modalidad de trabajo, las habilidades a desarrollar, la duración de la intervención para que los programas sean efectivos, las características que deben tener los mediadores y los elementos que contienen las fichas de trabajo. El capítulo tres representa la médula de ésta obra, y como tal ocupa dos terceras partes del volumen. En él aparece la descripción detallada de los juegos que conforman los programas de desarrollo. Un total de 60 sesiones de juego, divididas en tres programas que corresponden a su vez a tres periodos o niveles de edad, conforman ésta abundante compilación de recursos lúdicos. Primero se describe el programa de desarrollo de primer nivel (“chicos”/6- 8 años/ 1º y 2º de primaria)), luego el de segundo nivel (“medianos”/8-10 años/3º y 4º de primaria) y finalmente el programas de tercer nivel (“grandes/10-12 años/5º y 6º de primaria). Los juegos que conforman cada programa están clasificados según la función socioafectiva que pretenden desarrollar, en éste caso: juegos para el autoconcepto, juegos para la autorregulación emocional, juegos de asertividad, juegos de práctica y conciencia de las reglas y por último juegos de cooperación o trabajo en equipo. Se han elegido estas funciones por el valor que entrañan en la atención de los alumnos que presentan problemas de conducta; cualquier contribución de los mediadores/psicólogos para el desarrollo de éstas habilidades serán invaluable para la vida escolar, familiar y comunitaria de los chicos. Las actividades lúdicas



incluidas en ésta obra representan una compilación de juegos de muy distintas fuentes: unas se tomaron de programas para la paz y los derechos humanos, otras son juegos infantiles que se practican en los barrios, algunas fueron retomadas de propuestas de investigación universitarias e incluso hay actividades de educación física adaptadas con fines socioafectivos, muchas otras son una contribución de psicólogos de educación especial que las utilizan comúnmente en su intervención. Todas fueron depuradas para que adquirieran el formato de sesión psicológica, pues en su forma original quizá aportarían muy poco al desarrollo de los niños. Con esto se quiere decir que en ésta obra no se apuesta al juego por el juego, a la diversión sin propósito o realizar actividades sólo por desfogue energético; por el contrario se utiliza a los juegos como medio para estimular el desarrollo afectivo/social de los niños, y pretenden aportar a los psicólogos una alternativa sistemática de trabajo profesional, y no un cúmulo de actividades para divertir a los estudiantes (aunque esto es una condición indispensable para que funcionen los programas).

Finalmente el cuarto y último capítulo está dedicado a las estrategias que pueden utilizar los maestros de primaria para coadyuvar al proceso de mejoría de sus alumnos que presentan problemas de conducta. Si bien éste no es el propósito fundamental del libro, es innegable que los profesores y los padres juegan un papel central en la atención de los problemas de adaptación social. Ningún plan de intervención estaría completo si sólo se propusiera el trabajo directo con los niños desestimando el rol crucial de su contexto social. En éste capítulo se describen de manera sencilla las herramientas que puede usar el profesor para favorecer la adaptación social del niño a la escuela. Está redactado como si se tratara de una sesión de asesoría al maestro y se han incluido un sinnúmero de ejemplos para destacar lo correcto e incorrecto del trabajo docente con éstos alumnos. El documento clasifica en tres grandes categorías los recursos que pueden utilizar los profesores para mejorar la situación de los chicos: a) las adecuaciones generales a la enseñanza, b) las estrategias de modificación de conducta y desarrollo social y c) el trabajo intenso en la asignatura de “formación cívica y ética”.

El autor desea que ésta obra sea una herramienta eficaz para los psicólogos y educadores interesados en ayudar al desarrollo socioafectivo de los alumnos y sus familias.





# CAPÍTULO I

## PROBLEMAS DE CONDUCTA: CONCEPTOS E IMPLICACIONES PRÁCTICAS

### Introducción

Aunque los problemas de conducta han existido siempre en los centros educativos, en los últimos años éstos han alcanzado una generalización y protagonismo especial. Recientes informes de la Organización para la Cooperación y Desarrollo Económico respecto a la educación en México, indican que en opinión de los profesores uno de los tres obstáculos más relevantes que dificultan el aprovechamiento escolar, es la presencia cada vez más frecuente y grave de los problemas de disciplina o ajuste social en todos los niveles de Educación Básica. Resulta lógico que un alumno que no cuenta con las competencias mínimas para adecuarse a las normas básicas de interacción social en la escuela, comience a ver mermado su desempeño académico, sobre todo cuando el único recurso estratégico que utiliza la comunidad escolar para “adaptar” a estos niños es el castigo: expulsarlo del salón, reprenderlo verbalmente, eliminarle beneficios, recluirlo en la dirección, impedirle la convivencia con otros compañeros etc.

La presencia constante de problemas de conducta en un alumno suele desembocar en la presentación de necesidades educativas especiales (NEE), no sólo porque no consigue adquirir las competencias socio/afectivas mínimas en la asignatura de formación cívica y ética, sino porque sus efectos negativos se expanden rápidamente al resto de su vida escolar, familiar y comunitaria. Cuando un niño presenta NEE asociadas a los problemas de conducta, lo que explica su bajo desempeño no es su pobre nivel intelectual sino sus enormes dificultades para adaptarse a la vida social implícita en todo proceso educativo.

De todos los participantes en la vida escolar de los alumnos es el psicólogo de educación especial el que se encuentra en “el ojo del huracán” a la hora de atender los problemas de conducta, la comunidad escolar automáticamente piensa en él para obtener soluciones, levantando a veces expectativas excesivas o mágicas que no corresponden con la realidad. Muchas ocasiones los padres, maestros y directivos demandan del psicólogo soluciones prácticamente inmediatas y efectivas que den fin a los comportamientos inadecuados de los alumnos, lo que resulta imposible en la mayoría de los casos, pues cómo es sabido la intervención psicológica implica tiempo, sistematicidad y consistencia para lograr los propósitos que se han establecido para cada alumno. La situación se complica aún más cuando no sólo se pide rapidez de resultados sino que se cree que los estudiantes mejorarán su adaptación social sin implicar cambios en el contexto; al parecer, se parte de la idea infundada de que los problemas de adaptación residen exclusivamente en el niño, y que el medio interviene muy poco o casi nada en su origen. Expresiones como “lleva a este niño berrinchudo con el psicólogo para que hable con él” son ejemplo de esta manera equivocada y reduccionista de plantear la atención de los problemas de conducta. Suponer que un alumno va mejorar su comportamiento inadecuado sólo por hablar con el psicólogo es como creer que un niño presilábico se convertirá a alfabético sólo porque así se lo aconseja la maestra de apoyo. No hay soluciones simples para solucionar éste tema.

Si bien la familia, la escuela y el alumno son factores que contribuyen en distinta proporción a la presentación de problemas de conducta, **lo que sí se puede afirmar es que todos actúan a la vez para ir conformado un estilo inadecuado de relacionarse con el medio.** Algunos autores pretenden imputar a las variables del alumno toda la responsabilidad sobre el origen de este fenómeno, sin embargo la inmensa mayoría de la investigaciones psicológicas, neurológicas, pedagógicas y sociológicas publicadas en los últimos años dejan en claro la influencia simultánea de variables pertenecientes a los tres factores antes descritos. Sería cómodo deslindar al ambiente de la responsabilidad que tiene respecto al incremento cada vez mayor en la aparición de los problemas de conducta, pero esto sería un error. No solo cada vez son más frecuentes los problemas de adaptación social en los alumnos que cursan la educación básica en México, sino que en las últimas décadas hemos presenciado un recrudecimiento en su gravedad y también una edad más temprana de aparición. ¿Se debe esto a una epidemia orgánica de “mala conducta”? ¿Los cambios sociales, laborales y culturales de las familias mexicanas han contribuido en algo para agravar el problema? ¿Están suficientemente capacitados los profesores de todos los niveles para lidiar con estos desajustes? ¿Las metodologías de los maestros son suficientemente atractivas para los alumnos de ésta época como para mantenerlos atentos y tranquilos en los salones de clase? De ninguna manera se descarta la participación de variables biológicas para explicar la agudización de este fenómeno pero es innegable también la influencia crucial del ambiente social para explicarlo.

De todo lo comentado hasta ahora se puede concluir que los problemas de conducta son el resultado de una inadecuada relación del ambiente social con los alumnos y de un pobre desarrollo de habilidades sociales en los estudiantes; es claro que detrás de todo alumno que presenta un *comportamiento social desadaptado* pueden identificarse siempre tanto variables internas propias del niño como variables externas del ambiente (escuela, familia, comunidad). Culpar al niño de su mal comportamiento es tan inexacto como responsabilizar sólo al medio, siempre es el resultado de la interacción entre ambos. En consecuencia la intervención más efectiva es la que atiende simultáneamente al alumno implicado y el entorno donde se desarrolla. Aunque el objetivo central de ésta obra es desarrollar a profundidad el tema de la intervención profesional directa con los niños, no se ignora la necesidad importantísima de atender también a sus contextos.

### **Conceptualización de los problemas de conducta: el enfoque de la psicología del desarrollo**

La relación y la convivencia son componentes sustanciales de la vida como seres humanos. De su éxito o su fracaso depende buena parte de la calidad de vida. Por ello, saber convivir y saber relacionarse se han convertido en unas de las competencias más apreciadas por la sociedad.

*Los problemas de conducta adaptativa/social se definen como la presentación de un conjunto de comportamientos interactivos que NO se ajustan suficientemente a las normas mínimas de convivencia exigidas por un contexto social dado, y que por su frecuencia, intensidad y persistencia resultan desadaptativas y perjudiciales para el aprendizaje del alumno y para las personas que forman su entorno.* En función de ésta definición es importante tener precaución de no aventurar clasificaciones apresuradas, categorizando como problema de conducta lo que puede ser sólo un periodo pasajero de desajuste social; para que el “mal” comportamiento de un niño alcance los calificativos de frecuente, intenso y duradero debe haberse convertido en un patrón conductual, en un estilo perdurable de relacionarse con los demás (ocurre todos los días, causa daño y se extiende por meses enteros). El término “*problemas de conducta*” no debe ser interpretado nunca como una entidad nosológica, **no** es una enfermedad y **no** es un trastorno, a diferencia de éstos conceptos la palabra “*problemas de conducta*” hace referencia a **un patrón de relación socialmente inadecuado, que ocurre a consecuencia de la interacción entre las características propias de cada sujeto y el manejo incorrecto del contexto**, por lo tanto estos “problemas” no son imputables exclusivamente al niño, no es algo que él “trae” como en el caso de los trastornos, es sólo una característica que él presenta.

Desde el enfoque de la *Psicología Constructivista/Histórico/Cultural* que da sustento a la educación actual en México, se entiende que **la conducta social desadaptada es más bien el efecto del retraso, ausencia o déficit en el desarrollo de habilidades socio/afectivas**, las cuales pueden promoverse mediante metodologías psicológicas y pedagógicas bien definidas. Más que diagnosticar “trastornos de conducta” lo que se propone desde éste enfoque es describir patrones de comportamiento desadaptativos, y elaborar explicaciones en términos de las habilidades que aún no desarrolla el sujeto, de ésta manera psicólogos y educadores plantearán el problema basándose en lo que los alumnos necesitan aprender y desarrollar, y **no** en términos de la patología a que corresponden dichos patrones. Este punto de vista es el que se asume en ésta obra y es crucial para el modelo de intervención que se propone para los alumnos.

Si presentar problemas de conducta no es un trastorno sino un déficit de habilidades sociales y afectivas, entonces la intervención no debe consistir en utilizar psicofármacos para controlar el cerebro “enfermo” del niño, y tampoco en someterlo a un proceso psicoterapéutico individual, **lo adecuado es implementar programas de desarrollo social/afectivo que doten al niño de las habilidades que carece**. No se busca curar al alumno sino estimular su desarrollo, éste es un enfoque estrictamente coherente con el enfoque psicoeducativo vigente en México y representa un cambio de perspectiva sumamente beneficioso para alumnos, educadores, padres y servicios de apoyo.

De una forma sencilla, puede afirmarse que el término “habilidades sociales” hace referencia a *un conjunto de capacidades de interacción que permiten la optima convivencia humana en diferentes contextos, etapas y situaciones sociales a lo largo de la vida*. Por otro lado, ha de quedar claro que son aprendidas, no innatas. No se nace sabiendo mantener una conversación, ni sabiendo trabajar en equipo o conociendo cómo autorregular las emociones. Todas estas conductas sociales están compuestas por una multitud de pequeños pasos, cada uno de los cuales requiere de unas capacidades (o funciones) psicológicas específicas. Podríamos afirmar que las habilidades sociales están compuestas por múltiples conductas de tipo adaptativo que a su vez son el resultado observable del desarrollo de ciertas capacidades socioafectivas más generales. Por ejemplo, prestar un juguete a un compañero, dar una galleta a un niño o entregar sus propias crayolas a una compañera para que termine un dibujo, son todas conductas específicas que se derivan de una capacidad más general: la función de **compartición**. Por otra parte, esperar turno para usar un columpio, no empujar a los compañeros de una fila y pedir permiso en la escuela para acudir al baño son acciones específicas que resultan de una habilidad más general: **la práctica y conciencia de las reglas**. Otro ejemplo ocurre cuando un alumno pide que le devuelvan su lápiz sin arrebatar el objeto, cuando escucha atentamente lo que le platica un amigo o cuando logra controlar la agresión de un compañero sin violentarlo, todas estas

conductas son la evidencia de una capacidad más abarcativa: **la asertividad (relación social respetuosa)**. Así pues las conductas específicas que realizan los alumnos son más bien el resultado de haber desarrollado ciertas capacidades más generales; desde este punto de vista, se entiende que aprendizaje y desarrollo son fenómenos correlativos pero distintos, como afirma Vigotsky “El aprendizaje es entonces siempre más específico que el desarrollo pero ambos se codeterminan, cuando un niño aprende algo, al mismo tiempo estimula el desarrollo de ciertas capacidades más generales, de la misma manera cuando una función se ha desarrollado hace *más competente* al sujeto para internalizar más complejos y diversos aprendizajes” (1934); de ésta manera si un alumno aprende a no agredir cuando se siente enojado, o aprende a relajarse en una situación que le causa miedo entonces estará en vías de desarrollar la capacidad global para “**autorregular sus emociones**”, el alcance de lo aprendido puede ir mucho más allá de las experiencias particulares de enseñanza.

En este sentido, para ésta perspectiva la intervención **no consiste** del todo en suprimir los comportamientos inadecuados, sino en desarrollar las habilidades psicológicas que son prerequisite para lograr una interacción social adaptada y satisfactoria. Desde esta forma de enfocar el problema, si un alumno agrede a sus compañeros lo pertinente será desarrollar en él la habilidad para “autorregular sus emociones” y la habilidad para “controlar sus impulsos motrices”; cuando a un estudiante se le dota de los recursos psicológicos necesarios para actuar adaptativamente en su contexto, entonces la eliminación o supresión de los comportamientos inadecuados puede ocurrir.

Muchas intervenciones psicopedagógicas se han concentrado en disminuir los comportamientos sociales inapropiados o indeseables; sin embargo, para la **psicología del desarrollo** esto **no** es suficiente, lo verdaderamente importante es que los alumnos cuenten con los recursos psicológicos necesarios para adaptarse a múltiples contextos actuales y futuros. Después de todo lograr que un niño elimine sus conductas incorrectas no nos permite deducir que ha aprendido las correctas, y mucho menos que cuenta con las habilidades generales para adaptarse a otras situaciones sociales que seguramente enfrentará.

Pero ¿quiénes son los responsables de promover el desarrollo y aprendizaje de las competencias socio/afectivas? A continuación se abordará éste punto.

### **Las funciones del psicólogo(a): currículo escolar y problemas de conducta**

El tema de las habilidades adaptativas sociales es esencial para la vida escolar de los estudiantes, pues no solo es un prerequisite para un buen proceso educativo sino que

puede marcar la diferencia entre permanecer o no en un servicio escolarizado. Su relevancia es tal que los actuales planes y programas de educación básica en México han dedicado asignaturas completas tendientes al desarrollo de competencias socio-afectivas en los alumnos, ***ya no se espera que el aprendizaje de éstas competencias ocurra de una manera incidental durante su paso por la educación básica, en realidad se pretende favorecer explícitamente estas áreas hasta conseguir su pleno dominio.***

Desde éste punto de vista, si un alumno no logra adaptarse a las reglas de respeto, tolerancia y convivencia social, no puede deslindarse sólo sobre los padres la responsabilidad de solucionarlo, de hecho esto implica que la escuela no está logrando lo aprendizajes sociales esperados que se ha propuesto conseguir y está obligada a realizar las acciones psicopedagógicas que sean necesarias para que el niño adquiera ésas competencias de relación.

La Reforma Integral de la Educación Básica emprendida recientemente en México enfatiza la conversión de un currículo preponderantemente académico e intelectualista a uno más equilibrado de tipo social, afectivo e intelectual. Las competencias de tipo socio/afectivo han dejado de ser responsabilidad exclusiva de la familia o un buen anhelo de la educación para convertirse en un propósito curricular bien definido. De las cinco competencias para la vida que se pretenden conseguir en educación básica, dos se refieren estrictamente a competencias socioafectivas y una tiene cierta relación con ellas.

***“Las 5 competencias para la vida en Educación Básica”***

***1. Competencias para el aprendizaje permanente.***

***2. Competencias para el manejo de la información***

***3. Competencias para el manejo de situaciones.***

***4. Competencias para la convivencia.***

***5. Competencias para la vida en sociedad.***

**Desarrollo  
Socio/Afectivo**

***Competencias para el manejo de situaciones.*** Son las vinculadas con la posibilidad de organizar y diseñar proyectos de vida, considerando diversos aspectos, como los históricos, sociales, políticos, culturales, geográficos, ambientales, económicos, académicos y afectivos, y de tener iniciativa para llevarlos a cabo, administrar el tiempo, propiciar cambios y afrontar los que se presenten; tomar decisiones y asumir sus consecuencias, enfrentar el riesgo y la incertidumbre, plantear y llevar a buen término procedimientos o alternativas para la resolución de problemas, y manejar el fracaso y la desilusión.



**Competencias para la convivencia.** Implican relacionarse armónicamente con otros y con la naturaleza; comunicarse con eficacia; trabajar en equipo; tomar acuerdos y negociar con otros; crecer con los demás; manejar armónicamente las relaciones personales y emocionales; desarrollar la identidad personal y social; reconocer y valorar los elementos de la diversidad étnica, cultural y lingüística que caracterizan a nuestro país, sensibilizándose y sintiéndose parte de ella a partir de reconocer las tradiciones de su comunidad, sus cambios personales y del mundo.

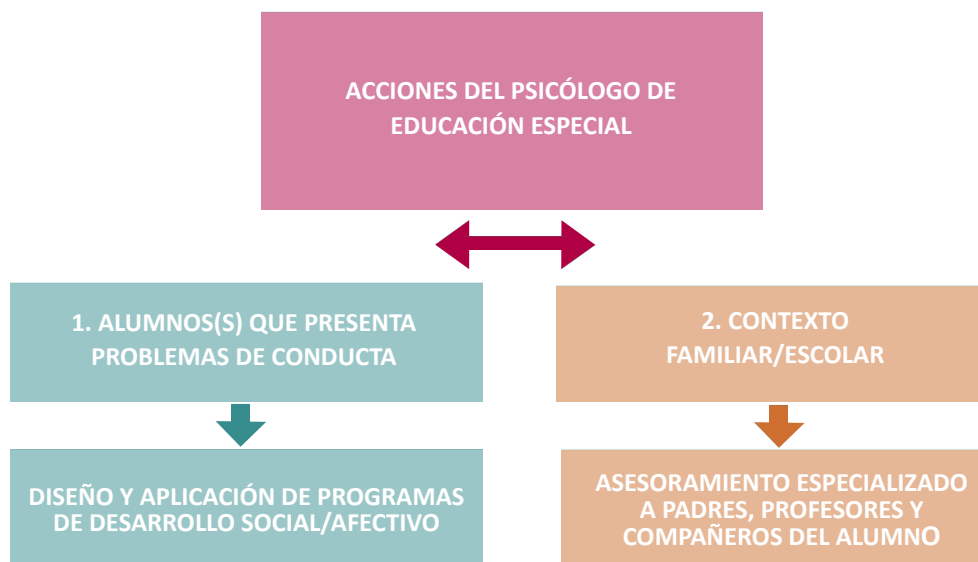
**Competencias para la vida en sociedad.** Se refieren a la capacidad para decidir y actuar con juicio crítico frente a los valores y las normas sociales y culturales; proceder a favor de la democracia, la libertad, la paz, el respeto a la legalidad y a los derechos humanos; participar tomando en cuenta las implicaciones sociales del uso de la tecnología; participar, gestionar y desarrollar actividades que promuevan el desarrollo de las localidades, regiones, el país y el mundo; actuar con respeto ante la diversidad sociocultural; combatir la discriminación y el racismo, y manifestar una conciencia de pertenencia a su cultura, a su país y al mundo.

Más específicamente el campo formativo “Desarrollo Personal y Social” de preescolar, y la asignatura de “Formación Cívica y Ética” de primaria y secundaria, estipulan toda una serie de competencias y aprendizajes esperados de índole social.

Si la mitad de las competencias fundamentales que rigen los programas educativos corresponden a aspectos de tipo social y afectivo entonces es coherente afirmar que las escuelas incumplen su misión al tener una gran población de alumnos que presentan problemas de conducta tal como se les ha definido antes (ausencia, retraso o déficit de habilidades).

Pero las escuelas no están solas en su arduo trabajo de enseñar competencias sociales a los alumnos, también comparten la responsabilidad con los padres, la comunidad y los servicios educativos especiales (maestros de apoyo, trabajadores sociales, psicólogos, etc.). En éste sentido, las aportaciones del psicólogo para la solución de *problemas de conducta* no deben entenderse como parte de una intervención extracurricular al margen de los propósitos educativos que las escuelas pretenden, ya que el logro de aceptables niveles de adaptación social es también un aspecto curricular. Esto es fundamental, pues implica que su responsabilidad en la atención de los niños con problemas de conducta no trascurre como un trabajo independiente y tangencial a las labores de los otros agentes educativos, por el contrario, su actividad debe integrarse coordinada y plenamente a las funciones de todos los implicados en la educación de los alumnos, pero sin perder su identidad profesional como psicólogo.

Como se viene diciendo, la presentación de problemas de conducta es un indicador de que **no** se están consiguiendo los propósitos educativos de tipo social que se han programado para un individuo o un grupo escolar dado. Como en cualquier otra área curricular, cuando los recursos ordinarios que utiliza el maestro para obtener los aprendizajes esperados no son suficientes, entonces se dice que ése alumno presenta necesidades educativas especiales, pues requiere de mayores o diferentes apoyos para conseguirlos. **Cuando esto ocurre es primordial el apoyo del área de psicología para cubrir esas necesidades. La labor del psicólogo debe implicar por lo menos dos tareas indispensables: por una parte fungir como un asesor experto de padres y maestros para regular el comportamiento inadecuado de eso(s) estudiante(s), y por otro lado puede diseñar y aplicar programas de desarrollo socioafectivo que coadyuven a la adaptación interpersonal.**



Precisamente ésta obra tiene el propósito medular de presentar una alternativa de intervención psicológica completa, centrada en el diseño y aplicación de programas de desarrollo para alumnos de primaria con problemas de conducta, y de manera secundaria contribuir con una breve propuesta de manejo de estrategias para profesores.

### El juego como recurso metodológico para solucionar problemas de conducta

Los programas de desarrollo socioafectivo son un sistema de *actividades lúdicas bien organizadas que promueven el desarrollo de ciertas funciones sociales y afectivas, con el fin de mejorar la capacidad de los niños para establecer relaciones efectivas y satisfactorias con las demás personas*. Es una forma bastante eficaz de contribuir a la regulación de los problemas de conducta a través del juego.

El juego es toda actividad motriz y/o abstracta que prepara al sujeto para responder a las exigencias de las etapas futuras, comienza desde el nacimiento y permite afinar y acelerar el proceso de desarrollo de todo tipo de funciones psicológicas. Es de uso común en la educación moderna y representa una herramienta indispensable para la psicología aplicada al ámbito escolar.

El juego puede utilizarse como medio para poner en práctica las habilidades adquiridas pero también como una manera de desarrollar una actitud de compañerismo, cooperación o competitividad. A través del juego el niño aprende a tomar en cuenta al otro, a aceptar las reglas comunes, a respetar espacios, tiempos, etc. Muchos niños escolarmente desadaptados pueden disfrutar de actividades lúdicas poniendo a prueba sus destrezas motrices, sus habilidades sociales y generando lazos afectivos que en la jornada escolar ordinaria no se favorecen. Para estos alumnos el juego es un medio para entrar en contacto de una manera relajada con los otros, para sentirse motivados para ir a la escuela y para desarrollar las competencias sociales necesarias para su mejor adaptación al contexto escolar, familiar y comunitario. A través del juego el niño puede expresar sus emociones y aprender a regularlas, puede cometer errores y enmendarlos sin que las consecuencias sean tan graves como ocurre en las situaciones reales.

Para psicólogos evolutivos como Vigotsky, Piaget y Wallon el juego es la alternativa primordial para estimular el desarrollo de un sinnúmero de funciones. Aunque las contribuciones mundiales de estos autores en los sistemas educativos actuales son muy bien conocidas, es en el ámbito de la psicología donde mejor pueden aprovecharse sus descubrimientos. En opinión de Vigotsky las especies animales más sofisticadas son aquellas que juegan, basta recordar a los delfines, elefantes, chimpancés y humanos como ejemplos clásicos de esta predisposición al juego y su resaltada complejidad psicológica. En este sentido, el psicólogo que trabaja en el ámbito educativo tiene en el juego uno de sus principales recursos de intervención

En el enfoque de la psicología del desarrollo (genética, evolutiva, etc.) el juego se utiliza como la herramienta más poderosa de las ciencias humanas para corregir, prevenir y estimular el desarrollo global. Desde esta perspectiva el juego no tiene una función catártica, terapéutica (curativa) o metafórica como ocurre en otras corrientes (gestalt, psicoanálisis, etc.), sino una función estrictamente desarrolladora de habilidades, que otorga a los sujetos la posibilidad de adquirir todo un conjunto de recursos mentales y conductuales que les permitirán enfrentarse eficazmente a las exigencias planteadas por su ambiente.

En este sentido el psicólogo que labora en el campo de la educación especial puede usar las actividades lúdicas para desarrollar en los alumnos aquellas funciones psicológicas (capacidades) que coadyuven a mejorar su proceso educativo, para lo cual es necesario que este profesional cuente con un sólido conocimiento del desarrollo humano y la habilidad para aplicar programas metodológicamente bien definidos.





# CAPÍTULO II

## PROBLEMAS DE DESARROLLO SOCIAL/AFECTIVO: ORGANIZACIÓN Y COMPONENTES

### Descripción general

Los Programas de Desarrollo Socio/Afectivos incluidos en ésta obra representan una alternativa de intervención viable para contribuir a la solución los problemas de conducta social que presentan ciertos alumnos de educación primaria. Son una manera sistemática de abordar el desarrollo de los niños desde la perspectiva de la psicología genética (constructivista/histórico/cultural). Implica una manera profesional de utilizar el juego como una herramienta seria para la adquisición de habilidades sociales y afectivas, que coadyuven al proceso educativo completo del niño.

La estructura general de los programas de desarrollo contenidos aquí implica una organización en cascada que va de lo general a lo particular, abarcan toda la etapa de educación primaria pero se divide en 3 niveles de complejidad para hacer más específica la intervención por subgrupos. Su contenido se centra en el desarrollo social/afectivo y se han seleccionado cinco grandes habilidades para trabajarse por separado:

- A. AUTOCONCEPTO.**
- B. AUTORREGULACION EMOCIONAL.**
- C. ASERTIVIDAD.**
- D. CONCIENCIA Y PRACTICA DE LAS REGLAS.**
- E. COOPERACION (TRABAJO EN EQUIPO).**

A su vez cada habilidad implica una serie jerarquizada de actividades lúdicas diferentes para cada nivel, las cuales representan la médula del trabajo con los niños. Cada uno de los tres programas de desarrollo (chicos, medianos y grandes)

está compuesto por un promedio de 18 actividades de 60 minutos de duración cada una aproximadamente.

Con demasiada frecuencia el juego ha sido tratado como un asunto menor en la vida psicológica de los niños, a veces como una oportunidad de distracción y otras como una simple alternativa divertida para salir del paso cuando no se ha preparado la sesión de trabajo. En éste caso las actividades lúdicas representan la herramienta para ir construyendo el andamiaje hacia las competencias interactivas definidas en los programas educativos. Los programas de desarrollo socio/afectivos no resuelven todos los problemas de adaptación social, pero sí facilitan y aceleran la adquisición de habilidades de ciertos alumnos que de otra manera estarían condenados al castigo, la marginación o la expulsión de sus escuelas.

Lo que ofrecen los programas incluidos en ésta obra es sobre todo sistematicidad. Intentan desdeñar las prácticas psicológicas improvisadas y desorganizadas que sólo conducen a la simulación de resultados. Desde la perspectiva de Piaget y Vigotsky en la que se fundamenta éste trabajo, se comete un grave error metodológico cuando en cada sesión de trabajo el psicólogo va *“saltando” de habilidad en habilidad, tratando de estimular un gran número de ellas a la vez, pues solo provoca el ensayo efímero de las habilidades específicas pero nunca su consolidación o dominio; es cierto que en toda actividad que se plantea a los niños pueden activarse múltiples habilidades al mismo tiempo, pero cuando el psicólogo pretende favorecer todas a la vez termina perdiendo el foco primordial de desarrollo, y al final de la sesión el niño sólo ha ejercitado de manera parcial las capacidades que aún no consolida.* Si el psicólogo aplica hoy una actividad de autoconocimiento y la próxima sesión “salta” a una sobre “práctica y conciencia de las reglas”, entonces no consolida ni una ni la otra. Resulta aún peor cuando se implementan actividades aisladas que inician y terminan en sí mismas, que no forman parte de un programa; ésto ocurre por ejemplo cuando un día se aplica un juego para “el trabajo en equipo” y nunca más durante el transcurso del año vuelve a tratarse el tema, obviamente es casi imposible que los niños hayan podido desarrollar esas habilidades por una sólo exposición al estímulo. Para conseguir el pleno dominio de una capacidad en cierta etapa del desarrollo se necesita una ejercitación constante, no se trata de aplicar semana tras semana la misma actividad sino proponer a los sujetos diferentes procedimientos que ponen en acción la misma capacidad.

También muchos profesionales de la psicología creen que pueden desarrollar capacidades de todo tipo aplicando actividades integrales que ponen en funcionamiento la inteligencia, la psicomotricidad, la socialización y la afectividad al mismo tiempo, sin embargo la investigación científica actual pone en entredicho la efectividad de ésta manera de proceder. Es verdad que en casi todos los juegos están implicadas las 4 áreas en que clásicamente se ha dividido el desarrollo, pero si el psicólogo no define con precisión el propósito específico que persigue al aplicar cada actividad, entonces consigue muy poco.

En síntesis, éste trabajo ofrece al lector una manera estructurada de estimular el desarrollo socio/afectivo de los niños, beneficiándose de la diversión que provoca el juego pero respetando estrictamente las reglas metodológicas para el diseño y aplicación de programas. No está de más aceptar que ningún programa de desarrollo, por bueno que éste sea, puede suplir el papel medular del profesional que lo aplica: el mejor de los programas fracasa ante las posibles incompetencias de quien lo opera.

### **Características de los mediadores/facilitadores**

Los programas de desarrollo socio/afectivo contenidos en ésta obra fueron pensados para el trabajo de psicólogo(a)s que laboran en el ámbito de la educación especial. Para sacar el máximo provecho de ellos es indispensable contar con sólidos conocimientos de desarrollo infantil y juvenil, así como suficientes habilidades prácticas para el manejo de grupos. Cuando no existen éstas condiciones las actividades lúdicas se quedan en el nivel de simples juegos para el desfogue y la diversión.

Otros profesionistas interesados en el desarrollo social/afectivo como maestros de educación especial, profesores o trabajadoras sociales también pueden beneficiarse de éstos programas pero deben asegurarse que cuentan con las competencias necesarias para lograr los propósitos esperados.

### **Población escolar a la que van dirigidos los programas**

Niños y niñas que cursen el nivel de educación primaria prioritariamente, pero con las adaptaciones pertinentes los programas pueden ser útiles para alumnos del último grado de preescolar y primeros grados de secundaria. Los programas están diseñados para aplicarse a niños que presentan necesidades educativas especiales asociadas a problemas de conducta, sin embargo nada impide su implementación con otro tipo de población.

### **Cantidad ideal de participantes por grupo y modalidad de trabajo**

Los juegos que conforman cada programa están pensados para trabajarse en grupos de 8 a 12 niños idealmente, esto facilita el control que puede tener el coordinador sobre los niños y permite dedicar el tiempo suficiente de participación a cada uno. Para la psicología del desarrollo resulta inconcebible aplicar programas con propósitos sociales utilizando la modalidad individual: si el problema es social entonces se necesita otros sujetos para ejercitar las habilidades a desarrollar. Trabajar por grupos de niños en espacios extraáulicos no solo

es una medida útil para satisfacer la alta demanda que los psicólogos tienen en la escuelas, sino una alternativa totalmente justificada para conseguir los desarrollos psicosociales que se han planeado. Resultaría paradójico intentar desarrollar habilidades sociales mediante una modalidad individual, la intervención individual sólo se justifica cuando alguno de los estudiantes no cuenta con el mínimo de repertorios para interactuar con sus compañeros. Por otra parte, el trabajo con los *grupos escolares enteros* no es una opción que se recomiende, debido a que el facilitador (psicólogo, educador, etc.) corre el riesgo de repartir su atención entre todos los integrantes, perdiendo de esta manera la oportunidad de centrar la intervención en aquellos alumnos que necesitan con más urgencia la atención. No obstante la modalidad de grupo entero puede utilizarse ocasionalmente para generalizar más rápido las habilidades sociales obtenidas en el trabajo en subgrupo (sólo algunas de las actividades de ésta obra pueden adaptarse para jugarse con grupos numerosos).

### Niveles o periodos.

Los programas están divididos en tres niveles distintos según la edad o grado escolar de los niños. Abarcan todo el periodo de educación primaria e implican distintas actividades lúdicas para cada nivel.

GRUPO	NIVEL	EDAD	GRADOS ESCOLARES
Chicos	1er Nivel	6-8 años	1º-2º
Medianos	2º Nivel	8-10 años	3º-4º
Grandes	3er Nivel	10-12 años	5º-6º

Es importante que los usuarios sean flexibles en la ubicación de los alumnos en tal o cual programa. Los criterios de edad y grado en general son útiles para decidir en qué nivel ubicar a los participantes, pero seguramente habrá casos en que lo más conveniente sea colocarlos en un nivel más alto o más bajo según las características del grupo, o el nivel de desarrollo socio/afectivo que presenten.

### Habilidades o funciones socioafectivas a desarrollar.

Cada uno de los programas implican el desarrollo de cinco habilidades socio/afectivas y un bloque de presentación. Mientras que el área afectiva se refiere a todas aquellas funciones emocionales, motivacionales y personales que tienen que ver con el individuo, el área psicosocial se compone de las funciones o capacidades psicológicas que se asocian a la vida de relación, a la vida en sociedad. ***El autoconcepto y la autorregulación emocional***



son ejemplo de funciones afectivas, mientras que la asertividad, la conciencia de las reglas y la cooperación son ejemplos de habilidades sociales. Cuando se utiliza el término “socioafectivo” se hace referencia a esa relación indisoluble que existe entre ambas y cuya separación es en realidad artificial., por este motivo se trabajan de forma combinada al aplicar los programas de desarrollo.

Las funciones tienen un orden fijo de aparición determinado bajo criterios de encadenamiento psicogenético. En la siguiente tabla se presentan las funciones organizadas tal como aparecen en los programas y su definición.

SOCIO-AFECTIVA	HABILIDAD/FUNCIÓN DEFINICIÓN
0. PRESENTACIÓN	No es una habilidad propiamente. Consiste en presentarse ante el grupo y dar a conocer información personal sencilla. Su función es importantísima pues finca las bases para la confianza grupal, la disposición al trabajo y la cohesión de grupo. Ningún programa de desarrollo debe carecer de actividades divertidas de presentación. Iniciar inmediatamente con el programa formal de actividades de desarrollo sin que los niños se conozcan un poco dificulta la disposición a los juegos.

HABILIDAD/FUNCIÓN	
SOCIO-AFECTIVA	DEFINICIÓN

- |                 |  |
|-----------------|--|
| 1. AUTOCONCEPTO | Habilidad para definirse y apreciarse a sí mismo con objetividad y equilibrio a partir de las características personales: aspecto corporal, cualidades físicas, gustos, intereses, inhabilidades, valoración estética y afectiva, estilo emocional, etc. Se suele dividir en componentes más particulares como autoestima, autoconfianza y autoconocimiento. |
|-----------------|--|

### HABILIDAD GENERAL: AUTOCONCEPTO

HABILIDADES ESPECÍFICAS	EJEMPLOS DE CONDUCTAS PARTICULARES
-------------------------	------------------------------------

- |   |  |
|---|--|
| 1. Identificar las partes de su cuerpo.                         | - Señala o dice que es él en fotografías y videos.   |
| 2. Identificar las diferencias corporales con otros compañeros. | - Se anima a pasar al pizarrón a solucionar ejercicios de español conoedor de sus capacidades y conocimientos. |
| 3. Reconocer gustos e intereses personales.                     | - Elige su ropa favorita y la sabe combinar según la ocasión.  |
| 4. Identificar desventajas.                                     | - Se coloca correctamente en una fila de niños según su estatura.  |
| 5. Identificar cualidades psicológicas o de personalidad.       | - Propone una competencia de "carreritas" a un compañero al que sí le puede ganar.                             |
| 6. Reconocer lo que le gusta y no le gusta de sí mismo.         | - Se enorgullece de sus avances en el matemáticas y muestra sus trabajos a compañeros, familiares y maestros.  |
| 7. Identificar cómo se siente ante sus características.         | - Conserva su higiene para tener un buen aspecto.  |
| 8. Analizar con equilibrio lo que otros opinan de él.           |  |
| 9. Sentir orgullo por sus cualidades y logros.                  |  |

SOCIO-AFECTIVA	HABILIDAD/FUNCIÓN DEFINICIÓN
----------------	---------------------------------

- |                   |   |
|-------------------|---|
| 2. AUTOREGULACIÓN | Habilidad para modular las respuestas y sensaciones emocionales de manera voluntaria y consciente con fines adaptativo/sociales. Al contar con las estrategias de autodominio la persona no solo es capaz de regular su conducta de origen emocional, sino las reacciones y sensaciones fisiológicas que la acompañan. Habilidad contraria al “contagio emocional” o reacción afectiva vicaria. |
|-------------------|---|

### HABILIDAD GENERAL: AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL

HABILIDADES ESPECÍFICAS	EJEMPLOS DE CONDUCTAS PARTICULARES
-------------------------	------------------------------------

- |  |   |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocer las propias emociones y sentimientos.</li> <li>2. Manejar el sentirse excluido.</li> <li>3. Buscar compañía cuando se siente solo.</li> <li>4. Buscar consuelo.</li> <li>5. Expresar alegría sin exaltarse demasiado.</li> <li>6. Manejar el enojo.</li> <li>7. Enfrentarse con el miedo.</li> <li>8. Mostrar afecto.</li> <li>9. Mostrar y manejar la vergüenza.</li> <li>10. Manejar la culpa cuando se sabe responsable de algo.</li> </ol> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dice la emoción que le ocurre cuando se le pregunta cómo se siente.</li> <li>- Aprieta los dientes, respira profundo y espera hasta que se sus compañeros lo aceptan en un juego.</li> <li>- Se mantiene controlado al pasar al pizarrón a resolver un problema que le dicta el maestro.</li> <li>- Aunque impaciente, espera su turno para recibir una rebanada de pastel en el salón.</li> <li>- Muestra vergüenza cuando el maestro le llama la atención por gritar en clase.</li> <li>- Se disculpa con un compañero al que golpeó accidentalmente.</li> </ul> |
|--|---|

## HABILIDAD/FUNCIÓN SOCIO-AFECTIVA

## DEFINICIÓN

3. ASERTIVIDAD      Habilidad para expresar las propias opiniones, pensamientos y sentimientos haciendo valer los derechos propios, pero simultáneamente respetando los de los demás. Esta función implica tanto elementos conductuales como de criterio moral, ejemplos de los primeros son la postura corporal y el dominio del tono de voz, y del segundo la noción de respeto y de derecho. Es inherente a ella todas las habilidades de comunicación con fines sociales.

## HABILIDAD GENERAL: ASERTIVIDAD

### HABILIDADES ESPECÍFICAS

### CONDUCTAS PARTICULARES

- |   |   |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Enfrentar al ser molestado.</li> <li>2. Considerar opiniones.</li> <li>3. Buscar instancias que puedan ayudarlo a solucionar un problema.</li> <li>4. Pedir ayuda cuando no se sabe hacer algo.</li> <li>5. Ser honesto.</li> <li>6. Saber cuándo contar algo y cuándo reservárselo.</li> <li>7. Tolerar no ser el primero.</li> <li>8. Decir “No” cuando no se desea o puede hacer algo.</li> <li>9. Aceptar “no” por respuesta.</li> <li>10. Pedir información de todo tipo sin cohibirse.</li> </ol> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Acude a un adulto para acusar a un niño que le ha quitado lápiz.</li> <li>- Al ser golpeado por un niño más pequeño, sólo detiene los golpes y lo aparta firmemente sin lastimarlo.</li> <li>- Se pone de acuerdo con sus compañeros para decidir en qué orden usarán el único columpio de un parque.</li> <li>- Busca a un adulto para calmar a un niño agresivo que está acaparando el uso de un balón.</li> <li>- Se niega a ir con un extraño que le ofrece una golosina.</li> </ul> |
|---|---|

**HABILIDAD/FUNCIÓN  
SOCIO-APECTIVA**
**DEFINICIÓN**
**4. CONCIENCIA  
Y PRÁCTICA DE  
LAS REGLAS**

Habilidad para adaptarse respetuosamente a las reglas que rigen el funcionamiento de las distintas situaciones y contextos sociales. Esta habilidad es la base de la convivencia pacífica y la adaptación social; es distinta a la sumisión ya que quien cuenta con esta habilidad es capaz de ajustarse conscientemente a múltiples contextos, pero también propondrá mejoras a las normas para eficientar su participación y la de los demás.

**HABILIDAD GENERAL: CONCIENCIA Y PRÁCTICA DE LAS REGLAS**
**HABILIDADES ESPECÍFICAS**
**CONDUCTAS PARTICULARES**

1. Respetar las reglas de los juegos.
2. Respetar normas escolares y familiares.
3. Tolerar las sanciones al romper las reglas.
4. Cuidar que otros cumplan las reglas.
5. Pedir permiso para trasgredir una regla de manera excepcional.
6. Cambiar y poner nuevas reglas si conviene a todos.
7. Preguntar por las reglas cuando llega a un nuevo lugar

- Participa en juegos con otros niños, manteniéndose por periodos largos y cumpliendo con las normas. ("congelado", "fut", etc.)
- Pide permiso para ir al baño y sale hasta recibirlo.
- A la orden de su mamá, deja de ver la TV cuando ha transcurrido el tiempo destinado para ello.
- Reclama cuando un niño hace trampa en un juego y acepta la sanción si el la comete.
- No muestra berrinche cuando se le quita un juguete por usarlo inadecuadamente.

**HABILIDAD/FUNCIÓN  
SOCIO-AFECTIVA**
**DEFINICIÓN**
**5. COOPERACIÓN  
(TRABAJO  
EN EQUIPO)**

Habilidad para coordinar las propias acciones con las de otros para lograr una meta o propósito común. Es la base indispensable para el trabajo en equipo. Cuando se cuenta con ésta habilidad la persona pone al servicio del grupo su colaboración, adaptándose a las diferentes tareas, circunstancias y cualidades de los integrantes.

**HABILIDAD GENERAL: TRABAJO EN EQUIPO (COOPERACIÓN)**
**HABILIDADES ESPECIFICAS**
**CONDUCTAS PARTICULARES**

1. Mantenerse en un grupo de trabajo.
2. Tolerar el ritmo de trabajo de los demás.
3. Hacer la labor que se le delegó.
4. Ayudar para terminar el trabajo.
5. Aceptar ayuda.
6. Ofrecer ayuda a alguien que lo necesita.
7. Felicitar a los demás por terminar el trabajo.
8. Aceptar ideas diferentes a las propias para hacer un trabajo.
9. Sentirse parte de un equipo.

- Se mantiene tranquilo junto a otros compañeros, haciendo la tarea de equipo que le encomendaron.
- Presta su material para terminar un trabajo en equipo.
- Pide a un compañero que le ayude a hacer un dibujo y en cambio ofrece continuar con la actividad que éste estaba realizando.
- Organiza a unos amigos para iniciar un partido de futbol.
- “La Choca” con sus compañeros cuando han ganado en una competencia.

Esta organización en cascada, que avanza de las *habilidades generales* hasta las *conductas particulares* ayuda a los facilitadores a obtener una mayor precisión en los objetivos que persiguen al aplicar las actividades. Además hace más fácil la evaluación de los avances.

Como se verá más adelante cada una de éstas **habilidades generales** deben trabajarse durante cierto número consecutivo de sesiones hasta conseguir que el alumno adquiera **las habilidades específicas** que cada mediador ha planteado para sus grupos. Por otra parte, las **conductas particulares** son ejemplos de acciones concretas y contextualizadas que presentarán los alumnos como producto de haber desarrollado ya las **habilidades específicas**, la presencia de estas conductas en los contextos reales representan el indicador más confiable que se tiene para evaluar los avances de los alumnos.

Se eligieron éstas funciones socio/afectivas por la relevancia que tienen para la adaptación social y para el currículo actual de la educación primaria en México, pero esto no impide la posibilidad de modificar, sustituir o suprimir cualquiera de ellas en función de las necesidades del grupo al cual se aplicarán los programas.

Es importante hacer notar que el orden en que están acomodadas las habilidades permite que la primera sea condición para poder realizar la segunda habilidad, y ésta a su vez es prácticamente un requisito para realizar de la mejor manera la tercera, y así sucesivamente hasta abarcar todas: el **autoconcepto** es indispensable para la **autorregulación emocional** y éstas dos son necesarias para la **asetividad**, éstas tres son imprescindibles para la **conciencia y práctica de las reglas**, y las cuatro en conjunto se reúnen en la habilidad para poder trabajar en equipo (**cooperación**).

### La distribución de las actividades lúdicas que conforman los programas

Cada habilidad se compone de una serie ordenada de actividades distintas para cada nivel. El orden en que fueron colocadas permite avanzar de las habilidades más simples a las más complejas. En promedio los programas de desarrollo para cada nivel están compuestos por 20 actividades; si se aplicara una actividad por semana implicaría aproximadamente cinco meses de intervención continua con cada grupo. En la siguiente tabla se muestra la estructura general de los programas: 3 niveles (chicos, medianos y grandes), 5 funciones socioafectivas y de 2 a 6 actividades lúdicas incluidas en cada habilidad conforman el programa de cada grupo de alumnos.

## HABILIDADES SOCIOAFECTIVAS

Nivel	1. PRESENTACIÓN	2. AUTOCONCEPTO	3. AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL
1 CHICOS	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Me pica aquí</li> <li>2. Papa caliente</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Carrera de periódicos</li> <li>2. Espejo</li> <li>3. Tactocopia</li> <li>4. Cartero</li> <li>5. Mi silueta</li> <li>6. Maratón</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. La risa</li> <li>2. Masajitos</li> <li>3. Contactos ciegos</li> </ol>
2 MEDIANOS	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nombres y gestos</li> <li>2. Nombre y garrotazo</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Saludos</li> <li>2. Stop corporal</li> <li>3. Sentidos sociales</li> <li>4. Maratón</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. La risa.</li> <li>2. La vergüenza</li> <li>3. Contactos ciegos</li> </ol>
3 GRANDES	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nombres al aire</li> <li>2. ¿Te gustan tus vecinos?</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sentidos sociales</li> <li>2. Maratón</li> <li>3. Caras y gestos</li> <li>4. Adivina quién</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. El miedo</li> <li>2. Contactos ciegos</li> <li>3. Relajación muscular</li> </ol>



**HABILIDADES SOCIOAFECTIVAS****4. ASERTIVIDAD**

1. Monstruo /Ratón/  
Persona.
2. Títeres
3. Teatro
4. Miradas que matan

**5. CONCIENCIA Y PRÁCTICA DE REGLAS**

1. Uno, dos, tres calabaza
2. La araña peluda
3. Blancos y negros

**6. COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO)**

1. Sillas musicales cooperativas.
2. Globo arriba

1. Monstruo / Ratón/  
Persona
2. Títeres
3. Teatro
4. El mejor vendedor del mundo.

1. Cazadores de estatuas
2. Zorros y ratones
3. Caracol

1. La banca de todos
2. Pescar al pez
3. Retos

1. Monstruo / Ratón/  
Persona
2. Títeres
3. Teatro
4. Este es un perro –  
este es un gato

1. Pesca submarina
2. Agwan Beis
3. Cuadro numérico
4. Fut Beis

1. Paseando el aro
2. Retos
3. La isla
4. El viento somos todos

### Fichas de trabajo (estructura de cada actividad/juego)

Las actividades se componen de 6 secciones: Nombre del Juego, Objetivo(s), Material, Procedimiento, Cierre e Indicadores de Evaluación; a continuación se describe en detalle cada una de éstas secciones. Además para hacer más práctico el manejo de los juegos, cada actividad contiene una cinta de identificación en la parte superior de la hoja que informa el número de la actividad, el tipo de juego, el tiempo estimado de duración y el rango de edad. Ejemplo:



#### 1. NOMBRE DEL JUEGO

**2. OBJETIVO (S):** el o los propósitos de la actividad, lo que pretendemos desarrollar.

**3. MATERIAL:** los objetos, utensilios o aditamentos que se requieren. Breve descripción del espacio de juego.

**4. PROCEDIMIENTO:** descripción detallada de la secuencia de pasos que componen la actividad. Incluye variantes, diagramas, dibujos y/o sugerencias para estimular el desarrollo de la habilidad programada.

**5. CIERRE:** el cierre tiene el objetivo de recapitular lo acontecido en las actividades, así como permitir la expresión de opiniones, emociones y sentimientos experimentados por los niños. Su duración debe ser breve (5 - 8 minutos). Para obtener una mayor participación de los niños, el facilitador tendrá que mostrarse muy directivo, iniciando la conversación con una o dos preguntas relativas al juego que acaba de terminar y haciendo cuestionamientos directos. Se busca rescatar las experiencias de los niños haciendo uso de todos los recursos de mediación disponibles para estimular el desarrollo de las habilidades programadas, por ejemplo: pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, poner ejemplos, actuar situaciones, modelar conductas, mostrar imágenes, autodominio del error, hacer preguntas, etc. No es un espacio que deba utilizarse con fines terapéuticos, endocrinadores

o de consejería, representa una oportunidad crucial para consolidar el desarrollo de las habilidades ejercitadas durante el juego.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN**

Listado de elementos de observación que permitirán al facilitador valorar los avances en el desarrollo de la habilidad que se está tratando. Constituyen un elemento crítico de la intervención pues revelan la consecución o no de los propósitos que se desea obtener en los niños. Es el recurso indispensable con el que cuentan los coordinadores (psicólogos prioritariamente) para recolectar las evidencias objetivas de los logros que se van obteniendo. Al igual que cualquier otro profesional que labora en el campo educativo, los resultados del psicólogo deben ser mensurables: medibles; solo de esta manera puede cerciorarse de la eficiencia de su intervención.



# CAPÍTULO III

## PROGRAMAS DE DESARROLLO SOCIAL/APECTIVO: PRIMER NIVEL / SEGUNDO NIVEL / TERCER NIVEL

PRIMER NIVEL  
CHICOS ( 1° Y 2° )  
6 - 8 AÑOS

1.1 JUEGOS DE PRESENTACIÓN 35 min. 6-8 años.

### ME PICA AQUÍ

#### OBJETIVO (S)

Propiciar un primer contacto divertido entre los participantes y conocer sencillas informaciones personales.

#### MATERIAL

Tijeras sin filo, cartulinas blancas tamaño gafete, pegamento, colores, revistas para recortar y marcadores. Portagafetes. Sillas y mesas (opcional).

#### PROCEDIMIENTO

1. El coordinador da la bienvenida a todo el grupo. Les explica el objetivo, la organización y el reglamento del trabajo que recién comienzan. Pregunta las expectativas y creencias sobre su participación en éste espacio y resuelve dudas generales.
2. Todo el grupo forma un círculo (de pie o sentados). La primera persona que decida presentarse deberá decir su nombre y afirmar que le pica alguna parte del cuerpo mientras se rasca, por ejemplo: *“me llamo Laura y me pica aquí (rascándose la cabeza)”*. La siguiente persona a la derecha del primero seguirá la cadena diciendo: *“ella se llama Laura y le pica ahí (rascando la cabeza de Laura) y yo me llamo Eduardo y me pica aquí (rascándose la panza)”*. El tercer participante deberá repetir en orden los nombres de sus dos compañeros anteriores mientras

les rasca el segmento correspondiente, después mencionará su nombre y se rascará otra parte del cuerpo. Y así sucesivamente hasta completar el círculo. El coordinador debe animar a los participantes a rascarse de forma graciosa y regulará los contactos físicos para no incomodar a ninguno de los jugadores.

**3.** Se repite la actividad pero ahora comenzará la última persona que se presentó en el juego anterior, además se sustituye la frase “*Soy Laura y me pica aquí..*” por “*Soy Laura y bailo así*” (*mientras baila de manera peculiar*). El juego termina hasta que todos se hayan presentado.

**4.** Estando en círculo se indica a los niños que deben de elaborar y diseñar su propio gafete de identificación con el material que se dejará en el centro del círculo (tijeras, cartulinas blancas tamaño gafete, pegamento, colores, revistas para recortar y marcadores). El coordinador debe promover las ideas creativas, la compartición de materiales y la plática entre los participantes mientras elaboran el identificador con su nombre. Los niños pueden escribir su nombre, formarlo mediante letras recortadas, agregar dibujos, recortes de imágenes o cualquier otro elemento distintivo. Si alguno tiene dificultades para escribir o formar su nombre el coordinador le proporcionará la ayuda necesaria. Después de 10 o 12 minutos se entrega un portagafete a cada participante y van presentando su trabajo a todo el grupo.

### **CIERRE**

Reunidos en círculo el coordinador cierra la actividad dando nuevamente la bienvenida a todos, pregunta cómo se sintieron durante la actividad, recolecta los gafetes para entregárselos la próxima sesión, los anima a acudir la siguiente ocasión y se despide.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Soltura y disposición al presentarse ante el grupo.
- Grado de ajuste a las instrucciones del coordinador y reglas de la actividad.
- Estilo preponderante de interacción con los compañeros (si se comunica espontáneamente, si espera a que otros le hablen, si agrede, si se inhibe cuando le toca participar, etc.).
- Primeras afinidades o preferencias por ciertos compañeros.

**1.2 JUEGOS DE PRESENTACIÓN 35 min. 6-8 años.****PAPA CALIENTE****OBJETIVO (S)**

Propiciar un primer contacto divertido entre los participantes y conocer sencillas informaciones personales.

**MATERIAL**

Dos pelotas pequeñas de esponja o plástico (color azul y rojo). Sillas (opcional).

**PROCEDIMIENTO**

1. Se pide a los niños que se sienten formando un círculo (piso o sillas).
2. El coordinador muestra una pelota y explica el juego: se pasará la pelota de un participante a otro lo más rápido posible mientras el facilitador repite incesantemente las palabras “*papa caliente, papa caliente, papa caliente..*”, la persona que tenga la pelota en el instante en que se deja de escuchar la frase “*papa caliente*” tendrá que presentarse ante el grupo, para ello responderá preguntas como: su nombre, su edad, el grado escolar que cursa, su comida favorita, su juego preferido y su programa de T.V. predilecto. Al terminar de comentar estos datos personales se pregunta al resto de los participantes si desean conocer algo más del niño en turno y se hacen las preguntas pertinentes (se aceptarán todas las preguntas sin importar su contenido). Se repite el juego hasta que todos se hayan presentado (incluido el coordinador).
3. Estando el grupo en círculo, el coordinador toma una pelota en cada mano y las entrega al mismo tiempo a los jugadores que tiene a ambos lados, los niños las irán pasando velozmente de mano en mano (una a la derecha y otra a la izquierda), mientras el facilitador repite incesantemente “*papa caliente, papa caliente, papa caliente...*”. Cuando se deje de escuchar la frase “*papa caliente*” se detendrá inmediatamente la rotación de las pelotas y los dos jugadores que se quedaron con ellas deberán presentarse entre sí intentando recordar los datos que el compañero expuso en la primera parte del juego (el jugador “A” dice el nombre, grado escolar y gustos de “B” y viceversa). Se repite la actividad hasta que todos hayan sido presentados. Cada niño podrá ser presentado varias veces si le toca quedarse más de una ocasión con la pelota, en éste caso se pide a los compañeros que intenten agregar otras características que conozcan o supongan de ese compañero para hacer más rico el juego.

**CIERRE**

Reunidos en círculo el coordinador cierra la actividad preguntando cómo se sintieron durante el juego, les cuestiona si alguno descubrió alguna característica de sí mismo al jugar a ésta

actividad y se asegura de que todos los participantes sepan el nombre de sus compañeros. El facilitador resume las opiniones de los niños y si el tiempo lo permite inicia la siguiente actividad de su programa de desarrollo.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Soltura y buena disposición al realizar el juego.
- Nivel de interacción social espontánea antes de iniciar la actividad.
- Grado de ajuste a las instrucciones del coordinador y reglas de la actividad.
- Estilo preponderante de interacción con los compañeros (si se comunica espontáneamente, si espera a que otros le hablen, si agradece, si se inhibe cuando le toca participar, etc.).
- Primeras afinidades o preferencias por ciertos compañeros



1.3 JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO 50 min. 6-8 años.

**CARRERA DE PERIÓDICOS**

**OBJETIVO (S)**

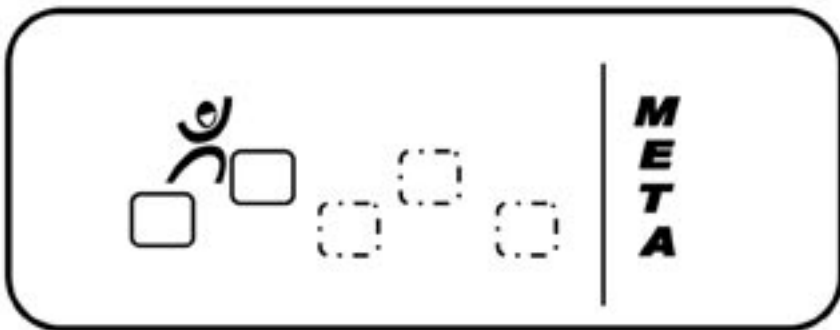
Desarrollar un conocimiento más preciso, objetivo y favorable de sí mismo mediante la identificación de las características psicomotrices propias, las emociones provocadas por el error público y el estilo personal de afrontar situaciones de competencia.

**MATERIAL**

Gis o cinta adhesiva. Hojas de periódico. 2 zancos o latas (vacías) de aluminio para cada jugador (20-30 centímetros de diámetro). Espacio amplio y libre de obstáculos.

**PROCEDIMIENTO**

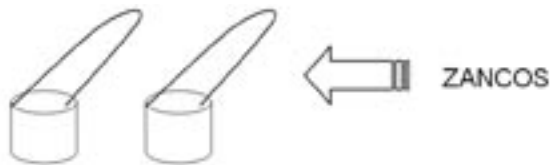
1. Se traza en el piso una línea de arranque y otra de meta con una cinta adhesiva (abarcando una distancia de 6 metros aprox.). Se entregan 2 hojas de periódico a cada niño y se les pide situarse en la línea de salida pisando con ambos pies uno de los periódicos. A la señal del coordinador, cada jugador coloca delante de él la segunda hoja y salta con sus dos pies juntos hacia ella. Entonces se da la vuelta para recoger la que está detrás y la desplaza hacia adelante para avanzar nuevamente, esto se repite tantas veces como sea necesario hasta alcanzar la meta. Gana la persona que logre pasar primero la línea final. Si durante el recorrido alguno de los participantes pone alguno de sus pies fuera de los periódico, deberá de levantar sus 2 hojas y comenzar de nuevo desde la línea de inicio. Se vale apoyar las manos en el piso para recoger las hojas. Es importante que el facilitador insista en que hay que saltar de periódico en periódico impulsando los dos pies al mismo tiempo (queda prohibido saltar apoyando primero un pié y luego el otro).



2. Todos los niños se acomodan de dos en dos y se les reparte un par de botes a cada pareja. El juego consiste en realizar "carreras" por parejas, para ello uno de los niños coloca los pies sobre un bote mientras su compañero mueve el otro delante de él para que pueda

ir dando pasos de bote en bote, y así avanzar poco a poco hasta llegar a la línea de meta. Si el niño que va sobre las latas se cae o pisa el suelo, entonces deben regresar al punto de partida y comenzar de nuevo. Gana la pareja que llegue primero a la meta, pero todos deben terminar el ejercicio. Se repite el juego invirtiéndose los papeles: el que acomodaba los botes ahora irá sobre ellos y viceversa.

3. En ésta fase del juego se reparte a cada participante un par de zancos (botes de metal con cuerdas para poder sostenerlos con las manos y mantenerlos sujetos a los pies) para realizar recorridos alrededor del patio.



El facilitador irá incrementando el nivel de dificultad en cada recorrido. A continuación aparecen los ejercicios que los jugadores deben realizar en sus zancos (en orden ascendente de dificultad):

- A. Caminando hacia el frente
- B. Tijera (abriendo y cerrando el compás lateralmente)
- C. Caminando hacia atrás
- D. Girando
- E. Cuclillas
- F. Caminado hacia el frente llevando un cubo de madera sobre la cabeza.
- G. Girando llevando un cubito de madera en la frente sin que éste caiga al piso.

En cada recorrido gana el niño que menos veces haya perdido el equilibrio (pisar el suelo o caerse de los zancos). Se le otorga un punto al ganador de cada recorrido y al final se cuenta el puntaje total de cada participante para designar al “campeón”.

### CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo para conversar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la identificación individual de las cualidades y debilidades motrices detectadas en el juego, (2) los sentimientos que experimentan los participantes ante los errores cometidos y (3) su estilo particular para afrontar las actividades competitivas (ganar y perder). El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno al autoconcepto de los niños, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas

personales, actuar situaciones, modelar conductas, mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Qué les pareció el juego? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Se le dificultó algún ejercicio? ¿Les gustan los juegos de competencia como éste? SI, NO ¿Por qué? ¿Les gusta competir? ¿Cómo se sienten al ganar? ¿Cómo se sienten al perder? ¿Es posible ganar siempre? Que cada uno mencione en qué actividades suele ganar y en cuáles suele perder ¿Cómo se sienten cuando son responsables de que alguien haya perdido? ¿Qué puede hacerse para ayudar a los niños que pierden o se les dificultan ciertas cosas? ¿Cómo reaccionaron cuando cometieron un error durante el juego? (que platicuen algunos ejemplos) ¿Cómo reaccionan cuando cometen algún error en público (en la casa, la escuela o la calle)? ¿Cómo se sienten? (que algunos participantes cuenten algunos ejemplos personales) ¿Alguien tiene miedo de equivocarse en alguna actividad o a quedar en ridículo? ¿Qué se les ocurre para poder afrontar las situaciones que causan miedo o ansiedad?

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del dialogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad. Por ningún motivo se intenta que los niños respondan a una especie de examen académico cuando se les cuestiona sobre el juego y otras experiencias personales, en realidad de lo que se trata es de establecer una conversación fluida y flexible que brinde a cada participante la oportunidad de expresar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera libre y despreocupada, en una atmósfera de confianza, respeto y comprensión mutua. Los métodos de conversación recomendados por los *psicólogos del desarrollo* son siempre sistemáticos y buscan estimular el desarrollo de los niños, pero no deben convertirse en un interrogatorio mecánico y aburrido. Se espera que las competencias profesionales de los expertos que aplican los programas de desarrollo social/afectivo permitan solucionar imprevistos, innovar estrategias efectivas y proporcionar los estímulos pertinentes para promover el proceso de mejoría de los niños.

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Nivel de dominio de las habilidades implicadas en el juego.
- Reconocimiento consciente de sus cualidades, dificultades y limitaciones.
- Grado de correspondencia entre lo que dice de sí mismo y sus características reales.
- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus características personales.
- Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Nivel de competitividad mostrada durante el juego.

- Agrado o desagrado por las actividades de competencia.
- Reacciones al ganar y perder durante el juego (orgullo, vergüenza, indiferencia, etc.).
- Reacciones al cometer un error frente a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desesperación, culpabilizar a otros, exacerbación de las equivocaciones, etc).
- Reacciones al provocar errores, equivocaciones o pérdidas a otro compañero.

1.4 JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO 60 min. 6-8 años.

### EL ESPEJO

#### OBJETIVO (S)

Desarrollar un conocimiento más preciso y objetivo de sí mismo mediante la identificación de las características físicas propias y de otros. Estimular una valoración equilibrada y favorable de los atributos físicos.

#### MATERIAL

Espejo grande (un tamaño que permita a los niños observar su cuerpo completo). Espacio cerrado y privado.

#### PROCEDIMIENTO

1. Todos los participantes se acomodan en forma de herradura alrededor de un espejo grande y se les invita a verse. El facilitador hace diferentes muecas y posturas graciosas para que los niños lo imiten y se observen en el espejo.
2. Los niños deben describir su cuerpo comenzando por el cabello y terminando en los pies. Para que la actividad sea más dinámica se recomienda que uno de los niños que ocupa uno de los extremos de la herradura comience describiendo su cabello, y después todos los participantes deberán hacer lo mismo (describir su cabello). Al terminar se pide al siguiente jugador que describa la parte del cuerpo que sigue en orden descendente (por ejemplo la frente o las orejas) y así sucesivamente hasta describir todos los segmentos. El coordinador no les indica la parte del cuerpo que sigue, ellos deberán ayudarse para describir en orden los segmentos de arriba hacia abajo.

Las características del cuerpo deben describirse lo más claro y objetivamente posible insistiendo en que se vean en el espejo. Aunque se valen expresiones ambiguas como “mi cabello es como el de mi mamá” o “mis manos son bonitas”, se deberá insistir en precisar las características observables; la expresión “mis manos son bonitas” puede convertirse en “son bonitas porque son largas y suavitas”, de ésta manera se deja intacta la valoración estética que el niño hace de su cuerpo (bonito o feo) y al mismo tiempo se identifican las propiedades observables que sí alcanza a reconocer los otros compañeros. Puede recurrirse a la ayuda de participantes más hábiles para ayudar a aquellos niños que no alcancen a describir con exactitud su cuerpo.

Es muy importante utilizar la comparación corporal como estrategia para mejorar la descripción que los chicos hacen de su cuerpo, por ejemplo si un niño dice “mi cabello es largo” el coordinador preguntará ¿más largo que el de quién?, al comparar el largo de su

cabello con el de otros compañeros se consigue desarrollar un concepto más detallado de sí mismo. También es útil establecer relaciones entre las partes del cuerpo para ayudar a los niños a contar con una autoimagen más completa y realista, por ejemplo si un alumno dice: “mis brazos son cortos”, el instructor lo inducirá a observar hasta donde llega su brazo en relación a su muslo o le preguntará si puede tocar sus omóplatos llevando sus brazos hacia su espalda.

La altura, complexión, cicatrices y lunares se describen al final de la sesión, esto es de suma importancia pues para muchos niños éstas características tienen un valor estético, algunos se sienten orgullosos de su altura, otros avergonzados de su complexión y unos más ocultan ciertas cicatrices por considerarlas un defecto. Cuando se habla de esto en forma grupal sus opiniones comienzan a transformarse favorablemente.

### **CIERRE**

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en dos temas: (1) el nivel de conocimiento corporal que tienen los participantes y la importancia de una buena descripción, y (2) las valoraciones y sentimientos asociados a sus características físicas. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Descubrieron alguna característica de sí mismos que no habían notado antes? ¿Cuál? ¿Para qué nos sirve saber cómo es nuestro cuerpo? ¿Cuál parte de su cuerpo les gusta más? ¿Por qué? ¿Cuál les gusta menos? ¿Por qué? ¿Cambiarían alguna parte su cuerpo? ¿Cómo se consideran: bonitas, guapos, feos? ¿Por qué? Según lo que vimos hoy ¿Hay algo que les guste de los demás compañeros? ¿De quién y qué parte?

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reconocimiento consciente de sus cualidades, “defectos” y limitaciones corporales
- Grado de correspondencia entre lo que piensa de sí mismo y sus características reales.
- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus características físicas.
- Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Disposición para escuchar y aceptar las opiniones de los demás.
- Reacciones al cometer un error frente a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desesperación, culpabilizar a otros, autodesprecio, exacerbación de las equivocaciones).

1.5 JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO 50 min. 6-8 años.

## TACTOCOPIA

### OBJETIVO (S)

Desarrollar un conocimiento más preciso de sí mismo mediante la identificación de las características físicas propias, las peculiaridades sensoriales, las emociones provocadas por el contacto físico y la exploración táctil de otras personas.

### MATERIAL

Salón libre de obstáculos. Dulces pequeños. Pañoletas.

### PROCEDIMIENTO

1. Se forman equipos de tres o cuatro personas formando pequeños círculos. El juego consiste en simular duchar a los participantes a través de suaves masajes con los dedos. Voluntariamente un jugador de cada conjunto se mete al centro, mientras los otros le hacen un ligero masaje con los dedos desde la cabeza hasta los pies (haciendo el sonido del agua al salir de la regadera). Se “lava” tres veces el cuerpo completo de cada niño antes de que pase el siguiente, y así sucesivamente hasta que todos hayan recibido su baño. El coordinador aprovechará cualquier reacción o comentario de los niños para intentar favorecer el conocimiento consciente y objetivo de sí mismos (sus sensaciones táctiles, sus emociones y su estructura física).
2. El grupo completo forma dos filas mirándose unos a otros ( a una distancia de un metro aproximadamente). La actividad consiste en simular que el grupo es una gran máquina lavacoche y en donde cada jugador representa un carro. Un voluntario se coloca al inicio de las filas y pasa lentamente entre ambas para ser “lavado”, durante el recorrido los demás participantes lo frotan, enjabonan, sacuden, enjuagan y secan hasta salir “reluciente” por el otro lado. Cuando cada niño vaya terminando su baño se integrará a la máquina lavacarros para iniciar el baño de otro participante. El juego termina cuando todos han pasado. El coordinador procurará modular cualquier exceso de fuerza o descortesía de los participantes.
3. Se forman parejas por afinidad o azar y se reparten 12 dulces a cada quien. Cuando el coordinador lo indique un integrante de la pareja se cubrirá los ojos con un pañuelo, mientras el otro adopta una determinada posición simulando ser una estatua. La persona con los ojos tapados tocará la estatua para descubrir su postura y después intentará imitarla fielmente, cuando esté listo se le descubren los ojos y comprueba la precisión de su copia. El “compañero estatua” evaluará la imitación del otro jugador entregándole cierta cantidad de dulces según la siguiente escala:

Calidad de la Imitación	Número de Dulces Ganados
<b>Mala</b> (la postura se parece muy poco a la original, le falla la posición de 2 o más partes del cuerpo -piernas, hombros, cabeza, brazos-)	1
<b>Regular</b> (sí se parece a la postura original pero le falla la posición de algunas segmentos pequeños del cuerpo –dedos de las manos, inclinación del cuello, gesto de la boca, posición de las cejas)	2
<b>Bien</b> (En general imita fielmente la postura original, reproduce la posición de las partes grandes y pequeñas de cuerpo –incluso la cara-).	4

Cada pareja debe realizar el juego tres veces. El coordinador/mediador les alentará a realizar posturas cada vez más extrañas y complejas (por ejemplo: arquear completamente la espalda, apoyar un pié y una mano en el piso, entrelazar los dedos de las manos de manera complicada, etc.)

### CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en dos temas: (1) el nivel de conocimiento personal que tienen los participantes sobre las sensaciones de su cuerpo, su estructura corporal y su estilo particular de recibir/ proporcionar contacto físico y (2) los sentimientos asociados a la interacción corporal con otras personas (vergüenza, miedo, desconfianza, tranquilidad, gusto, etc). El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno al autoconcepto para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Qué les pareció el juego? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dio cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no



había notado antes? ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestras sensaciones al ser tocados o tocar? ¿Cómo les demuestran cariño sus papás? ¿Cómo demuestran sus cariño a otras personas? ¿Alguien se sintió avergonzado/tímido al tocar o ser tocado? ¿Por qué? ¿Qué les gusta de su cuerpo? ¿Por qué? ¿Para qué sirve darnos cuenta de las partes de nuestro cuerpo y la posición que tienen?

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Conciencia de sus reacciones afectivas al recibir y proporcionar contacto físico.
- Conocimiento preciso de sus sensaciones táctiles.
- Conocimiento propioceptivo de sus posturas y desplazamiento en el espacio.
- Cometarios valorativos aplicados a su cuerpo.

**1.6 JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO 45 min. 6-8 años.****CARTERO****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso y objetivo de sí mismo mediante la identificación de las características físicas, sociales y psicológicas propias.

**MATERIAL**

Una silla para cada participante. Espacio libre de obstáculos.

**PROCEDIMIENTO**

1.- Se pide al grupo que formen un círculo sentados en sus sillas. El juego consiste en ir nombrando una serie de características personales (físicas o psicológicas) para provocar que los participantes que forman la rueda cambien de lugar al escuchar algún atributo que coincida con ellos, debido a que la persona que menciona las características se encuentra de pie al centro del círculo, en cuanto los jugadores intenten cambiar de lugar ésta persona aprovechará para conseguir un asiento, el participante que se quede sin silla tendrá que mencionar una nueva característica para volver a movilizar al grupo y así poder recuperar un lugar. Se debe comenzar mencionando sólo cualidades físicas como el color de la piel o el tipo de cabello. El coordinador es el responsable de dar inicio al juego y enseñar a los participantes el estribillo que debe recitarse antes de mencionar las características personales que movilizarán grupo. El estribillo que siempre debe recitar el “cartero” en turno (jugador que se queda de pie al centro del grupo) es el siguiente: **“el cartero trajo carta para todos los niños que tienen \_\_\_\_\_” (se nombra una característica física particular)** por ejemplo:

- Para todos los que tienen dientes.
- Para todos los que tienen uñas largas.
- Para todos los que tienen cabello castaño.
- Para todos los que tienen ojos claros.
- Para todos los que son chaparritos.
- Para todos los que les faltan dientes.

Todos los participantes que cuenten con la característica mencionada por el cartero deberán cambiarse de lugar lo más rápido posible, pues él intentará ganar un lugar que esté desocupado. La persona que se quede de pie, sin asiento, habrá perdido y será ahora el cartero, por lo tanto deberá repetir el estribillo y mencionar una nueva característica física para provocar el movimiento de los participantes, y de ésta manera recuperar un lugar.

Si un niño no se mueve a pesar de que cuenta con la característica nombrada, automáticamente se convierte en cartero, por eso se recomienda a todos los participantes estar muy atentos a las características de los demás compañeros y así poder delatarlos. Lo mismo ocurrirá si un participante se levanta y regresa a su misma silla al no encontrar un lugar disponible.

No se vale cambiarse a los asientos contiguos que están a la derecha y a la izquierda de cada participante, a excepción de que sólo existan esas opciones para cambiarse de lugar.

2.- Después de 10 o 12 características físicas, se pide al cartero en turno que a partir de ése momento comience a mencionar **gustos o información personal**, por ejemplo:

- Para todos los que les gusta bailar.
- Para todos los que les gusta bañarse.
- Para todos los que les gustan los dulces.
- Para todos los que les gusta jugar fut.
- Para todos los que saben nadar.
- Para todos los que no les gusta ir a la escuela.
- Para todos los que tienen hermanos.
- Para todos los que hacen berrinches, etc.

3.- Por último, el coordinador indica al grupo que dejen de nombrar gustos e información y que realicen la actividad mencionando características **psicológicas o de personalidad**, por ejemplo:

- Para todos los enojones.
- Para todos los risueños.
- Para todos los que se consideren tímidos, etc.
- Para todos los niños que son sociables.
- Para todos los que son inteligentes.
- Para todos los que son muy llorones.

El coordinador debe estar atento a agilizar el juego solicitándoles a los niños que mientras escuchan al cartero tengan ya en mente la característica que dirán en caso de perder, de otra manera el juego pierde ritmo y diversión.

## **CIERRE**

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en dos temas: (1) el nivel de conocimiento personal que tienen los participantes de sí mismos, (2) los sentimientos asociados a sus características físicas, familiares y psicológicas. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Qué les pareció el juego? ¿Todos cambiaron de lugar cuando les correspondía? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dio cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no había notado antes? ¿Cómo se sintieron al moverse cuando se mencionó alguna característica desfavorable? (¿Tener los dientes amarillos, considerarse miedoso?, etc). Mencionen una característica de su forma de ser que les gustaría cambiar. ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestros gustos, intereses y forma de ser? ¿Qué podemos hacer para sentirnos mejor con lo que no nos gusta de nosotros mismos? ¿Descubrieron tener algunas características semejantes con algunos de sus compañeros? ¿Cuáles? ¿Cómo los hace sentir eso? ¿Por qué? Mencionen una cualidad que les gustó de alguna persona. Según lo que conocieron hoy ¿Con quién tienen más diferencias? ¿Se puede ser amigos cuando dos niños son muy diferentes? ¿Alguna vez alguien se burló o criticó alguna de sus características? platiquen los detalles. ¿Cómo se sintieron? ¿Cómo se sentirían otros niños si ustedes se burlaran de ellos?

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada alumno)**

- Reconocimiento consciente de sus cualidades, “defectos” y limitaciones personales.
- Grado de correspondencia entre lo que piensa de sí mismo y sus características reales.
- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus características particulares.
- Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Emocionales al exponer información privada a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desconfianza, autodesprecio, seguridad, etc.)

1.7 JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO 55 min. 6-8 años.

**MI SILUETA**

**OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso, objetivo y favorable de sí mismo mediante la identificación de las características físicas, sociales y psicológicas propias.

**MATERIAL**

Un pliego de papel para cada participante (100 x 130 cms. aproximadamente). Marcadores, tijeras, pegamento, revistas para recortar, colores, cinta adhesiva.

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo permanece en cuclillas formando una rueda alrededor del facilitador. La actividad consiste en levantarse o quedarse agachado en función de las afirmaciones que se irán diciendo. Si una afirmación corresponde a la situación de algún jugador entonces deberá ponerse de pie automáticamente, en cambio, si no tiene que ver con sus gustos, datos o circunstancias se quedará agachado hasta escuchar otro enunciado. Por ejemplo si el coordinador dice **“¡me gustan los perros!”** sólo los niños a los que les gusten los perros deberán pararse y el resto permanecerá en cuclillas, pierde el niño que se levante o se quede agachado cuando no le corresponde. Si un participante acumula tres errores recibirá como “sanción” un ataque de cosquillas de todo el grupo. A manera de ejemplo, a continuación aparece una lista de afirmaciones sencillas que se pueden utilizar para el juego:

**LISTA DE AFIRMACIONES PERSONALES**

(gustos, datos socioculturales, hábitos, características físicas, etc.)

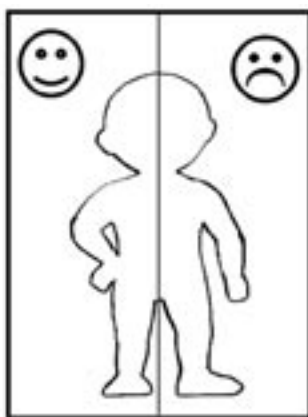
1	Me lavo lo dientes	8	Me gusta el pastel
2	Tengo los ojos cafés	9	Tengo amigos
3	Soy niña	10	Ya sé escribir
4	Quiero a mi mamá	11	Soy rico
5	Tengo sucias las orejas	12	Estoy chimuelo
6	Me gusta ir a la escuela	13	Me pegan en la casa
7	No traigo calcetines	14	Me gusta lo picoso

Este pequeño juego sirve de introducción a la actividad principal y no debe extenderse por más de 10-15 minutos. Se recomienda no incluir afirmaciones muy complejas o abstractas pues los niños pequeños forman su autoconcepto a partir de datos muy concretos y relativamente sencillos.

2.- El grupo se acomoda por parejas. Cada niño recibe un pliego de papel y un marcador de punta gruesa. La actividad consiste en dibujar su silueta mutuamente y después decorarla

con recortes de revistas que representen sus gustos y “dis-gustos” (colocados por separado en cada mitad del dibujo). Para hacer el trazo un integrante de cada pareja se recuesta en el papel y el otro va trazando el contorno con el marcador. El niño tendido tiene que estar boca-arriba pero puede acomodar sus brazos, piernas y dedos como él quiera (siempre y cuando no salga del papel). Cuando ambos tengan sus siluetas terminadas, el coordinador doblará las hojas a la mitad, trazará una línea divisoria y les pedirá que dibujen la cara y el cabello.

3. Se entregan revistas, tijeras, pegamento, cinta adhesiva y colores a cada pareja, los cuales deben usarse para decorar cada uno de los lados de la silueta. En un lado deben colocarse imágenes que completen la frase **“lo que me gusta...”** (*comer, ver, jugar, oír, comprar, de mi, de mi familia, etc*) y en la otra mitad **“lo que no me gusta...”** (*comer, ver, jugar, oír, comprar, de mi, de mi familia, etc*). Para distinguir ambas categorías el coordinador trazará una carita sonriente en el primer lado y una triste en el segundo. Durante la elaboración de éste trabajo el coordinador debe apoyar en todo momento a los niños para que consigan una identificación más precisa, completa y consciente de sí mismos.



Al terminar de decorar las siluetas se pegan en los muros y se realiza una pequeña exposición artística donde cada niño da a conocer su obra y resuelve las dudas que surjan en sus compañeros. Éste momento representa una excelente oportunidad para que el facilitador estimule el desarrollo más completo, objetivo, favorable y preciso del autoconcepto en los chicos.

### CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno al autoconcepto para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Qué les pareció el juego? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dió cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no había notado antes? ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestros gustos, intereses y disgustos? ¿Descubrieron tener algunos gustos semejantes con ciertos compañeros? ¿Cuáles? ¿Cómo los hace sentir eso? ¿Por qué? Mencionen algo que les gustó saber de alguna persona. Según lo que conocieron hoy ¿Con quién tienen más diferencias de gustos? ¿Se puede ser amigos cuando dos niños son muy diferentes? ¿Alguna vez alguien se burló o criticó alguno de tus gustos o intereses? Platiquen los detalles. ¿Cómo se sintieron? ¿Cómo se sentirían otros niños si ustedes se burlaran de ellos?

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reconocimiento consciente de sus gustos, intereses, aversiones y desintereses.
- Grado de correspondencia entre lo que piensa de sí mismo y sus características reales.
- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus gustos particulares.
- Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Habilidad para comprender las ideas, emociones y sentimientos de los otros.
- Disposición para escuchar y aceptar las opiniones de los demás, contrastarlas con las suyas y en su caso cambiar sus convicciones tomando en cuenta los comentarios de los otros.
- Reacciones al exponer cierta información a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desconfianza, autodesprecio, seguridad, etc.).

## 1.8 JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO

60 min.

6-8 años.

## MARATÓN

**OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso, objetivo y favorable de sí mismo mediante la identificación de las características físicas, sociales y psicológicas propias.

**MATERIAL**

Salón o espacio amplio y libre de obstáculos. Lista de cualidades. Tarjetas de “preguntas incómodas”. Carteles con las leyendas “SI” y “NO”.

**PROCEDIMIENTO**

1.- Se divide el salón o espacio de juego en dos partes iguales separadas por una línea central. El muro de la derecha tendrá pegado un cartel con la palabra “SI” y el de la izquierda la palabra “NO”.



El juego consiste en responder a las afirmaciones que irá presentando el coordinador corriendo rápidamente al muro que corresponda a la respuesta de cada jugador. Todos los participantes se colocan sobre la línea central, escuchan la afirmación del facilitador y arrancan a toda velocidad a tocar el muro de su elección (SI o NO). Por ejemplo, el facilitador podría decir “Soy el preferido de mi mamá”, los que consideren que eso es cierto correrán a la respuesta “SI” y los que estén en desacuerdo con esa afirmación correrán al lado contrario (NO). Una vez que todos los jugadores hayan tocado los muros deben regresar a la línea central a esperar la siguiente afirmación, y así sucesivamente hasta responder a todos los enunciados. Los niños que toquen al último los muros de “SI” y “NO” serán penalizados con un punto que anotará el coordinador en una lista elaborada previamente. Cuando un participante acumule tres puntos será sancionado eligiendo una “pregunta incómoda” (que el coordinador tienen en su poder) y deberá responderla frente al grupo. Es recomendable que el facilitador escriba previamente las “preguntas incómodas” en pequeñas tarjetas para no improvisarlas ahí, pues esto restaría fluidez al juego; además debe permitirse al niño escoger al azar entre las tarjetas disponibles (al final de esta técnica aparece una lista



de preguntas incómodas en la cual puede basarse el coordinador). Si el niño se negara a responder la pregunta entonces el facilitador le impondrá una “pena” a realizar como:

- Hacerles un cariñito en la cara a todos los jugadores.
- Bailar al ritmo de las palmadas que den sus compañeros.
- Dar un abrazo de oso a cada participante.
- Contar un chiste o cantar un pedacito de una canción.
- Hacer la cara más graciosa que pueda hasta que un jugador se ría.
- Sobar suavemente la pancita a todos los compañeros.
- Soportar un ataque de cosquillas por parte de todos sus compañeros.

**Notas:** En la medida que los niños vayan respondiendo a las distintas afirmaciones es muy importante que el facilitador les haga notar brevemente que algunos compañeros del grupo comparten ésa característica y que quizá no todos lo sabían, el objetivo es que los participantes sean conscientes de sus cualidades y al mismo tiempo conozcan las semejanzas y diferencias que tienen con los demás. Por ejemplo, ante la afirmación “*me molesta cuando otros se burlan de mí*” el facilitador podrá hacer notar que esto le molesta a la mayoría, e incluso podrá realizar una pequeña interrupción del juego para pedirles que cuenten algunos ejemplos que les hayan ocurrido y rescatar algunas opiniones. No se recomienda abusar de las interrupciones ya que puede restarle dinamismo al juego y terminar por matar el interés de los niños, pero cuando el coordinar lo juzgue adecuado puede hacerlo.

Para conseguir el propósito del juego los niños deben ser completamente honestos en sus respuestas. Si el facilitador detecta que algún participante está falseando sus contestaciones para hacerse el gracioso o provocar las risas de los demás, puede reconvenirlo o aplicar alguna consecuencia como sacarlo unos minutos de la actividad.

A continuación se muestran:

- (a) Una lista de afirmaciones que pueden utilizarse al aplicar el juego.
- (b) Algunos ejemplos de “preguntas incómodas”.

## LISTA DE AFIRMACIONES

### INFORMACIÓN PERSONAL

- |  |  |
|--|--|
| 1 Tengo consola de videojuegos           | 12 Me da mucha flojera en la mañana    |
| 2 Mi mamá trabaja fuera de casa          | 13 Tengo bicicleta                     |
| 3 Tengo mascota                          | 14 Mi cabello es café                  |
| 4 A veces me duermo después de las 10 pm | 15 Me he peleado en la escuela         |
| 5 Tengo hermanos                         | 16 Tengo menos de 4 amigos             |
| 6 Canto cuando estoy sólo                | 17 Me han suspendido de la escuela     |
| 7 Juego fútbol                           | 18 Voy a jugar a la casa de mis amigos |
| 8 He tenido pesadillas                   | 19 Se me han perdido útiles escolares  |
| 9 Tengo alergia a algo                   | 20 Colecciono algo                     |
| 10 Tengo muñecos de peluche              | 21 Trabajo para ayudar a mi familia    |
| 11 Una vez me dio flojera y no me bañé   |  |

### GUSTOS, INTERESES Y OPINIONES PERSONALES

- |                                  |  |
|----------------------------------|--|
| 1 Me gusta comer verduras        | 11 Me gustan los juegos de mesa        |
| 2 Me gusta ver televisión        | 12 Quiero ser grande (adulto)          |
| 3 Me gusta la lucha libre        | 13 Quiero seguir viniendo a la escuela |
| 4 Quiero estudiar guitarra       | 14 Me encanta el recreo                |
| 5 Soy el preferido de mi mamá    | 15 Me considero alto                   |
| 6 Me gusta usar tenis            | 16 Me gusta pelear                     |
| 7 Me gusta dibujar               | 17 Tengo problemas para hacer amigos   |
| 8 Mi comida favorita es la pizza | 18 Me gustan las fiestas               |
| 9 Me gusta los postres           | 19 Mis papás me quieren                |
| 10 Me gusta ir al baño           | 20 Me gusta enfermarme                 |

### CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

- |   |                                    |
|---|------------------------------------|
| 1 Me molesta cuando otros se burlan de mi         | 11 Creo que soy guapo(a)           |
| 2 Soy dormilón                                    | 12 Me da pena hablar en público    |
| 3 A veces me da miedo la obscuridad               | 13 Creo que soy listo              |
| 4 A veces lloro a solas                           | 14 Odio venir a la escuela         |
| 5 Me da vergüenza bailar                          | 15 A veces no me gusta como soy    |
| 6 Me enoja cuando me toca lavar los trastes       | 16 Me asusta la violencia          |
| 7 Me molesta que mis papás me apaguen la tele     | 17 Siento que a veces me maltratan |
| 8 Una película me hizo llorar                     | 18 A veces estoy enojado con todos |
| 9 Me alegra salir a jugar en la calle o el parque | 19 Soy mejor que todos             |
| 10 Soy tímido(a)                                  | 20 En ocasiones hago trampa        |
|   | 21 Me he sentido orgulloso de mí   |
|   | 22 A veces me da culpa             |
|   | 23 Me cuesta trabajo concentrarme  |
|   | 24 Me da miedo venir a la escuela  |

**EJEMPLOS DE “PREGUNTAS INCÓMODAS”**

- 1 ¿Alguna vez te has robado algo? Opcional: ¿Qué? ¿De dónde?
- 2 ¿Te gusta alguien de tu salón? Opcional: ¿Quién? ¿Por qué?
- 3 ¿Alguna vez te enamoraste de alguna maestra? Opcional: ¿Cómo se llama?
- 4 ¿Has hecho trampa en un examen? Opcional: ¿Cómo?
- 5 ¿Alguna vez le echaste injustamente la culpa a alguien?  
Opcional: Cuenta lo que pasó
- 6 ¿De qué color es tu ropa interior? Opcional: ¿Cuál es tu favorita?
- 7 ¿Alguna vez les mentiste a tus papás para que no te castigarán?  
Opcional: Cuenta lo que pasó

Éste juego es muy útil pero exige al coordinador un gran conocimiento del desarrollo social/afectivo de los niños, y un sólido manejo del grupo para que resulte serio pero al mismo tiempo divertido.

**CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) El nivel de conocimiento personal que tienen los participantes de sí mismos, (2) los sentimientos asociados a sus características físicas, familiares y psicológicas, y (3) sus habilidades para conocer y empatizar con otras personas. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno al autoconcepto, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Qué les pareció el juego? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dió cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no había notado antes? Mencionen una característica de su forma de ser que les gustaría cambiar. ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestros gustos, intereses y forma de

ser? ¿Qué podemos hacer para sentirnos mejor con lo que no nos gusta de nosotros mismos? ¿Descubrieron tener algunas características semejantes con algunos de sus compañeros? ¿Cuáles? ¿Cómo los hace sentir eso? ¿Por qué? Mencionen una cualidad que les gustó de alguna persona. Según lo que conocieron hoy ¿Con quién tienen más diferencias? ¿Se puede ser amigos cuando dos niños son muy diferentes? ¿Alguna vez alguien se burló o criticó alguna de sus características? Platiquen los detalles. ¿Cómo se sintieron? ¿Cómo se sentirían otros niños si ustedes se burlaran de ellos?

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reconocimiento consciente de sus gustos, intereses, aversiones y desintereses.
- Grado de correspondencia entre lo que piensa de sí mismo y sus características reales.
- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus gustos particulares.
- Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Habilidad para comprender las ideas, emociones y sentimientos de los otros.
- Disposición para escuchar y aceptar las opiniones de los demás, contrastarlas con las suyas y en su caso cambiar sus convicciones tomando en cuenta los comentarios de los otros.
- Reacciones al exponer cierta información a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desconfianza, autodesprecio, seguridad, etc.).

## 1.9 JUEGOS PARA LA AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL

40 min.

6-8 años.

## LA RISA

**OBJETIVO (S)**

Desarrollar la autorregulación emocional mediante el afrontamiento mediado de situaciones que pueden provocar exaltación y alegría.

**MATERIAL**

Cronómetro. Múltiples materiales suaves al tacto (plumas, cepillos, telas, sacudidores, etc). Máscaras y antifaces. Maquillaje hipoalérgico. Pelucas, narices, bigotes, barbas y pestañas postizas. Diversas prendas de vestir, lentes, sombreros, pantuflas, collares, pulseras, aretes, etc.

**PROCEDIMIENTO**

1. Todos los participantes se sientan en el piso formando un círculo. El coordinador solicita pasar al centro a algún jugador que voluntariamente quiera iniciar el juego. La actividad consiste en hacer reír a todos los niños en un plazo máximo de 3 minutos, para lograrlo el primer participante podrá hacer gestos, sonidos, contar chistes, hacer preguntas graciosas, bailar o cualquier otra estrategia que le permita sacarles una sonrisa. Queda a criterio de cada niño contestar o no a las interacciones que realice su compañero. No se vale que los participantes cierren los ojos o eviten la mirada para no reírse. Cuando un jugador sonría (o ría) pasará automáticamente a colaborar para hacer reír al resto del grupo. Ganan todos aquellos que logren mantener la seriedad a lo largo del juego. Él o los ganadores tendrán el derecho de designar a la siguiente persona que pasará a provocar las risas del equipo. En éste primer momento del juego queda estrictamente prohibido tocar a los compañeros para hacerlos sonreír, tampoco se vale burlarse de ellos o decir groserías para lograr el propósito.
2. Se realiza nuevamente el juego pero ahora el compañero seleccionado podrá valerse de ropa, accesorios, mascarar, maquillaje y disfraces para conseguir hacer reír a los participantes. Debe dejarse suficiente espacio al centro para colocar todos los objetos que podrían utilizarse. Al igual que antes el jugador contará con 3 minutos para lograr su propósito. Los niños que vayan perdiendo podrán colaborar entre sí para disfrazarse, maquillarse, hacer un chiste, gesticular o bailar. Es recomendable tratar de hacer reír prioritariamente a aquellos niños que tengan un mayor autocontrol.
3. Se realiza otra vez la actividad pero en ésta ocasión el jugador seleccionado podrá recurrir no sólo a su expresión, maquillaje y disfraces sino también a objetos que puedan provocar cosquillas mediante contacto (cepillos, plumeros, telas, etc.). Queda prohibido tocar a los

compañeros con las manos o cualquier otra parte del cuerpo, sólo podrán utilizarse objetos. Los participantes que forman el círculo deberán conservar la seriedad y mantenerse en su lugar, no se permite escapar u obstaculizar las cosquillas que intentan hacerles.

Es importante que durante el juego el coordinador aplique los estímulos pertinentes para que los jugadores desarrollen un mejor nivel de autocontrol, para ello puede proponer a los niños cualquiera de las siguientes estrategias: breves ejercicios de respiración profunda, estrategias para relajar a voluntad los músculos, tácticas de autoinstrucciones, recursos de distracción imaginativa o alternativas de concentración focalizada para abstraerse y así contener la risa. El objetivo es facilitar la adquisición de herramientas psicológicas efectivas para auto-regular las respuestas emocionales (entre más pequeño es un niño más dependiente es del uso de recursos sencillos y concretos para mantener moduladas sus emociones).

### **CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo para conversar las experiencias y cerrar el juego. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la autorregulación emocional de los niños, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de *mediación* que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Qué les pareció el juego? (aburrido, divertido, entretenido, interesante, cansado, etc.) ¿A quién le costó trabajo mantenerse tranquilo aguantando la risa? ¿Por qué? ¿Qué hicieron para intentar controlar la risa? ¿Cómo se sintieron? ¿Les funcionó alguna de las sugerencias del coordinador? ¿Cuál? ¿En qué les ayudó? ¿Qué emociones conocen? ¿Cuáles les ocurrieron durante el juego? ¿A alguno se le dificulta controlarse ante ciertas emociones? ¿Alguno se ha metido en problemas por no poder controlarse? (que platiquen ejemplos) ¿Qué ventajas tiene expresar nuestras emociones (alegría, enojo, tristeza, miedo)? ¿Qué desventajas puede acarrear expresar inadecuadamente nuestras emociones? ¿Qué se puede hacer para que nuestras emociones no nos causen problemas? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Cuál(es)?

**Nota:** El coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del diálogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad, además deben adecuarse al nivel de comprensión que muestren

los niños. De lo que se trata es de establecer una conversación fluida y flexible que brinde a cada participante la oportunidad de expresar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera libre y despreocupada, en una atmósfera de confianza, respeto y comprensión mutua. El cierre de la actividad es una fase indispensable en todo juego con fines de desarrollo, pero en niños pequeños suele ser un lapso muy corto pues su limitado vocabulario y la poca duración de su atención comúnmente impiden profundizar en la plática.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Nivel de la habilidad para autoregular la expresión de la risa a pesar de las incitaciones.
- Estrategias o recursos utilizados de manera autónoma por el propio niño para mantenerse tranquilo durante el juego.
- Habilidad para adoptar las estrategias de autorregulación sugeridas por el coordinador y sus compañeros.
- Correspondencia entre el nivel de autorregulación emocional que dice tener y la habilidad observada durante el juego.

## 1.10 JUEGOS PARA LA AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL

60 min.

6-8 años.

## MASAJITOS

**OBJETIVO (S)**

Promover el desarrollo de la autorregulación emocional mediante la conciencia y autoinducción de los estados de contracción y distensión. Practicar el masaje como una herramienta más para recuperar la relajación.

**MATERIAL**

Colchonetas, cobijas o tapetes de hule espuma. Grabadora y CD de música apacible. Espacio amplio, ventilado y en lo posible silencioso. Plastilina. Bebé de plástico. Gel antibacterial y aceites humectantes.

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo forma un medio círculo estando de pie. El coordinador les comenta que durante ésta sesión harán muchos ejercicios para relajarse. Las siguientes actividades buscan producir una relajación muscular generalizada mediante la hipercontracción de todo el cuerpo y la posterior distensión completa.

- Primeramente se solicita a los participantes adoptar una postura como si estuvieran enojados, el coordinador los alentará a contraer lo más posible todo su cuerpo (apretar los dientes y mandíbula, fruncir el ceño, cerrar las manos, contraer su panza, etc.) y a sostener esa actitud por 10 segundos. Pasado ése tiempo relajarán todo su cuerpo y harán una respiración profunda (inhalar aire cinco segundos y exhalar lentamente en otros cinco).
- Después se entrega una bola de plastilina a cada quien, la colocan entre sus manos a la altura del pecho (postura de rezar) y a la cuenta de tres deberán aplastarla lo más fuerte que puedan durante 10 segundos consecutivos. Mientras el coordinador hace el conteo invitará a los jugadores a imprimir toda la presión que puedan ejercer, incluso pedirá que griten para presionar más fuerte y así obtener una tortilla muy delgadita. Transcurridos los 10 segundos deberán relajarse instantáneamente y hacer una respiración muy profunda (inhalar aire cinco segundos y exhalar lentamente en otros cinco). Se comparan las tortillas y se determina al ganador.
- Los niños se acomodan en parejas y se recuestan “boca-arriba” en colchonetas o cobijas tendidas en el suelo. Estando frente a frente los integrantes de cada pareja elevan sus pies y los unen en el aire (pie con pie perfectamente alineados). A la cuenta de tres las parejas comenzarán a empujar muy fuerte con sus pies tratando



de doblar las piernas del compañero. No se valen groserías ni agresiones. Todos deberán mantener la “lucha” hasta que el facilitador cuente del uno al diez. Al terminar el conteo bajarán sus piernas, respirarán profundamente y descansarán del agotamiento.

- Se acomodan todos los participantes frente a un muro y colocan sus manos como si fueran a empujarlo, se les recomienda poner un pié adelante y otro atrás para generar más fuerza de empuje. A la cuenta de tres deberán empujar con todas sus fuerzas y de manera constante hasta que el coordinador cuente del uno al diez. Al terminar el conteo deberán relajarse instantáneamente y respirar profundo.

En todas éstas actividades el facilitador deberá hacer notar a los participantes las diferencias notables entre la sensación de tensión y la de agotamiento (muy cercana a la de relajación).

2. Se distribuyen por todo el salón colchonetas o tapetes de espuma y se reproduce música tranquila a bajo volumen. Los niños se acomodan en parejas. Como ésta es una actividad de contacto se recomienda que los jugadores elijan a su pareja de juego por afinidad, también se sugiere formar pares de niñas y niños por separado en caso de que haya alguna indisposición. A la orden del coordinador uno de ellos se recuesta “boca-abajo” y el otro se ubica a un lado de él. La actividad consiste en hacer sencillos masajes al compañero intentando relajarlo. *El facilitador utilizará un bebé o una muñeca de plástico para mostrar las diferentes maneras de dar masaje a los compañeros.* Las modalidades de masaje que deberán aplicar los niños son:

- a) Masaje circular en la espalda utilizando toda la palma de las manos (avanzar de la espina dorsal hacia los costados).
- b) Masaje lineal recorriendo los brazos del compañero con un guante o tela muy suave (avanzar de arriba hacia abajo y de regreso).
- c) Masaje circular en el cuello utilizando preferencialmente los pulgares de ambas manos.
- d) Masaje lineal recorriendo suavemente el cabello del compañero con la palma de las manos (partiendo de la frente hacia la nuca).
- e) Masaje de rascado suave con las yemas de los dedos por todo el pelo del compañero.

Durante los masajes el coordinador deberá preguntar continuamente a los niños cómo se sienten y corregirá los movimientos de los que **no** estén logrando relajar al compañero. La duración de los masajes debe ser breve (1-2 minutos cada uno) y se promoverá un ambiente agradable, ágil y al mismo tiempo relajante. Cuando se hayan completado las cinco modalidades de masaje se invierten los papeles, el primer niño aplica relajación al otro.

3. Estando en las colchonetas se pide a todos los participantes que se quiten los zapatos y canchales, se les entrega un poco de gel antibacterial para untárselo en los pies e inmediatamente se les proporciona aceites humectantes para que se apliquen masajes a sí mismos. Nuevamente el coordinador deberá mostrar la técnica utilizando el modelo (muñeco). Si algunos niños se animan a aplicarse mutuamente masaje en sus pies debe permitirse. No se admiten agresiones, burlas o groserías durante la actividad. Al terminar se les ayuda a colocarse nuevamente sus calcetines y zapatos antes de pisar el suelo.

### **CIERRE**

Para finalizar la actividad se pide a los participantes formar un círculo para conversar las experiencias y cerrar el juego. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la autorregulación emocional, la habilidad para relajarse y la exploración de las distintas estrategias que utilizan los niños para tranquilizarse, para ello el coordinador podrá valerse de todas las herramientas de **mediación** que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Qué les parecieron los juegos? ¿Quién se cansó con los juegos de fuerza? ¿Cómo se sintieron durante los masajes? ¿Quién consiguió relajarse con el masaje? ¿A quién se le dificultó o no lo logró? ¿Por qué? ¿Sus papás les hacen masajes en casa? ¿Cómo se sienten con ello? ¿Qué situaciones les hacen sentirse tensos o “estresados”? Que describan algunos ejemplos personales ¿Cómo se siente el cuerpo cuando estamos tensos? ¿Qué hacen cuando se sienten tensos o “estresados”? ¿Qué hacen para recuperar la tranquilidad? Que actúen alguna situación donde se está muy tenso y algunas estrategias para recuperar la tranquilidad.

El coordinador cierra la actividad comunicando las conclusiones extraídas a partir de la conversación con los chicos. Debido a la corta edad de los niños a quienes se aplica ésta técnica se recomienda ocupar un tiempo muy breve para la conversación de cierre, evitando a toda costa el aburrimiento y la distracción.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reacciones al recibir y proporcionar contacto físico.
- Habilidad para relajarse o no después de los ejercicios de esfuerzo físico.
- Habilidad para aplicar masaje, mantenerse constante y corregir los movimientos.
- Nivel de relajación alcanzada al recibir el masaje.
- Opiniones respecto a las situaciones que le causan tensión o “estrés”.
- Estrategias que dice utilizar para afrontar los problemas o para recuperar la tranquilidad.

## 1.10 JUEGOS PARA LA AUTOREGULACIÓN EMOCIONAL

55 min.

6-8 años.

## CONTACTOS CIEGOS

## OBJETIVO (S)

Desarrollar las habilidades de expresión y comprensión de estados afectivos como elementos centrales para conseguir autorregulación emocional.

## MATERIAL

Salón o espacio amplio y libre de obstáculos. Pañoletas (vendados). Fichas azules y rojas (de plástico, cartón o esponja). Canicas. Bolsitas tipo collar para recolección de fichas.

## PROCEDIMIENTO

1. El juego consiste en realizar ciertos contactos físicos entre todos los integrantes del grupo con los ojos vendados. Estando todos de pie, se entrega a cada jugador una pequeña bolsa de tela con un cordón suficientemente grande como para colgarse en el cuello (a manera de collar), también reciben 25 fichas azules que guardarán en su bolsa derecha del pantalón y 25 fichas rojas que pondrán en su bolsa izquierda. Todos se vendan los ojos y forman un círculo, el coordinador les explica que la misión es encontrar al mayor número de compañeros posible para realizar los contactos físicos que él irá indicando, por ejemplo:

- Saludarse de mano con mucho gusto.
- Dar un abrazo de felicitaciones.
- Hacer una caricia nariz con nariz.
- Dar el pésame tocando los brazos.
- Hacer un cariño en la pancita.
- Estrujar al compañero *simulando* estar enojado (sin exceso).
- Hacer una caricia en la cara.
- Tratar de consolar dando un abrazo.
- Dar pequeños empujones con el cuerpo *simulando* retar al otro (“echar bronca”).

El coordinador dará 1 minuto al grupo para realizar cada uno de los contactos de la lista anterior. A la señal del facilitador todos empezarán a caminar con los ojos vendados hacia el centro del salón en busca de otro compañero, cuando lo encuentren se pondrán de acuerdo brevemente para saber quien hará primero el contacto, si al compañero le parece que hizo *correctamente* el acercamiento entonces le entregará una ficha azul de su bolsa derecha, si en cambio considera que el contacto *no* corresponde a lo que se está pidiendo le entregará una ficha roja de su bolsa izquierda; la entrega debe hacerse en completo silencio para dejar con la incertidumbre a los jugadores. Las fichas recibidas deberán guardarse en la bolsita que cuelga de su cuello. Una vez que cada pareja termine de darse el contacto se separarán para encontrar a otro jugador libre y repetir el ejercicio. No se vale que una pareja realice el mismo contacto dos veces, si durante la actividad vuelven a encontrarse deberán

separarse y buscar otra persona. El facilitador estará atento a que durante los traslados se guarde absoluto silencio, pues se trata de encontrar a los demás utilizando el tacto y no la voz. Se pueden realizar todos los contactos que alcancen hasta que el coordinador diga “¡alto!”, cuando esto ocurra ya nadie podrá moverse. El juego se reinicia cuando el facilitador mencione la siguiente forma de contacto.

Al terminar todos los ejercicios los participantes se descubren los ojos y hacen el conteo de sus fichas, gana el niño que haya recolectado la mayor cantidad de fichas azules, eso significa que sus compañeros evaluaron bien muchos de sus contactos.

Para cerrar ésta primera fase del juego se pregunta a los jugadores cómo se sintieron, cómo les fue en la recolección de fichas y se les pide mostrar algunos ejemplos de contactos que merecieron ficha roja (mal realizados).

2. Se repite el ejercicio anterior pero ahora se entrega a cada participante 25 canicas para calificar los ejercicios bien realizados. Cuando alguien hace inadecuadamente un contacto su compañero le dará una ficha, en cambio, si lo hace correctamente recibirá una canica, esto permite a los jugadores evaluar su conducta y corregirla para obtener el mayor número de canicas posible. Como éste es un juego de criterio personal, no se vale que los participantes reclamen por no haber recibido la canica que esperaban, todos éstos incidentes se platicarán al momento del cerrar la actividad.

## **CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la habilidad para comunicar los mensajes emocionales que se desea transmitir a través contacto físico , (2) los sentimientos asociados a la interacción corporal con otras personas (vergüenza, miedo, desconfianza, tranquilidad, gusto, etc), y (3) la habilidad para adaptar los contactos físicos en función de las preferencias de los demás. El facilitador estará atento a centrar la conversación en torno a la expresión y comprensión de la emociones como elemento esencial de la autorregulación emocional, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Qué les pareció el juego? ¿Qué les pareció lo más difícil? ¿Cómo les fue en la recolección de fichas y caicos? ¿Para qué se usa el contacto físico entre las personas? ¿Se les facilita expresar con su cuerpo lo que piensan o sienten? ¿Alguien ha tenido

problemas por no saber expresar correctamente con su cuerpo un mensaje? Den algunos ejemplos (una pelea por tocar demasiado brusco a un compañero, provocar el llanto de un hermano por abrazar demasiado fuerte, perder el lugar en una fila por no saber cómo oponerse, etc.) ¿Alguna vez han fingido una emoción? Comenten algunos ejemplos. ¿Cómo se sienten al tocar a otras personas (familiares, amigos, extraños, etc.)? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dio cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no había notado antes?

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del dialogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad.

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reconocimiento consciente de su habilidad o inhabilidad para comunicar mensajes a través del contacto físico.
- Reacciones afectivas al recibir y proporcionar contacto físico.
- Habilidad para corregir sus errores en la comunicación no verbal.

## 1.12 JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD

60 min.

6-8 años.

## MONSTRUO , RATÓN Y PERSONA (ASERTIVIDAD1)

**OBJETIVO (S)**

Desarrollar un estilo de relación asertivo que permita a los participantes establecer interacciones sociales más satisfactorias, beneficiosas, respetuosas y adaptativas

**MATERIAL**

Laminas o carteles de los estilo de relación. Regalo sorpresa. Espacio cerrado y privado.

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo se divide en 2 filas con el mismo número de integrantes acomodándose hasta quedar frente a frente. A la fila uno le corresponde la palabra **“SI”** y a la dos la palabra **“NO”**. El juego consiste en realizar entre las filas una escalera de contestaciones que avanza desde la sumisión hasta la agresión. A la señal del coordinador los niños de la fila uno dirán **“siii”** (usando una expresión inhibida, sometida y pasiva), y los de la dos responderán **“nooo”** utilizando igualmente una expresión sumisa; sin hacer pausas la fila uno volverá a insistir con su afirmación pero ahora aumentando un poco la intensidad de la voz (**“sii”**), de la misma manera recibirán una negativa de la fila dos un tanto más enfática (**“noo”**), y así alternadamente ambos equipos irán incrementado el énfasis de su expresión hasta llegar a contestaciones claramente violentas.

Se repite el ejercicio anterior pero ahora la fila uno dirá **“vamos”** y la dos responderá **“no quiero”**. En ésta ocasión el coordinador debe pedir más precisión en los ensayos y corregir las posturas, gestos, tonos de voz y contacto visual de los jugadores.

Se realiza una última escalera de contestaciones pero ahora yendo en sentido inverso: de la agresión a la pasividad. La fila uno dirá **“préstame”** y la dos **“no tengo”**. Al terminar, el facilitador pregunta brevemente a los participantes ¿Qué tipo de expresiones les resultaron más fáciles? (sumisas/equilibradas/agresivas), y les hace notar la importancia de la postura, el contacto visual y los gestos para poder enfatizar lo que decimos. Éste juego permite al mediador introducir al tema de la asertividad y evaluar el estilo de relación preferencial con que cada participante llega.

2. Estando el grupo en semicírculo, el coordinador les anuncia que va a presentar a continuación las *tres modalidades o estilos de comportamiento social que existen*: (a) *ratón*, (b) *monstruo* y (c) *persona*. El uso de éstos términos para referirse a los estilos de relación es sólo con el fin de incluir a los alumnos en una especie de juego simbólico que les resulte más atractivo (con niños más grades de 5º o 6º de primaria pueden usarse los términos pasivo/asertivo/agresivo).

El coordinador comienza explicando las propiedades del *estilo de relación pasiva (ratón)*, les comenta que las personas que tienen éste estilo se caracterizan por no poder ver directo a los ojos, tener posturas agachadas o tímidas, voz suave y suplicante, no se defienden cuando alguien los agrede, tienen dificultad para expresar lo que piensan y sienten, etc. Mientras explica, el facilitador debe ir actuando con claridad cada característica y platicando ciertas situaciones infantiles donde se ejerce éste tipo de relación social; por ejemplo, describirá la reacción de un niño sumiso que deja que otros compañeros lo empujen para quitarle su lugar en la fila de la cooperativa. Para cautivar aún más la atención de los participantes se recomienda mostrar láminas con las características de las personas pasivas o cartulinas con imágenes para los niños más pequeños. A continuación aparece una lámina donde se describen sencillamente los indicadores y cualidades del estilo de relación pasiva.

ESTILO DE RELACIÓN PASIVO (RATÓN)	
Indicador	Característica
Contacto visual	Hacia abajo, divergente
Postura de la cabeza y hombros	Caída, hombros bajos
Tono de voz	Bajo, suplicante, titubeante
Distancia corporal	Lejana o en extremo cercana
Expresión facial	Retraída, flácida, tímida, avergonzada, preocupada
Fluidez verbal	Permisiva, dando rodeos
Relación con las personas	No expresa sus ideas y sentimientos (o lo hace demasiado tarde), no se defiende, reclama tímidamente, se disculpa por todo, se pone en segundo lugar, insegura, siempre respeta reglas.



Al terminar de explicar las características del *estilo pasivo (ratón)*, el facilitador pedirá a todos los niños que traten de adoptar la actitud pasiva con todas sus cualidades; cuando lo hayan conseguido, cada uno pasará al centro del grupo y dirá la frase “**no me pegues**” manteniendo todas las cualidades que lo distinguen (voz, cuerpo, mirada, etc.). Los mismos chicos opinarán sobre la calidad de actuación de cada participante y se ayudarán a adoptar la *actitud sumisa* correcta.

En segundo lugar se revisan las características del *estilo agresivo (monstruo)*. El coordinador les comenta que las personas que tienen éste estilo de relación se caracterizan por expresar lo que piensan y sienten (pero sin considerar a los demás), ven directo a los ojos, mantienen la postura altiva y desafiante, usan una voz cortante y burlona, sí se defienden pero agreden en exceso a la persona que los ataca, imponen sus opiniones y no tienen la habilidad para

negociar o llegar a acuerdos. Mientras explica, el facilitador debe ir actuando con claridad cada característica y platicando ciertas situaciones infantiles donde se ejerce éste tipo de relación social; por ejemplo, describirá a un niño que les quita sus cosas a los compañeros sólo para burlarse de ellos, les pone apodosos y si lo denuncian con el profesor los amenaza con golpearlos al salir de la escuela. Para lograr cautivar completamente la atención de los participantes se recomienda mostrar láminas con las características de éste tipo de relación. Como la que aparece a continuación:

ESTILO DE RELACIÓN AGRESIVO (MONSTRUO)	
Indicador	Característica
Contacto visual	Directo a los ojos
Postura de la cabeza y hombros	Altos, altivos, retando
Tono de voz	Alto, cortante, definitivo,
Distancia corporal	Invasiva, cercana
Expresión facial	Contraída, amenazante
Fluidez verbal	Intrusiva, interrumpe, no escucha, acaparadora
Relación con las personas	Expresa lo que piensa y siente pero sin considerar a los demás, agrede, impone sus opiniones, no sabe negociar ni llegar a acuerdos, descalifica, no acepta errores, se defiende, insulta, rompe reglas.



Cuando se termine de explicar las características del estilo agresivo (monstruo), el facilitador pedirá a todos los niños que traten de adoptar la actitud agresiva con todas sus cualidades; cuando lo hayan conseguido, cada uno pasará al centro del grupo y dirá la frase “**no me pegues**” manteniendo todas las cualidades que lo distinguen (voz, cuerpo, mirada, etc.). Los mismos chicos opinarán sobre la calidad de actuación de cada participante y se ayudarán a adoptar la *actitud agresiva* correcta.

En tercer lugar se revisan las características del *estilo asertivo (persona)*. El coordinador les comenta que las personas que tienen éste estilo de relación se caracterizan por expresar lo que piensan y sienten (respetando siempre a los demás), ven a la cara, mantienen una postura firme pero tranquila, usan un tono de voz medio, saben escuchar, no interrumpen al otro, defienden sus derechos sin agredir a los demás, tienen habilidad para negociar y saben llegar a acuerdos. Mientras explica, el facilitador debe ir actuando con claridad cada característica y platicando ciertas situaciones infantiles donde se ejerce éste tipo de relación social; por ejemplo, describirá a un *niño asertivo* que le pide a su compañero la pelota que le acaba de quitar, si no se la regresa hace un intento por recuperarla, y si no



tiene éxito acude con su maestro a denunciar firmemente lo sucedido, en caso de que su profesor no lo apoye va con el director hasta recuperar su pelota. Para mayor claridad se recomienda mostrar láminas con las características de éste tipo de relación como la que aparece a continuación:

ESTILO DE RELACIÓN ASERTIVO (PERSONA)	
Indicador	Característica
Contacto visual	A la cara en general.
Postura de la cabeza y hombros	Rectos, equilibrados.
Tono de voz	Medio, haciendo inflexiones según el contenido de lo expresado.
Distancia corporal	Regular, no invasiva, respetuosa
Expresión facial	Tranquila, equilibrada
Fluidez verbal	Modulada, alternada con la otra persona, escucha y responde.
Relación con las personas	Expresa sus pensamientos y sentimientos respetando a los demás, se defiende sin agredir, respeta reglas, sabe negociar y llegar a acuerdos, acepta los errores, pone límites cuando es necesario, sabe decir “no”.



Cuando se termine de explicar las características del *estilo asertivo (persona)*, el facilitador pide a todos los niños que traten de adoptar la actitud asertiva con todas sus cualidades; cuando lo hayan conseguido, cada uno pasará al centro del grupo y dirá la frase “**no me pegues**” manteniendo todas las cualidades que lo distinguen (voz, cuerpo, mirada, etc.). Los mismos chicos valorarán la calidad de actuación de cada participante y se ayudarán a adoptar la actitud asertiva correcta. Es importante que el mediador haga más énfasis en practicar éste estilo, pues es precisamente la asertividad el tipo de relación que se desea desarrollar en los niños.

3. Para terminar la actividad se solicita a los participantes ponerse de pie y ensayar los tres estilos de relación de manera grupal (pasivo/agresivo/asertivo) repitiendo las siguientes frases:

- “No me pegues”
- “Quiero jugar”
- “Yo no tuve la culpa”

Cada frase debe decirse comportándose como ratón, monstruo y persona (en ése orden). El jugador que falle en algún intento recibirá un “ataque de cosquillas” de todo el grupo, y el que lo haga mejor, un pequeño regalo sorpresa (lápiz decorado, libro para iluminar, goma con caricatura impresa, etc.).

### CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en cuatro temas: (1) la claridad de los aspectos que caracterizan cada estilo de interacción social revisado, (2) la identificación del estilo de relación preponderante que usa cada niño, (3) las ventajas y desventajas que cada participante obtiene por su estilo particular de relación, y (4) la habilidad para acercarse al dominio de un estilo asertivo. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la **asertividad** para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, escenificar situaciones utilizando títeres, dar conclusiones verbales o escritas, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

- ¿Qué les pareció el juego? ¿Qué estilos de relación revisamos hoy? ¿Cuáles son las diferencias entre los tres? ¿Conocen a alguien que corresponda a cada uno de los estilos? (monstruo/ratón/persona)?. ¿En cuál estilo de relación se ubican ustedes? ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestro estilo de relación? ¿Qué desventajas y ventajas les ha traído ése estilo? ¿Les convendría cambiar su estilo de relación? ¿Quieren cambiar su estilo de relacionarse con las personas? ¿Qué ventajas y desventajas creen que tenga el estilo asertivo? ¿Qué podemos hacer para ser más asertivos?

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del diálogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad; de lo que se trata es de establecer una conversación fluida y flexible que brinde a cada participante la oportunidad de expresar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera libre y despreocupada, en una atmósfera de confianza, respeto y comprensión mutua. Los métodos de conversación recomendados por los *psicólogos del desarrollo* son siempre sistemáticos y buscan estimular el desarrollo de los niños, pero nunca deben convertirse en un interrogatorio mecánico y aburrido.

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Estilo natural de relación social (o en el que manifiesta mayor dominio).
- Habilidad o inhabilidad para practicar con precisión los tres estilos de relación.
- Identificación de su estilo de relación preponderante y grado de correspondencia con la realidad.
- Reconocimiento preciso de ventajas y desventajas del estilo de relación social que utiliza actualmente.
- Grado de disposición manifiesto para cambiar a un estilo asertivo.

1.13 JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD

60 min.

6-8 años.

**TÍTERES (ASERTIVIDAD 2)****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un estilo de relación asertivo que permita a los participantes establecer interacciones sociales más satisfactorias, beneficiosas, respetuosas y adaptativas. Desarrollar el concepto de “derechos” para saber ejercerlos y respetarlos.

**MATERIAL**

Múltiples títeres de todo tipo (hombres, mujeres, niños, adultos, diferentes vestuarios, animales).

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo forma un círculo estando todos de pie. El juego consiste en hacer un gesto gracioso, curioso o extraño con la cara y después simular lanzárselo a otro jugador para que éste lo imite. El juego comienza cuando un voluntario hace una mueca peculiar, la mantiene por tres segundos en su cara, finge quitarse el gesto con su mano y lo lanza a otro participante, éste a su vez debe imitar fielmente el guiño que le han aventado y después inventar un nuevo gesto, se lo quita y lo lanza a otro participante, y así sucesivamente hasta que todo el grupo haya participado. Este juego resulta muy divertido y sirve de introducción para la actividad principal de asertividad.

2. El coordinador pregunta a los participantes si recuerdan los tres estilos de relación social estudiados la sesión anterior y les pide que expliquen cada uno (pasivo/agresivo/asertivo).

El facilitador pregunta a los niños si alguna vez alguien les ha hecho algo que no se valga y los invita a platicar algunos ejemplos. Se les pide describir la siguiente información:

- a) El lugar donde ocurrió (casa, calle, escuela, mercado, etc).
- b) Los participantes en el suceso (amigos, papás, maestros, extraños, abuelos, etc.).
- c) El estilo de relación que adoptó cada uno de los participantes (agresivo/ pasivo/ asertivo).
- d) Los detalles del problema (inicio, desarrollo y desenlace).

### EJEMPLOS DE HISTORIAS (lo que no se vale que me hagan)

- 1 En la fila de las tortillas una señora se metió sin permiso delante de mí, cuando le reclamé ella dijo que me callara y aprendiera a respetar a mis mayores...
- 2 El director de la escuela me castigó porque un niño me acusó falsamente de romper una ventana y no me dejó defenderme...
- 3 Una maestra me quitó el examen porque dice que yo estaba copiando aunque esto no es cierto...
- 4 Mi mamá me castigó por no querer prestarle mis juguetes a mi hermanito, aunque le expliqué que no se los prestaba porque ya me había roto muchos.
- 5 El maestro me regañó y me puso en ridículo frente a mis compañeros por levantarme a ayudarlo a un compañero con su trabajo, él mismo dijo que ayudáramos a los que no pudieran hacer el ejercicio...
- 6 El profesor me quitó un punto por atreverme a corregirle una información que era falsa: dijo que los delfines eran peces y yo le aclaré que eran mamíferos mostrándole un libro...
- 7 Cuando mis primos van al parque a jugar futbol no me quieren juntar porque dicen que soy niña y el fut es sólo para niños... Si me meto al campo me empujan y me quitan el balón...
- 8 Un niño de mi escuela me "agarró" saliendo de clases porque choqué con él en el recreo, fue un accidente, intenté escapar corriendo a mi casa pero me alcanzó y me golpeó tirado en el piso...

Se escuchan con atención las historias y finalmente se pide a los niños que expliquen *por qué creen que no se vale lo que les han hecho*. En el caso de niños pequeños (6-8 años) el facilitador debe ser muy directivo para que logren contar la mayor cantidad de detalles posible. Después de escuchar 3-4 anécdotas los chicos deberán elegir dos de ellas.

Las historias elegidas se representarán organizando una **función de títeres** que serán manejados por los propios niños. El número de personajes estará definido por la cantidad de personas que participaron en cada historia (comúnmente 3 a 5). Se forman dos equipos y se les asigna una historia. En caso de que el número de personajes sea pequeño pueden montarse tres historias y formarse tres equipos para que todos los chicos participen. Una vez formados los equipos el facilitador les da a elegir entre muchos títeres y les comunica que tienen 8 minutos para montar la obra. El único requisito es que todos participen y que traten de actuar la historia tal como la contaron, sobre todo respetando el estilo de relación (agresivo/ pasivo/ asertivo) de cada personaje.

Transcurridos los 8 minutos, el primer equipo pasa a actuar su obra teniendo como público al resto de sus compañeros, éstos calificarán la calidad de las actuaciones y al final se hacen comentarios. El facilitador debe preguntar a los compañeros que observaron la obra si los personajes se apegaron al estilo de relación que debían actuar, y si están de acuerdo en que esa historia es un ejemplo de haberle hecho a su compañero algo que no se valía (transgredido un derecho). Se obtienen conclusiones y se hace lo mismo con la(s) otra(s) obra(s).

*Las historias que cuentan los niños son muy variadas y su contenido depende del nivel de desarrollo intelectual y social/afectivo que tengan. Lo que para un niño pequeño es un acto que va contra sus derechos, para otro más grande quizá sea simplemente una obligación personal; por ejemplo, muchos pequeños afirman que **no se vale que su mamá les apague la tele para que hagan su tarea, o que no se vale que a su hermanito le den biberón y a él no**, sin embargo, un niño de mayor edad y desarrollo entenderá que éstas situaciones son completamente válidas, pues la primera es una obligación (hacer la tarea) y la segunda un privilegio exclusivo de cierta edad (tomar biberón).*

3. Conservando los mismos equipos se pide a los niños que vuelvan a representar las obras pero ahora cambiarán los estilos de relación originales de los personajes, por ejemplo, **si el niño de una historia había reaccionado con un estilo pasivo ahora será agresivo, si la mamá había actuado asertiva ahora actuará sumisa, si el hermano había respondido agresivo ahora actuará asertivo, etc.** Obviamente al hacer estas modificaciones la trama y desenlace de la historia también cambiarán, pero precisamente esto ayudará a los participantes a reconocer la importancia de los estilos de interacción social. Se da a los equipos 10 minutos para que monten otra vez las obras y vuelven a presentarlas. El papel del coordinador es crítico para estimular la creatividad e improvisación de los niños al estar obligados a pensar en una trama un tanto distinta.

Se evalúan otra vez las actuaciones, se vuelve a analizar la importancia de los estilos de relación y se obtienen conclusiones.

4. Para finalizar la actividad los equipos deberán actuar una vez más su historia pero en ésta ocasión en lugar de los títeres ellos mismos serán los actores de “carne y hueso”. Ésta vez el papel del niño protagonista de cada historia debe adoptar un **estilo asertivo** para ver cómo hubieran resultado las cosas. También se sugiere dejarle éste papel protagónico al propio niño que contó y vivió la situación real. Se dan sólo tres minutos para tomar acuerdos y se presentan las obras. Al finalizar se obtienen conclusiones.

## CIERRE

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) las ventajas y desventajas que cada participante obtiene por su estilo particular de relación, (2) la conceptualización que tienen de los derechos y la justicia, y (3) la habilidad para acercarse al dominio de un estilo asertivo. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la **asertividad** para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, escenificar situaciones utilizando títeres, dar conclusiones verbales o escritas, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿En cuál estilo de relación se ubican ustedes? ¿Qué opinan de las historias que representamos hoy? ¿Cuál estilo les cuesta más trabajo? ¿Se puede ser asertivo a pesar de estar enojado o con miedo? ¿Qué es algo injusto? Den ejemplos (se vale/no se vale)? ¿Qué ventajas y desventajas creen que tenga el estilo asertivo? ¿Qué podemos hacer para ser más asertivos?

## INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)

- Estilo natural de relación social (o en el que manifiesta mayor dominio).
- Habilidad o inhabilidad para practicar con precisión los tres estilos de relación.
- Reconocimiento preciso de ventajas y desventajas del estilo de relación social que utiliza actualmente.
- Nivel de conceptualización de derecho y justicia (se vale/no se vale).
- Grado de disposición manifiesto para cambiar a un estilo asertivo y habilidad para conseguirlo.

## 1.14 JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD

60 min.

6-8 años.

## TEATRO (ASERTIVIDAD 3)

**OBJETIVO (S)**

Desarrollar un estilo de relación asertivo que permita a los participantes establecer interacciones sociales más satisfactorias, beneficiosas, respetuosas y adaptativas. Desarrollar el concepto de “derechos” para saber respetarlos.

**MATERIAL**

Ropa y accesorios para caracterizarse (disfrazarse). Espacio cerrado y privado.

**PROCEDIMIENTO**

1. El coordinador expone brevemente al grupo los estilos de relación que se han estado revisando.

## ESTILO DE RELACIÓN SOCIAL

PASIVO (RATÓN)	ASERTIVO (PERSONA)	AGRESIVO (MOSTRUO)
No expresa sus ideas y sentimientos (o lo hace demasiado tarde), no se defiende, reclama tímidamente, se disculpa por todo, se pone en segundo lugar, insegura, siempre respeta reglas.	Expresa sus pensamientos y sentimientos respetando a los demás, se defiende sin agredir, respeta reglas, sabe negociar y llegar a acuerdos, acepta los errores, pone límites cuando es necesario, sabe decir “no”.	Expresa lo que piensa y siente pero sin considerar a los demás, agrede, impone sus opiniones, no sabe negociar ni llegar a acuerdos, descalifica, no acepta errores, se defiende, insulta, rompe reglas.

2. Se pregunta a los niños si alguna vez se metieron en problemas por haber hecho *algo “que no se valiera”*, y se les invita a platicar detalladamente los incidentes:

- El lugar donde ocurrió (casa, calle, escuela, mercado, etc).
- Los participantes en el suceso (amigos, papás, maestros, extraños, abuelos, etc.).
- El estilo de relación que adoptó cada uno de los implicados en el problema (agresivo/ pasivo/ asertivo).
- Los detalles del problema (inicio, desarrollo y desenlace).



**EJEMPLOS DE HISTORIAS (lo que no se vale que yo les haga a otros)**

- 1** Un día le metí el pie a un compañero para tumbarlo, sólo quería divertirme, al caer se pegó en la boca y le salió sangre, el director me regañó muy fuerte pero yo lo dejé hablando solo, la mamá del niño me reclamó al salir de clases, me pidió que me disculpara con su hijo y yo le dije que me valía lo que le pasara a su hijo. Me suspendieron dos días sin ir a la escuela.

---

- 2** En una ocasión llevé una historieta a la escuela, la saqué en la clase de matemáticas, me levanté para presumírsela a un amigo, el maestro me descubrió y me pidió que me sentara, yo le dije que no, entonces el profesor me amenazó con ir a sentarme él mismo, yo le dije que fuera a sentarme si se atrevía, él fue hacia mí y me quitó la revista, dijo que me la devolvería hasta que yo me sentara, la puso en su escritorio, no me senté y en un descuido la recuperé, el profesor se molestó mucho y me pidió que la devolviera, intentó perseguirme pero yo corrí burlándome de él, otro compañero logró arrebatarle la historieta y se la entregó al profe, él me dijo que no me la devolvería hasta la próxima semana, le dije que se la quedara y me salí del salón azotando la puerta y gritándole una grosería. Me reprobaron en matemáticas y me quedé sin recreo 3 días.

---

- 3** Un día mientras veía la televisión mi mamá me apagó la tele y me mandó a lavar los trastes, yo le dije que en un ratito lo hacía y volví a encenderla, un poco después regresó y me gritó que fuera a lavarlos ya, le pregunté que por qué sólo me tocaban a mí y no a mi hermanita de 4 años, me puse a llorar del coraje, mi mamá me jaloneaba para llevarme a la cocina, yo me resistía diciéndole que no la quería y que me dejara en paz, como no me soltaba le di una patada, me soltó y me encerré en el baño. Después de un tiempo mi mamá tocó la puerta para decirme que dejara de hacer drama y que la acompañara a recoger a mi hermanita del kínder, yo sí quería ir porque me da mucho miedo quedarme sola, pero le grité que se fuera. Al final me quedé con mucho miedo hasta que llegó mi papá. Hubo una pelea entre ellos porque a mi papá no le gusta que mi mamá me deje sola (me sentí mal por eso).

Se escuchan con atención las historias tratando de que cada participante identifique a las personas que perjudicó con sus actos y que justifique por qué cree que lo que hizo no “se vale”.

Se forman dos equipos y cada uno elige una de las historias que acaban de escuchar. El juego consiste en representar las escenas seleccionadas como si fuera una obra de teatro.

Los equipos cuentan con 10 minutos para preparar la historia. Todos deben tener un papel en la obra y adoptar con precisión el estilo de relación de la persona que les tocó representar (monstruo/ratón/persona). Se entrega a cada equipo un montón de ropa y accesorios que pueden usar para caracterizar a sus personajes (opcional). El coordinador debe apoyar el montaje de las obras favoreciendo el enriquecimiento de los diálogos, la improvisación y la realización de ensayos conductuales que se apeguen a los estilos de relación de cada personaje.

Al cumplirse el tiempo de preparación el primer grupo pasa a mostrar su obra. Los demás compañeros son el público y tienen la responsabilidad de evaluar las actuaciones. Al terminar la presentación, el coordinador favorece un análisis grupal sobre la obra centrándose en la calidad de las actuaciones y el contenido de la historia (¿Por qué se originó el problema? ¿La forma de afrontarlo fue la adecuada? ¿Qué hubiera podido hacerse para solucionarlo?). En cuanto termina el análisis de su obra el equipo vuelve a actuar la historia pero ahora tomando en cuenta las opiniones que acaban de escuchar. Sólo se otorga un minuto para que se pongan de acuerdo y así favorecer la improvisación. Es importante que todos los participantes intenten realizar su actuación apegándose completamente al estilo de relación que les toca representar y no sólo centrándose en los argumentos de sus personajes. Se obtienen conclusiones y se hace lo mismo con la(s) otra(s) obra(s).

## CIERRE

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) las ventajas y desventajas que cada participante obtiene por su estilo particular de relación, (2) la conceptualización que tienen de los derechos y la justicia, y (3) la habilidad para acercarse al dominio de un estilo asertivo. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la **asertividad** para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, escenificar situaciones utilizando títeres, dar conclusiones verbales o escritas, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Qué opinan de las historias que representamos hoy?  
¿Cuál estilo les cuesta más trabajo? ¿Se puede ser asertivo a pesar de estar enojado

o con miedo? ¿Qué ventajas y desventajas creen que tenga el estilo asertivo? ¿Qué podemos hacer para ser más asertivos? ¿Qué es algo injusto? Den ejemplos (se vale/no se vale) ¿Cómo te sientes cuando te hacen algo injusto? ¿Cómo crees que se sientan los demás cuando tu les haces algo injusto?

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Estilo natural de relación social (o en el que manifiesta mayor dominio).
- Habilidad o inhabilidad para practicar con precisión los tres estilos de relación. +
- Identificación correcta de su estilo de relación preponderante.
- Reconocimiento preciso de ventajas y desventajas del estilo de relación social que utiliza actualmente.
- Nivel de conceptualización de derecho y justicia (se vale/no se vale).
- Grado de disposición manifiesto para cambiar a un estilo asertivo y habilidad para conseguirlo.

1.15 JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD

45 min.

6-8 años.

**MIRADAS QUE MATAN****OBJETIVO (S)**

Desarrollar la comunicación no verbal como un componente esencial de la asertividad (comprensión y expresión de mensajes corporales). Promover las habilidades para comunicarse discretamente en situaciones donde es necesario hacerlo.

**MATERIAL**

Sillas. Gis. Cinta adhesiva.

**PROCEDIMIENTO**

1. Todo el grupo está sentado y dispuesto en círculo mientras el coordinador expone las normas. Dos participantes de manera voluntaria permanecerán de pie en el centro de la rueda. Sólo debe haber la cantidad exacta de sillas: una para cada jugador excepto para los dos que se encuentran al acecho en el centro de la rueda.

A continuación, los miembros del grupo intentan ponerse en contacto con otra persona sólo a través de señales, gestos y miradas para intercambiar sus asientos. No se permiten palabras ni lectura de labios. Cuando un participante cree que otro acepta intercambiar su sitio, intenta “hacerlo” lo más rápido posible, pues los jugadores del centro intentarán sentarse en los asientos momentáneamente vacíos. Si a un participante le ganan su lugar entonces deberá esperar a competir por otro cuando ocurra un nuevo intercambio. El facilitador debe ayudar a los jugadores a moderar sus gestos para pasar desapercibidos y a adquirir estrategias para interpretar la comunicación no verbal.

Si la persona requerida no responde y el jugador ya ha abandonado su lugar, su asiento debe ser ocupado por los jugadores que están de pie al centro del círculo. Si un jugador tarda más de 2-3 minutos sin hacer un cambio de lugar perderá automáticamente, y cederá su lugar a un jugador que esté de pie. Tampoco está permitido hacer fintas o simular salir de su lugar para distraer a los “acechadores”. El grupo cuenta con 10-12 minutos para jugar.

2. Se repite el juego pero ahora se retiran las sillas y en lugar de ellas se dibujan en el piso círculos con gis o se colocan aros de plástico (uno para cada participante). En ésta ocasión queda prohibido comunicarse con señales de manos y pies. La única comunicación válida para intercambiar lugares es con la mirada y gestos de la cara. La persona que rompa ésta regla pierde inmediatamente su lugar y lo cede a un compañero que esté de pie. El grupo cuenta con 10-12 minutos para jugar.

3. Todo el grupo se toma de las manos excepto un voluntario que saldrá del salón o se pondrá de espaldas para no descubrir el plan. El juego consiste en pasar un apretón de manos de jugador en jugador lo más sigilosamente posible para que el voluntario no logre descubrir la persona que está transmitiendo “la corriente”. Sin que el voluntario observe, el facilitador señalará a un jugador, esto indica que él es responsable de empezar a pasar electricidad. Éste jugador puede elegir pasar el apretón a su compañero de la izquierda o al de la derecha, el jugador que reciba el apretón puede optar por pasar la corriente al siguiente jugador o regresarla a su compañero. El apretón debe ocurrir con suficiente fuerza para ser percibido pero de manera tan imprevista que el jugador del centro no pueda localizarlo. Mientras se transmite la electricidad el grupo debe permanecer casi inexpresivo para no delatarse. Cuando el jugador que está al centro identifica el par de manos donde va la corriente, automáticamente pierde la persona que la acaba de pasar y lo sule al centro del círculo. El grupo cuenta con 10 minutos para jugar.

### **CIERRE**

Para finalizar el juego es indispensable reunir a todo los participantes y analizar lo ocurrido. La labor del facilitador es estimular en los niños la construcción de sus propios conceptos sobre la comunicación y mejorar las habilidades implicadas en ella. Las siguientes preguntas pueden ayudar a abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Qué se necesita saber hacer para no perder en éstos juegos? ¿Qué tan hábiles somos para interpretar correctamente la comunicación a través del cuerpo? ¿Alguien ha tenido un problema en la escuela o en su casa por no saber interpretar los gestos, miradas, posturas y movimientos de las personas?

### **INDICADORES A EVALUAR**

- Indicadores de interpretación incorrecta de los gestos.
- Reacciones ante los errores de interpretación.
- Atribución de los errores de comunicación o imputación a los otros.

**1.16 JUEGOS PARA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS**

60 min.

6-8 años.

**1, 2, 3 CALABAZA****OBJETIVO (S)**

Desarrollar una conciencia clara de la función social de las reglas y la habilidad para adaptarse a ellas en diferentes lugares y situaciones (juegos, escuela, casa, calle, etc.).

**MATERIAL**

Espacio largo libre de obstáculos.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se pide a los niños que se coloquen a lo largo de una línea, a unos 7-8 mts. de distancia de un muro (en el salón o el patio). El juego consiste en avanzar en dirección a la pared hasta poder tocarla. El coordinador se ubica junto al muro observando a los niños, de manera repentina gira hasta quedar de espalda y comienza a contar del uno al tres con voz fuerte. Mientras tanto los jugadores podrán avanzar en dirección al facilitador, pero deben estar muy atentos pues cuando llegue al número tres gritará “¡CALABAZA!” y “volteará” rápidamente hacia ellos, cuando esto ocurra los jugadores tienen que detener su marcha inmediatamente evitando ser vistos en movimiento, si el coordinador observa a cualquier niño desplazándose o perdiendo el equilibrio lo regresará hasta la línea de inicio para que vuelva a comenzar. Los jugadores que se mantuvieron inmóviles se quedan en su lugar y esperarán a que el coordinador se voltee nuevamente para seguir avanzando. En determinado momento el facilitador girará otra vez hacia el muro y volverá a contar “**1,2,3 ¡CALABAZA!**” para permitir que los participantes se acerquen, y así sucesivamente hasta que uno de los niños logre tocar el muro, el primer niño en tocarlo ocupará el lugar del coordinador y dirigirá el juego.

Es recomendable contar a velocidades distintas cada vez para evitar que los niños anticipen el momento en que girará quien dirige el juego. Solo se reiniciará un nuevo conteo hasta que los niños regresados estén detrás de la línea de inicio. Si algún participante comienza a avanzar antes de que el niño que dirige haya girado completamente también será regresado.

**CIERRE**

Para finalizar el juego es indispensable reunir a todo los participantes y analizar lo ocurrido. La labor del facilitador es construir junto con los niños sus propios conceptos sobre la reglas y mejorar su habilidad para ajustarse a ellas. Las siguientes preguntas podrán ayudar a abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron? (divertidos, enojados con alguien que hizo trampa, cansados, etc.) ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego? ¿Para qué sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego?, ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿Se puede hacer algo para evitar las trampas? ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías? ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas? ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan? Den ejemplos ¿Son útiles? ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-? ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas?

**INDICADORES A EVALUAR (para cada participante)**

- Concepto de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Indicadores de trampa.
- Concepto personal de justicia.
- Habilidad para negociar el cambio de reglas.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa y escuela.

## 1.17 JUEGOS PARA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS

45 min.

6-8 años.

## LA ARAÑA PELUDA

**OBJETIVO (S)**

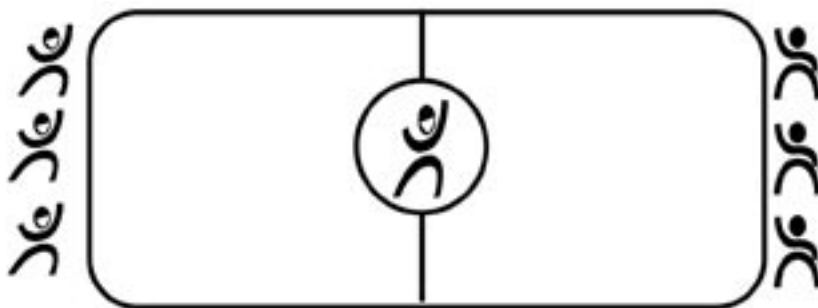
Desarrollar una conciencia clara de la función social de las reglas y la habilidad para adaptarse a ellas en diferentes lugares y situaciones (juegos, escuela, casa, calle, etc.).

**MATERIAL**

Gis o cinta adhesiva. Espacio amplio y libre de obstáculos (patio escolar o salón grande).

**PROCEDIMIENTO**

1. Se traza en el piso un rectángulo ( 6 x 16 mts. aproximadamente). Se elige al azar a uno de los participantes para que sea **“la araña peluda”** y se le pide que se coloque en el centro del rectángulo (en general, para seleccionar a los niños que tendrán algún rol privilegiado en los juegos se recomienda hacerlo mediante canciones como “zapatito blanco zapatito azul” o concursos de azar como “piedra, papel y tijera”). El resto del grupo se divide en dos partes iguales y se colocan junto a las líneas de fondo del rectángulo.



2. Para iniciar la actividad los jugadores de los extremos deberán gritar **“¡araña!”** y el participante que está en centro responderá **“¡peluda!”**; en ese momento todos los participantes cruzarán de un extremo a otro evitando ser tocados por la **“araña peluda”**, la cual se desplaza libremente dentro de todo el rectángulo. Los jugadores que hayan sido tocados se quedarán detenidos en ese lugar y comenzarán a mover sus brazos como aspas de molino, dificultando así el paso de los otros participantes. Si alguno de los niños tiene contacto con alguno de los **“molinos”** también queda capturado y se convierte en un molino más.

Es importante mencionar que los participantes de los extremos sólo pueden ingresar al área de juego hasta que la **“araña peluda”** responda, de lo contrario se convertirán en **“molinos”** y serán colocados en el lugar que más convenga a la **“araña”**. Ningún jugador puede negarse



a ingresar al rectángulo una vez que la “araña peluda” ha respondido, y tampoco se vale pisar fuera del área durante los recorridos, si algún niño rompe éstas reglas inmediatamente se convertirá en molino. La “araña peluda” **no** puede tocar a ningún participante que logre cruzar completamente el área rectangular, así pues, una vez que cualquier jugador haya pasado el territorio de la araña estará “salvado” y sólo podrá ingresar de nuevo cuando se vuelva a gritar la palabra “¡araña!” y se reciba la respuesta correspondiente.

3. Gana el último jugador en ser “capturado”, el cual automáticamente se convierte en “araña peluda” y puede dar inicio al juego nuevamente; sin embargo, el ganador puede optar por dejar su lugar de privilegio a otro participante utilizando cualquier criterio de selección.

El coordinador debe estar atento al cumplimiento de las reglas, pero sin imponer su criterio cuando éstas sean transgredidas, su papel es de **mediador del desarrollo social de los niños** y lo correcto es utilizar cualquier recurso de mediación (preguntar, ejemplificar, sugerir sanciones, proponer cambios, moderar discusiones, etc.) que permita estimular la conciencia y ajuste a las normas.

### CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo para conversar las experiencias y cerrar el juego. En ésta fase del juego el coordinador debe hacer uso de todos sus conocimientos sobre **Psicología del Desarrollo** y manejar fluidamente las herramientas de mediación para estimular el desarrollo social/afectivo de los niños. Es importante **no** intentar impartirles lecciones de moral ni de buena conducta, lo adecuado es descubrir sus conceptos, opiniones, habilidades, dificultades, emociones y sentimientos respecto a las reglas vividas en la actividad, y en su caso rescatar sus comentarios sobre las reglas que existen en su casa, escuela y calle. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron (divertidos, enojados por perder, cansados, etc.)? ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego? ¿Para que sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego? ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿Se puede hacer algo para evitar las trampas? ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías?. ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas? ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan –den ejemplos-? ¿Son útiles? ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-? ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas –den ejemplos-?

**Nota:** cuando los niños comenten situaciones conflictivas que tengan que ver con las reglas de casa, calle o escuela se recomienda recurrir a la escenificación o actuación de ellas, y de ésta manera promover las habilidades necesarias para su solución. El coordinador debe alentar a los niños a encontrar soluciones viables para afrontar las normas sociales y permitirá a todos intervenir en las escenificaciones para favorecer sus habilidades prácticas. Cuando los niños tienen la oportunidad recrear de manera lúdica situaciones reales, logran comprender los puntos de vista de los demás y consiguen adquirir las habilidades interactivas necesarias para resolver los problemas relacionados con las normas sociales.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Concepto de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Interés y habilidad para hacer que los demás respeten las reglas del juego.
- Hacer trampa.
- Reacción ante las trampas de los demás.
- Medidas personales para regular la trampa.
- Habilidad para solucionar conflictos durante el juego.
- Concepto personal de justicia.
- Habilidad para negociar el cambio de reglas en juegos, escuela y familia.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa, escuela y calle.
- Reconocimiento personal de su habilidad o inhabilidad para ajustarse a las normas.
- Reconocimiento de emociones y sentimientos más comunes ante las reglas impuestas por otras personas.

## 1.18 JUEGOS PARA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS

50 min.

6-8 años.

## BLANCOS Y NEGROS

**OBJETIVO (S)**

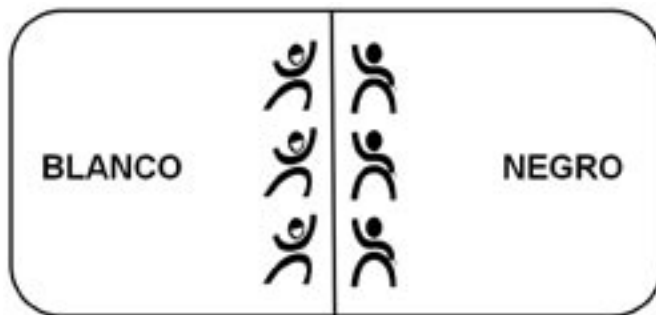
Desarrollar una conciencia clara de la función social de las reglas y la habilidad para adaptarse a ellas en diferentes lugares y situaciones (juegos, escuela, casa, calle, etc.).

**MATERIAL**

Gis o cinta adhesiva. Un pañuelo para cada participante. Espacio amplio y libre de obstáculos.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se forman dos equipos con el mismo número de integrantes. La actividad es ideal para jugarse en el centro del patio escolar o en un salón libre de mobiliario. Se divide a la mitad el campo de juego trazando en el piso una línea recta con gis. Ambos equipos se colocan frente a frente cerca de la línea trazada y se entrega un pañuelo a cada quien para que lo metan en su pantalón o cinturón a manera de “cola” (dos terceras partes del pañuelo deberán quedar fuera del pantalón, falda o cinturón).



2. El equipo de la derecha se llama “*negro*” y el de la izquierda “*blanco*”. Estando frente a frente en la línea central del campo, ambos conjuntos deberán estar atentos a la orden del coordinador, el cuál gritará aleatoriamente el nombre de algún equipo (¡blanco!, ¡negro!). El equipo que escuche su nombre correrá en dirección al equipo contrario con el fin de intentar quitarles sus “colas”. El equipo perseguido correrá a toda velocidad en dirección a la pared que se encuentra dentro de su territorio tratando de que los integrantes del otro equipo no les quiten sus pañuelos. El participante del equipo perseguido que logre tocar la pared (base) estará salvado y nadie podrá quitarle su “cola”, en cambio todos los participantes a los que les quitaron el pañuelo pasarán a ser parte del equipo rival.

No se vale que los participantes del equipo perseguido utilicen sus manos para evitar que les quiten el pañuelo, pero si pueden girar o cambiar la trayectoria de su cuerpo para defenderse. Después de cada persecución el facilitador vuelve a reunir a ambos equipos cerca de la línea central del campo, y nuevamente grita el nombre de un equipo. El coordinador no está obligado a alternar equitativamente a los equipos, por lo cual podrá gritar varias veces “¡blanco!” o “¡negro!” según considere.

Después de 10 competencias se dará por terminado el juego. Gana el equipo que al final cuenta con el mayor número de integrantes. El facilitador reflexiona con los niños sobre cualquier situación ocurrida con las normas del juego y forma nuevos grupos para repetir la actividad.

### **CIERRE**

Para finalizar el juego es indispensable reunir a todo los participantes y analizar lo ocurrido. La labor del facilitador es construir junto con los niños sus propios conceptos sobre la reglas y mejorar su habilidad para ajustarse a ellas. Las siguientes preguntas podrán ayudar a abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego?, ¿Cómo se sintieron? (divertidos, enojados con alguien que hizo trampa, cansados, etc.) ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego? ¿Para qué sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego? ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿Se puede hacer algo para evitar las trampas? ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías?, ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas?, ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan? Den ejemplos, ¿Son útiles? ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-? ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas?

### **INDICADORES A EVALUAR (para cada participante)**

- Concepto de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Indicadores de trampa.
- Concepto personal de justicia.
- Habilidad para negociar el cambio de reglas.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa y escuela.

**1.19 JUEGOS DE COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO)**

45 min.

6-8 años.

**SILLAS MUSICALES COOPERATIVAS****OBJETIVO (S)**

Desarrollar las habilidades de cooperación y trabajo en equipo mediante retos de grupo. Promover las habilidades para llegar a acuerdos y solucionar problemas de manera colectiva.

**MATERIAL**

Una silla de poca altura para cada participante. CD de música. Reproductor de música. Espacio abierto o cerrado libre de obstáculos.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se disponen las sillas en círculo con el respaldo hacia el centro. Todos los jugadores se colocan de pie junto a las sillas a la espera de escuchar la música, cuando ésta empiece los participantes deberán correr alrededor del círculo procurando no empujarse, no cambiar de dirección, ni rebasarse. En cuanto el sonido se detenga todos los niños deberán subir a las sillas lo más rápidamente posible; es importante promover entre ellos conductas de ayuda y consideración mutua. Si todos consiguen mantenerse arriba por lo menos 5 segundos se retira una silla y se vuelve a jugar. Cada vez que el grupo logre sostenerse arriba de los asientos se retirará una silla más. El objetivo del grupo es lograr mantenerse encima de los asientos, sin que nadie pise el suelo y hacerlo con el menor número de sillas posible. Obviamente como el número de sillas irá disminuyendo se vale que varios jugadores ocupen un mismo lugar apoyándose entre sí para no caerse. Ésta etapa del juego termina cuando el grupo fracasa en su intento por lograr que todos sus integrantes se sostengan 5 segundos arriba de los muebles sin tocar el piso.
2. Vuelve a realizarse el mismo juego pero en ésta oportunidad los participantes deberán llevar sujetas sus manos en la espalda. Siempre es válido que los jugadores se ayuden entre sí para subir y sostenerse en las sillas, pero si alguno suelta sus manos automáticamente todo el grupo habrá fracasado y se pasará a la siguiente fase de la actividad.
3. Se repite el juego con las mismas reglas pero ahora el grupo se organiza por parejas sosteniendo un globo entre sus panzas. Cada pareja debe encontrar una manera de correr juntos y lograr subirse a las sillas. El grupo perderá cuando alguna pareja deje caer su globo al suelo o cuando sea incapaz de mantenerse arriba de los asientos por 5 segundos. ¿Cuál será el menor número de sillas en que pueda acomodarse todo el grupo?
4. El reto final del grupo es conseguir realizar la actividad pero con la mitad de los jugadores con los ojos vendados, de tal manera que sea indispensable la ayuda entre los integrantes como única alternativa para lograr el propósito.

## CIERRE

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la facilidad o dificultad personal para trabajar en equipo y conseguir una meta común, (2) las ventajas del trabajo cooperativo, y (3) las consecuencias personales de contar o no con éstas habilidades sociales. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego?, ¿Cómo se sintieron al verse obligados a trabajar en equipo?, ¿A quién se le dificultó tomar acuerdos y adaptarse al trabajo del grupo? ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron al conseguir o fracasar en los retos? ¿Qué dificultades ocurrieron para poder funcionar como equipo? ¿Qué tan hábiles son para trabajar en equipo en su vida diaria (escuela, casa, calle, colonia, etc.)?, ¿Qué ventajas y desventajas hay al cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué consecuencias les ha acarreado sus dificultades para cooperar y trabajar en equipo?, ¿Qué beneficios?, ¿Qué necesitamos para poder cooperar y trabajar en equipo?.

El coordinador cierra la actividad destacando los puntos más relevantes de la conversación y expone brevemente sus conclusiones.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)

- Papel activo o pasivo de cada participante durante la actividad.
- Conceptos personales de cooperación y trabajo en equipo.
- Habilidad para coordinar acciones con otros participantes para conseguir la meta.
- Agrado/desagrado por las actividades de equipo.
- Nivel de interés y dedicación en la tarea.
- Capacidad para considerar las aportaciones de los demás.
- Habilidad para afrontar las derrotas.
- Atribución del fracaso y el logro.
- Reconocimiento preciso de las consecuencias de cooperar y trabajar en equipo.

**1.20 JUEGOS DE COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO)**

60 min.

6-8 años.

**GLOBO ARRIBA****OBJETIVO (S)**

Desarrollar las habilidades de cooperación y trabajo en equipo mediante retos de grupo. Promover las habilidades para llegar a acuerdos y solucionar problemas de manera colectiva.

**MATERIAL**

Globos inflables. Salón de techo alto libre de obstáculos.

**PROCEDIMIENTO**

1. Los jugadores se distribuyen libremente por el espacio. El coordinador lanza un globo al aire. El juego consiste en mantener elevado el globo el mayor tiempo posible golpeándolo con las manos. El facilitador medirá el tiempo que consigue el grupo en cada ocasión y los alentará a mejorar su propio record. No está permitido que un jugador golpee dos veces consecutivas el globo, ni que dos jugadores lo eleven al mismo tiempo, si alguna de éstas situaciones ocurriera se detendrá el juego y comenzará una nueva partida. Se recomienda jugar de ésta manera por lo menos tres veces antes de pasar a la siguiente fase de la actividad.
2. Se divide el grupo en dos equipos iguales. Se les proporciona unos segundos para que se pongan de acuerdo en las estrategias que aplicarán para ganar el juego. El coordinador entrega a cada conjunto un globo y cuando él lo indique ambos equipos comenzarán a golpear el globo para conseguir mantenerlo elevado el mayor tiempo posible. Gana el equipo que consiga mantener más tiempo el globo en las alturas. En ésta ocasión tampoco está permitido que un jugador golpee dos veces consecutivas el globo, ni que dos jugadores lo eleven al mismo tiempo, si alguna de éstas situaciones ocurriera se declarará ganador al equipo contrario, se le anota un punto y comenzará una nueva partida. La actividad se repite 3,5 o 7 veces quedando campeón el conjunto que haya sumado más puntos.
3. Nuevamente se reúne el grupo para trabajar como un gran equipo, pero ahora su reto consiste en mantener el globo elevado golpeándolo con todo el cuerpo excepto los brazos y manos. Antes de iniciar el juego los participantes deben acordar un tiempo-meta que creen poder conseguir, una vez definido, el coordinador les dará sólo dos oportunidades para lograr el tiempo estimado.
4. Se aplica la misma actividad pero ahora en cuanto un jugador golpee el globo deberá sentarse en el piso, el reto consiste en lograr que todo el grupo quede sentado antes de que el globo caiga al suelo (no pueden utilizarse las manos ni los brazos). Los jugadores sentados no pueden tocar el globo otra vez.

5. La misma actividad pero con la variante de que los jugadores que están sentados se levantan al tocar el globo y los que están de pie se sientan, y así sucesivamente hasta que el globo toca el piso.

6. Se repite la actividad pero con la variante de que cada jugador debe golpear el globo con una parte distinta del cuerpo. En cuanto algún participante repita una parte del cuerpo o se caiga el globo se termina el juego. Los jugadores deben gritar la parte con que golpearán el globo un poco antes de tocarlo (por ejemplo ¡oreja!, ¡rodilla!, ¡mano derechaj, ¡nariz!, ¡espalda!, etc.)

### **CIERRE**

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la facilidad o dificultad personal para trabajar en equipo y conseguir una meta común, (2) las ventajas del trabajo cooperativo, y (3) las consecuencias personales de contar o no con éstas habilidades sociales. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron al verse obligados a trabajar en equipo?, ¿A quién se le dificultó tomar acuerdos y adaptarse al trabajo del grupo? ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron al conseguir o fracasar en los retos? ¿Qué dificultades ocurrieron para poder funcionar como equipo? ¿Qué tan hábiles son para trabajar en equipo en su vida diaria? (escuela, casa, calle, colonia, etc.) ¿Qué ventajas y desventajas hay al cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué consecuencias les ha acarreado sus dificultades para cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué beneficios? ¿Qué necesitamos para poder cooperar y trabajar en equipo? Den algunos ejemplos. El coordinador cierra la actividad destacando los puntos más relevantes de la conversación y expone brevemente sus conclusiones.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Papel activo o pasivo de cada participante durante la actividad.
- Conceptos personales de cooperación y trabajo en equipo.
- Habilidad para coordinar acciones con otros participantes para conseguir la meta.
- Agrado/desagrado por las actividades de equipo.
- Nivel de interés y dedicación en la tarea.
- Capacidad para considerar las aportaciones de los demás.
- Habilidad para afrontar las derrotas.
- Atribución del fracaso y el logro.
- Reconocimiento preciso de las consecuencias de cooperar y trabajar en equipo.



SEGUNDO NIVEL  
MEDIANOS ( 3° Y 4°)  
8 - 10 AÑOS

2.1

JUEGOS DE PRESENTACIÓN

40 min.

8-10 años

**NOMBRES Y GESTOS**

**OBJETIVO (S)**

Propiciar un primer contacto divertido entre los participante y conocer sencillas informaciones personales.

**MATERIAL**

Sillas (opcional).

**PROCEDIMIENTO**

1. El coordinador da la bienvenida a todo el grupo. Les explica el objetivo, la organización y el reglamento del trabajo que recién comienzan. Pregunta las expectativas y creencias sobre su participación en éste espacio y resuelve dudas generales.
2. El grupo se ubica en forma de herradura. El coordinador dice su nombre y hace con mímica un gesto que indique un gusto personal (por ej. dormir, nadar, tocar la guitarra, ver televisión, videojuegos, etc.). Todos los niños tratan de adivinar el significado hasta que alguien lo descubre. Después la persona que está a la derecha del facilitador vuelve a hacer la mímica y menciona el nombre de éste, luego dice su propio nombre y realiza su gesto característico para que el grupo adivine lo que representa. Y así sucesivamente hasta que todos se hayan presentado. La última persona en participar deberá decir los nombres de todos sus compañeros y realizar el gesto particular que ejecutó cada uno.
3. El coordinador hace el gesto que ha caracterizado a algún jugador y los participantes intentan adivinar el nombre de la persona a la que le pertenece. Quien adivine pasa al frente del grupo y realiza la mímica de otro compañero hasta que alguien descubra a quien corresponde, y así hasta que se hayan representado todos los gestos y adivinado los nombres de los propietarios.
4. En ésta fase del juego el facilitador (psicólogo) grita el nombre de alguien y todos hacen el gesto que corresponde a ésa persona. Luego ésa persona dice el nombre de otro jugador y así hasta que todos hayan sido citados.

5. El coordinador reta al grupo a realizar a toda velocidad los gestos que corresponden a los niños que él irá nombrando o en su caso adivinar lo más rápido posible los nombres a los que pertenecen las mímicas que irá ejecutando. Para que sea en realidad un reto el facilitador deberá alternar al azar gestos y nombres lo más rápido posible hasta que la mayoría falle en la identificación.

4. Estando en círculo se indica a los niños que deben de elaborar y diseñar su propio gafete de identificación con el material que se dejará en el centro del círculo (tijeras, cartulinas blancas tamaño gafete, pegamento, colores, revistas para recortar y marcadores). El coordinador debe promover las ideas creativas, la compartición de materiales y la plática entre los participantes mientras elaboran el identificador con su nombre. Los niños pueden escribir su nombre, formarlo mediante letras recortadas, agregar dibujos, recortes de imágenes o cualquier otro elemento distintivo. Si alguno tiene dificultades para escribir o formar su nombre el coordinador le proporcionará la ayuda necesaria. Después de 10 o 12 minutos se entrega un portagafete a cada participante y van presentando su trabajo a todo el grupo.

#### **CIERRE**

Reunidos en círculo el coordinador cierra la actividad dando nuevamente la bienvenida a todos, pregunta cómo se sintieron durante la actividad, recolecta los gafetes para entregárselos la próxima sesión, los anima a acudir la siguiente ocasión y se despide.

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Soltura y disposición al presentarse ante el grupo.
- Grado de ajuste a las instrucciones del coordinador y reglas de la actividad.
- Estilo preponderante de interacción con los compañeros (si se comunica espontáneamente, si espera a que otros le hablen, si agradece, si se inhibe cuando le toca participar, etc.).
- Primeras afinidades o preferencias por ciertos compañeros.

2.2

JUEGOS DE PRESENTACIÓN

30 min.

8-10 años

**NOMBRE O GARROTAZO****OBJETIVO (S)**

Propiciar un primer contacto divertido entre los participante y conocer sencillas informaciones personales.

**MATERIAL**

Un tubo de papel, esponja o hule espuma de 50 cms. de largo (o cualquier otro material inofensivo). Sillas.

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo forma un círculo sentados en sus sillas. Todos dicen su nombre al resto de los compañeros y se les pide memorizarlos. El coordinador se coloca en el centro sosteniendo el tubo de esponja (garrote). Se numera a los participantes, la persona #1 súbitamente gritará el nombre de otro compañero y éste a su vez deberá nombrar rápidamente a otro jugador antes de que el coordinador (que ésta en el centro) lo toque en la cabeza con el garrote. Si a un jugador lo tocan antes de poder decir el nombre de un compañero entonces éste habrá perdido, se sienta la persona que está al centro y cede su lugar al participante que nombró por última vez al niño que acaba de perder. El nuevo "garrotero" debe esperar a que el participante #2 grite el nombre de un jugador para intentar darle un "garrotazo" y así inicia nuevamente el juego. Si un participante evita el golpe entonces habrá perdido y deberá darse un buen garrotazo a sí mismo. La única manera de evitar el contacto es nombrar rápidamente a otros compañeros para desviar la atención del garrotero. El coordinador debe alentar a los niños a no repetir siempre los mismos nombres. El golpe debe ser suave, imprimiéndole muy poca fuerza, si un jugador rompe ésta regla el facilitador detendrá el juego para pedirle que se disculpe y él mismo se impondrá una sanción que le parezca justa. Después de 10 o 15 minutos se da por terminado el juego.

**CIERRE**

Reunidos en círculo el coordinador cierra la actividad preguntando cómo se sintieron durante el juego, les cuestiona si alguno descubrió alguna característica de sí mismo al jugar a ésta actividad y se asegura de que todos los participantes sepan el nombre del sus compañeros. El facilitador resume las opiniones de los niños y si el tiempo lo permite inicia la siguiente actividad de su programa de desarrollo.

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Soltura y buena disposición al realizar el juego.
- Nivel de interacción social espontánea antes de iniciar la actividad.
- Grado de ajuste a las instrucciones del coordinador y reglas de la actividad.
- Estilo preponderante de interacción con los compañeros (si se comunica espontáneamente, si espera a que otros le hablen, si agradece, si se inhibe cuando le toca participar, etc.).
- Primeras afinidades o preferencias por ciertos compañeros.

2.3

JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO

45 min.

8-10 años.

**SALUDOS (HOLA/HAO/SAYONARA)****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso, objetivo y favorable de sí mismo mediante la identificación de las características psicomotrices propias, las emociones provocadas por el error público y el estilo personal de afrontar situaciones de competencia.

**MATERIAL:** Gises.

**PROCEDIMIENTO**

1. Estando de pie los jugadores se acomodan en el área de juego formando una herradura frente al coordinador de tal manera que todos puedan verlo perfectamente.
2. Para comenzar el juego se solicita al grupo que imiten los “saludos” que a continuación les mostrará el coordinador:
  - **Primer saludo.** El facilitador dice “*¡hola!*” estirando el brazo derecho hacia el frente con la mano cerrada a la altura de la cintura (ademán de saludar de mano).
  - **Segundo saludo.** El facilitador dice “*¡hao!*” flexionando el brazo derecho y llevando la mano abierta a la altura del hombro derecho (emulando el saludo “Apache”).
  - **Tercer saludo.** El coordinador dice “*¡sayonara!*” mientras flexiona la cintura hacia el frente formando un ángulo de 90º (ademán japonés de agacharse en señal de agradecimiento).

**Nota:** los participantes deben imitar fielmente los movimientos y el tono de voz que utiliza el coordinador. Después de varios ensayos y hasta que el grupo domine los “saludos” se iniciará formalmente la actividad.

4. El juego consiste en realizar correctamente los “saludos” que vaya indicando el coordinador con su voz. Los jugadores deben realizar el “saludo” que escuchen por parte del instructor, pero él intentará engañarlos al realizar intercaladamente movimientos incorrectos o que no corresponden al gesto que él pronuncia; por ejemplo gritará “*¡hola!*” pero en lugar de estirar la mano hacia delante como corresponde, agachará el tronco haciendo el ademán de “*¡sayonara!*”, en este caso perderán los participantes que, contagiado por el movimiento del facilitador, realicen el ademán de “*sayonara*”. En síntesis, los niños deben hacer lo que el instructor diga con su voz y no necesariamente lo que haga con su cuerpo. Los jugadores no podrán cerrar los ojos, ni voltear a otra parte que no sea mirar fijamente al coordinador, tampoco podrán hacer dos saludos a la vez y se contará como error cuando se observe un

claro movimiento incorrecto aunque lo corrijan antes de concluirlo. Cada que se presenten equivocaciones el psicólogo detendrá la actividad y solicitará a los niños trazar una rayita frente a sus pies para contabilizar los errores que vayan acumulando.

5. Si un jugador acumula 4 errores se detiene la actividad, se borran los errores y se le presenta a todo el grupo un 4º saludo para hacer más difícil el juego:

- **Cuarto saludo:** el coordinador dice “¡saludar!” llevando su mano derecha a la altura del corazón en posición horizontal (gesto de saludar a la bandera en México).

6. Se reinicia el juego utilizando los 4 saludos e intentando engañar a los participantes con el movimiento e incrementando la velocidad de los saludos. Cuando un jugador acumule 4 errores se termina la actividad. Puede permitirse a un niño que no cometió errores ser el coordinador de una nueva ronda de saludos. No es recomendable sacar de la actividad a los niños que acumulan errores, su sanción sólo debe consistir en dar por terminada esa ronda de saludos y hacer aún más difícil el juego para todo el grupo. Durante el juego es conveniente dejar que los propios jugadores determinen sus equivocaciones y de ésta manera detectar el grado de severidad o indulgencia al calificarse a sí mismos.

## CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse en el piso para conversar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: la identificación individual de las cualidades y debilidades físicas detectadas en el juego, los sentimientos que experimentan los participantes ante los errores cometidos y su estilo particular para afrontar las actividades competitivas (ganar y perder). El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno al autoconcepto y autorregulación emocional de los niños, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego?. ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Se le dificultó algún ejercicio? ¿Para qué son buenos, regulares o malos al realizar éste tipo de actividades? ¿Les gustan los juegos de competencia como éste? SI, NO ¿Por qué? ¿Les gusta competir? ¿Cómo se sienten al ganar? ¿Cómo se sienten al perder? ¿Es posible ganar siempre? Que cada uno mencione en qué actividades suele ganar y en cuáles suele perder ¿Cómo se sienten cuando son responsables de que alguien haya perdido? ¿Qué puede hacerse para ayudar a los niños que pierden

o se les dificultan ciertas cosas? ¿Cómo reaccionaron cuando cometieron un error durante el juego? (que platiquen algunos ejemplos). ¿Cómo reaccionan cuando cometen algún error en público (en la casa, la escuela o la calle)? ¿Cómo se sienten? (que algunos participantes cuenten algunos ejemplos personales) ¿Alguien tiene miedo de equivocarse en alguna actividad o a quedar en ridículo? ¿Qué se les ocurre para poder afrontar las situaciones que causan miedo o ansiedad?.

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del diálogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad. Por ningún motivo se intenta que los niños respondan a una especie de examen académico cuando se les cuestiona sobre el juego y otras experiencias personales, en realidad de lo que se trata es de establecer una conversación fluida y flexible que brinde a cada participante la oportunidad de expresar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera libre y despreocupada, en una atmósfera de confianza, respeto y comprensión mutua. Los métodos de conversación recomendados por los psicólogos del desarrollo son siempre sistemáticos y buscan estimular el desarrollo de los niños, pero no deben convertirse en un interrogatorio mecánico y aburrido. Se espera que las competencias profesionales de los expertos que aplican los programas de desarrollo social/afectivo permitan solucionar imprevistos, innovar estrategias efectivas y proporcionar los estímulos pertinentes para promover el proceso de mejoría de los niños.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Nivel de dominio de las habilidades implicadas en el juego.
- Reconocimiento consciente de sus cualidades, dificultades y limitaciones.
- Grado de correspondencia entre lo que dice de sí mismo y sus características reales.
- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus características personales.
- Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Nivel de competitividad mostrada durante el juego.
- Agrado o desagrado por las actividades de competencia.
- Reacciones al ganar y perder durante el juego (orgullo, vergüenza, indiferencia, etc.).
- Reacciones al cometer un error frente a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desesperación, culpabilizar a otros, exacerbación de las equivocaciones).
- Reacciones al provocar errores, equivocaciones o pérdidas otro compañero.

2.3

JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO

55 min.

8-10 años.

**¡STOP! CORPORAL****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso, objetivo y favorable de sí mismo mediante la identificación minuciosa de las características físicas propias.

**MATERIAL**

Gises. Espacio abierto, amplio y con superficie regular.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se dibuja en el piso dos círculos concéntricos con tantas divisiones como participantes haya en el juego. Cada jugador elige el nombre de un país y lo escribe en una de las casillas.



2. El primer niño en pasar se coloca en el centro del “stop” y dice: “**declaro la guerra en contra de mi peor enemigo que es: (nombre de un país)**”; el propietario de ese país debe saltar rápidamente al centro del círculo gritando la palabra “¡jstop!!”, mientras el resto de los niños corre para quedar lo más lejos posible de la rueda. Al escuchar la palabra “¡jstop!” todos los jugadores se detendrán inmediatamente, y el niño al que se declaró la guerra seleccionará a algún compañero para intentar calcular la cantidad de *unidades de medida que existe entre el perímetro del círculo grande y los pies de su compañero*. Las unidades de medida deben ser los diferentes segmentos del cuerpo de los propios jugadores a los que se declaró la “guerra”, por ejemplo ¿cuántas manos tuyas necesitas para llegar desde el círculo hasta los pies de tú compañero? o ¿cuántos pies tuyos hay entre el círculo y tú compañero?. El propósito es utilizar el cuerpo de los mismos jugadores para calcular distancias y de ésta manera desarrollar la conciencia de sus propias características físicas. El coordinador debe preguntar su respuesta primero al niño al que se ha declarado la “guerra”, pero también los



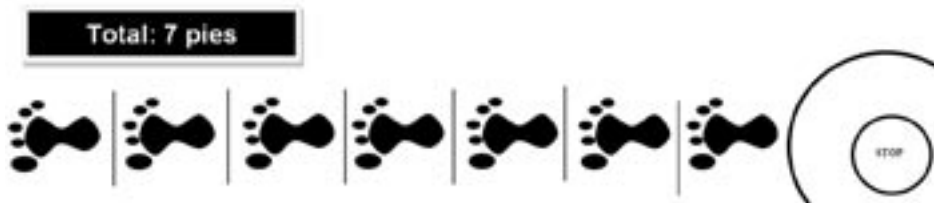
demás participantes tendrán que estimar el número de partes corporales que se necesitan para abarcar la distancia. Puede utilizarse una sencilla hoja de respuestas para registrar los resultados de cada jugador.

Se otorgarán 3 puntos si el participante al que se declaró la “guerra” acierta en su cálculo y 1 punto a los otros jugadores que también responden correctamente. Gana el niño que logre acumular la mayor cantidad de puntos al finalizar la actividad.

Otras medidas corporales que se pueden utilizar son:

- Ancho de la cabeza.
- Ancho de la cadera.
- Largo y ancho de los brazos.
- Orejas.
- Talones.
- Longitud del cuerpo completo.
- Largo y ancho de la mano.
- Ancho de los hombros.
- Largo y ancho del muslo.
- Cintura.
- Rodillas y codos.
- Los pasos y saltos más largos que un jugador pueda realizar.

El coordinador debe alentar la participación activa de todos los niños en el cálculo y medición de las distancias. Al comprobar las mediciones puede utilizarse un gis para marcar en el suelo el número preciso de segmentos corporales, por ejemplo:



Durante todo el juego el coordinador puede aprovechar los comentarios de los niños para estimular el desarrollo de un concepto corporal más preciso, completo y objetivo. Es válido utilizar la comparación física, la contrastación de opiniones estéticas y la expresión de sentimientos relacionados con el aspecto, funcionamiento y valor estético del cuerpo.

## CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse en el piso para conversar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse

esencialmente en tres temas: (1) la identificación individual de las características físicas detectadas en el juego, (2) los sentimientos asociados a la anatomía, funcionamiento y valoración de cuerpo y (3) su estilo particular para afrontar los errores. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno al autoconcepto y autorregulación emocional de los niños, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dio cuenta de alguna característica de su cuerpo que no había notado antes? ¿Qué partes de su cuerpo les gustan más? ¿Qué partes no le gustan? ¿Por qué? ¿A alguien le da vergüenza alguna característica de su cuerpo? ¿Por qué? ¿Qué podemos hacer para sentirnos mejor con los que no nos gusta de nosotros mismos? Nombrar alguna característica corporal que les guste de alguno de los compañeros y explicar por qué. ¿Alguna vez alguien se burló o criticó alguna de sus características? Platiquen los detalles. ¿Cómo se sintieron? ¿Cómo se sentirían otros niños si ustedes se burlaran de ellos? ¿Cómo reaccionaron cuando cometieron un error durante el juego? (que platiquen algunos ejemplos). ¿Cómo reaccionan cuando cometen algún error en público (en la casa, la escuela o la calle)? ¿Cómo se sienten? ¿Alguien tiene miedo de equivocarse en alguna actividad o a quedar en ridículo? ¿Qué se les ocurre para poder afrontar las situaciones que causan miedo o ansiedad?.

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del dialogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad; de lo que se trata es de establecer una conversación fluida y flexible que brinde a cada participante la oportunidad de expresar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera libre y despreocupada, en una atmósfera de confianza, respeto y comprensión mutua. Los métodos de conversación recomendados por los psicólogos del desarrollo son siempre sistemáticos y buscan estimular el desarrollo de los niños, pero nunca deben convertirse en un interrogatorio mecánico y aburrido.

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante):**

- Nivel de dominio de las habilidades afectivas y sociales implicadas en el juego.
- Reconocimiento consciente de sus cualidades, “defectos” y limitaciones corporales.
- Grado de correspondencia entre lo que piensa de sí mismo y sus características reales.

- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus características personales.
- Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Disposición para escuchar y aceptar las opiniones de los demás, contrastarlas con las suyas y en su caso cambiar sus convicciones tomando en cuenta los comentarios de los otros.
- Reacciones al cometer un error frente a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desesperación, culpabilizar a otros, autodesprecio, exacerbación de las equivocaciones ).

2.5

JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO

60 min.

8-10 años.

**SENTIDOS SOCIALES****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso y objetivo de las características propias a través de la opinión de otras personas. Desarrollar la habilidad para conocer a las personas a través del oído, el tacto y el olfato.

**MATERIAL**

Pañoletas.

**PROCEDIMIENTO**

1. El juego consiste en intentar reconocer mediante el olfato, el oído y el tacto a los otros compañeros, primero se harán ejercicios de exploración y después los niños competirán entre sí para identificar al mayor número de jugadores posible sin utilizar la vista.

**Exploración táctil:** se forman dos filas de niños frente a frente. Los integrantes de la fila uno cierran sus ojos y comienzan a tocar a los de la fila dos, éstos permanecen quietos durante un minuto. Cuando la fila uno haya terminado se invierten los papeles. El facilitador debe guiar física y verbalmente a los niños intentando que identifiquen con claridad las características del compañero mediante el tacto. Es importante respetar el estilo de cada jugador, pero si se observan indicadores de incomodidad al ser tocado o al tocar al compañero, el coordinador debe intervenir para modular el contacto y de ésta manera promover que el ejercicio sea tranquilo para todos.

Una vez que ambas filas se han tocado entre sí, la fila uno se recorre un lugar a la derecha para poder tocar a los siguientes compañeros, cuando hayan terminado vuelven a recorrerse otro lugar a la derecha y así sucesivamente hasta que todos los de la fila uno hayan tocado a los de la dos y viceversa. Para terminar ésta parte del juego cada equipo forma un círculo por separado y se exploran durante dos minutos para reconocerse mediante el tacto.

**Exploración olfativa:** todo el grupo se sienta formando un medio círculo, se pide un voluntario para que pase al lugar de cada niño a olerles la cabeza, manos y cuello. Los niños que olfatean deberán tener las manos en la espalda mientras van pasando a oler a cada compañero. Todos los niños pasarán en orden a oler a sus compañeros.

**Exploración auditiva:** Todos los niños forman un círculo y el facilitador pide a cada niño que diga lo siguiente: "estoy loco", "hola", "a", "e", "i", "o", "u", "r", "s", para reconocer la voz de todos los compañeros. Se pretende que el niño utilice todos sus sentidos como medio para

identificar las características físicas e incluso las emocionales de las otras personas.

## 2. Se aplican los siguientes juegos de reconocimiento:

### I.- IDENTIFICACION DE COMPAÑEROS

Este reto consiste en reconocer a varios compañeros mediante el tacto, el oído y el olfato (sin utilizar la vista). Los jugadores irán pasando uno por uno con los ojos vendados al centro del grupo para identificar a los compañeros que les indique el coordinador. Cada participante tiene la oportunidad de reconocer a tres de sus compañeros: al primero lo identificará utilizando sólo el oído, al segundo usando sólo el tacto y al tercero mediante el olfato. Por ejemplo:

- a) **Oído:** Reconocer a “X” persona por su voz al decir “no”. Cada integrante del grupo va emitiendo la misma palabra y el jugador en turno tratará de descubrir a compañero en cuestión. Pueden usarse frases, palabras o sólo sonidos.
- b) **Tacto:** Identificar a cierta persona “X” tocando solamente la nariz de los participantes. No se permite a los jugadores en turno tocar otra parte que no sea la indicada (orejas, cachetes, boca, manos, brazos, piernas, panza, cejas, pestañas, etc).
- c) **Olfato:** Descubrir a “X” persona olfateando exclusivamente las manos de todos sus compañeros.

**Nota:** cada vez que un nuevo participante pasa a hacer el ejercicio todos deben cambiar su posición dentro de la herradura para que no sean reconocidos por la ubicación que tenían en el grupo. Es importante guardar absoluto silencio para no darle pistas al niño en turno.

### II.- IDENTIFICACIÓN DE CARACTERÍSTICAS ENTRE LOS COMPAÑEROS.

Este desafío consiste ir comparando los atributos de todos los jugadores hasta encontrar al compañero que cuenta con cierta característica mencionada por el facilitador. Todos los ejercicios deben realizarse con los ojos tapados y se otorgará sólo una oportunidad a cada jugador. Por ejemplo:

- ¿Al decir “hola” quién tiene la voz más ronca? (oído)
- ¿Quién tiene los brazos más flacos o gordos? (tacto)
- ¿Quién tiene los chamorros más flaquitos? (tacto)
- ¿Quién tiene la nariz más grande o pequeña? (tacto)
- ¿Quién tiene las orejas más grandes o pequeñas. gordas o flacas? (tacto)
- ¿Quién tiene las manos más rasposas o suaves? (tacto)
- ¿Quién está más alto (tocando la cabeza)? (tacto)
- ¿Quien tiene el cabello más suave o áspero? (tacto)

**III.- IDENTIFICACIÓN DE CARACTERÍSTICAS POR COMPARACIÓN DEL PROPIO CUERPO**

- ¿Quién tiene los brazos más flacos y/o gordos que tú? (tacto)
- ¿Quién tiene los chamorros más flacos o gordos que tú? (tacto)
- ¿Quién tiene la nariz más grande que tú? (tacto)
- ¿Quién tiene las orejas más pequeñas que tú? (tacto)
- ¿Quién tiene las manos más rasposas que tú? (tacto)
- ¿Quién tiene el cabello más largo o corto que tú? (tacto)
- ¿Quién es más alto o bajito que tú? (tacto)

**IV.- IDENTIFICACIÓN DE CARACTERÍSTICAS EMOTIVAS**

Éste reto consiste en lograr identificar con los ojos cubiertos al compañero que esté realizando cierta emoción. No se permitirá al jugador en turno tocar todo el cuerpo de sus compañeros para reconocer la emoción que están expresando, sólo debe tocar el segmento que el coordinador le indique. El facilitador le dirá en secreto a cada participante diferentes emociones que deben expresar para confundir al jugador en turno, dejando a un sólo niño la responsabilidad de realizar la emoción buscada (alegría, tristeza, miedo, sorpresa, enojo, vergüenza). Por ejemplo:

- Por tocar los hombros identifica ¿quién esta triste?.
- Por tocar frente y nariz ¿quién está enojado o alegre?.
- Por tocar boca ¿quién esta alegre?.
- Por tocar manos ¿quién está enojado?.
- Por escuchar la palabra “no” ¿quién tiene miedo?.
- Por tocar la cara ¿quién está sorprendido?.
- Por escuchar la palabra “hola” ¿quién tiene vergüenza?.

**CIERRE**

Para finalizar la actividad el psicólogo dialogará en plenaria sobre la experiencia lúdica, para ello podrá valerse de las siguientes preguntas:

¿Hay algo nuevo que descubrieron de ustedes durante esta actividad? (característica física o psicológica) ¿Cómo se sintieron al ser explorados y al explorar a los otros? ¿Por qué? ¿Para qué sirve conocerse más a sí mismo y conocer a los demás? ¿Qué tan fácil fue reconocer emociones en los demás? ¿Pueden hacerlo con sus familiares o con los compañeros de la escuela?.

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Estilo para tocar y olfatear a otros.
- Reacciones al ser tocado y olfateado.
- Habilidad para reconocer a otros por el tacto, olfato y oído.

- Habilidad para reconocer diferencias corporales en otros mediante tacto, oído y olfato.
- Habilidad para identificar diferencias corporales entre sí mismo y los demás.
- Habilidad para identificar emociones en los otros mediante tacto de posturas y escucha de tonos de voz.



2.6

JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO

60 min.

8-10 años.

**MARATÓN****OBJETIVO (S)**

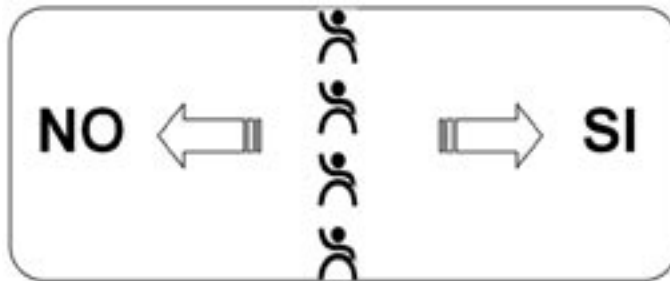
Desarrollar un conocimiento más preciso, objetivo y favorable de sí mismo mediante la identificación de las características físicas, sociales y psicológicas propias.

**MATERIAL**

Salón o espacio amplio y libre de obstáculos. Lista de cualidades. Tarjetas de “preguntas incómodas”. Carteles con las leyendas “SI” y “NO”.

**PROCEDIMIENTO**

1.- Se divide el salón o espacio de juego en dos partes iguales separadas por una línea central. El muro de la derecha tendrá pegado un cartel con la palabra “SI” y el de la izquierda la palabra “NO”.



El juego consiste en responder a las afirmaciones que irá presentando el coordinador corriendo rápidamente al muro que corresponda a la respuesta de cada jugador. Todos los participantes se colocan sobre la línea central, escuchan la afirmación del facilitador y arrancan a toda velocidad a tocar el muro de su elección (SI o NO). Por ejemplo, el facilitador podría decir “Soy el preferido de mi mamá”, los que consideren que eso es cierto correrán a la respuesta “SI” y los que estén en desacuerdo con esa afirmación correrán al lado contrario (NO). Una vez que todos los jugadores hayan tocado los muros deben regresar a la línea central a esperar la siguiente afirmación, y así sucesivamente hasta responder a todos los enunciados. Los niños que toquen al último los muros de “SI” y “NO” serán penalizados con un punto que anotará el coordinador en una lista elaborada previamente. Cuando un participante acumule tres puntos será sancionado eligiendo una “pregunta incómoda” (que el coordinador tienen en su poder) y deberá responderla frente al grupo. Es recomendable que el facilitador escriba previamente las “preguntas incómodas” en pequeñas tarjetas para no improvisarlas ahí, pues esto restaría fluidez al juego; además debe permitirse al niño escoger al azar entre las tarjetas disponibles (al final de ésta técnica aparece una lista



de preguntas incómodas en la cual puede basarse el coordinador). Si el niño se negara a responder la pregunta entonces el facilitador le impondrá una “pena” a realizar como:

- Hacerles un cariñito en la cara a todos los jugadores.
- Bailar al ritmo de las palmadas que den sus compañeros.
- Dar un abrazo de oso a cada participante.
- Contar un chiste o cantar un pedacito de una canción.
- Hacer la cara más graciosa que pueda hasta que un jugador se ría.
- Sobar suavemente la pancita a todos los compañeros.
- Soportar un ataque de cosquillas por parte de todos sus compañeros.

**Notas:** En la medida que los niños vayan respondiendo a las distintas afirmaciones es muy importante que el facilitador les haga notar brevemente que algunos compañeros del grupo comparten esa característica y que quizá no todos lo sabían, el objetivo es que los participantes sean conscientes de sus cualidades y al mismo tiempo conozcan las semejanzas y diferencias que tienen con los demás. Por ejemplo, ante la afirmación “*me molesta cuando otros se burlan de mí*” el facilitador podrá hacer notar que esto le molesta a la mayoría, e incluso podrá realizar una pequeña interrupción del juego para pedirles que cuenten algunos ejemplos que les hayan ocurrido y rescatar algunas opiniones. No se recomienda abusar de las interrupciones ya que puede restarle dinamismo al juego y terminar por matar el interés de los niños, pero cuando el coordinar lo juzgue adecuado puede hacerlo.

Para conseguir el propósito del juego los niños deben ser completamente honestos en sus respuestas. Si el facilitador detecta que algún participante está falseando sus contestaciones para hacerse el gracioso o provocar las risas de los demás, puede reconvenirlo o aplicar alguna consecuencia como sacarlo unos minutos de la actividad.

A continuación se muestran:

- (c) Una lista de afirmaciones que pueden utilizarse al aplicar el juego.
- (d) Algunos ejemplos de “*preguntas incómodas*”.

## LISTA DE AFIRMACIONES

### INFORMACIÓN PERSONAL

- |  |  |
|--|--|
| 1 Tengo consola de videojuegos           | 12 Me da mucha flojera en la mañana    |
| 2 Mi mamá trabaja fuera de casa          | 13 Tengo bicicleta                     |
| 3 Tengo mascota                          | 14 Mi cabello es café                  |
| 4 A veces me duermo después de las 10 pm | 15 Me he peleado en la escuela         |
| 5 Tengo hermanos                         | 16 Tengo menos de 4 amigos             |
| 6 Canto cuando estoy sólo                | 17 Me han suspendido de la escuela     |
| 7 Juego fútbol                           | 18 Voy a jugar a la casa de mis amigos |
| 8 He tenido pesadillas                   | 19 Se me han perdido útiles escolares  |
| 9 Tengo alergia a algo                   | 20 Colecciono algo                     |
| 10 Tengo muñecos de peluche              | 21 Trabajo para ayudar a mi familia    |
| 11 Una vez me dio flojera y no me bañé   |  |

### GUSTOS, INTERESES Y OPINIONES PERSONALES

- |                                  |  |
|----------------------------------|--|
| 1 Me gusta comer verduras        | 11 Me gustan los juegos de mesa        |
| 2 Me gusta ver televisión        | 12 Quiero ser grande (adulto)          |
| 3 Me gusta la lucha libre        | 13 Quiero seguir viniendo a la escuela |
| 4 Quiero estudiar guitarra       | 14 Me encanta el recreo                |
| 5 Soy el preferido de mi mamá    | 15 Me considero alto                   |
| 6 Me gusta usar tenis            | 16 Me gusta pelear                     |
| 7 Me gusta dibujar               | 17 Tengo problemas para hacer amigos   |
| 8 Mi comida favorita es la pizza | 18 Me gustan las fiestas               |
| 9 Me gusta los postres           | 19 Mis papás me quieren                |
| 10 Me gusta ir al baño           | 20 Me gusta enfermarme                 |

### CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

- |   |                                    |
|---|------------------------------------|
| 1 Me molesta cuando otros se burlan de mí         | 11 Creo que soy guapo(a)           |
| 2 Soy dormilón                                    | 12 Me da pena hablar en público    |
| 3 A veces me da miedo la obscuridad               | 13 Creo que soy listo              |
| 4 A veces lloro a solas                           | 14 Odio venir a la escuela         |
| 5 Me da vergüenza bailar                          | 15 A veces no me gusta como soy    |
| 6 Me enoja cuando me toca lavar los trastes       | 16 Me asusta la violencia          |
| 7 Me molesta que mis papás me apaguen la tele     | 17 Siento que a veces me maltratan |
| 8 Una película me hizo llorar                     | 18 A veces estoy enojado con todos |
| 9 Me alegra salir a jugar en la calle o el parque | 19 Soy mejor que todos             |
| 10 Soy tímido(a)                                  | 20 En ocasiones hago trampa        |
|   | 21 Me he sentido orgulloso de mí   |
|   | 22 A veces me da culpa             |
|   | 23 Me cuesta trabajo concentrarme  |
|   | 24 Me da miedo venir a la escuela  |

**EJEMPLOS DE “PREGUNTAS INCÓMODAS”**

- 1 ¿Alguna vez te has robado algo? Opcional: ¿Qué? ¿De dónde?
- 2 ¿Te gusta alguien de tu salón? Opcional: ¿Quién? ¿Por qué?
- 3 ¿Alguna vez te enamoraste de alguna maestra? Opcional: ¿Cómo se llama?
- 4 ¿Has hecho trampa en un examen? Opcional: ¿Cómo?
- 5 ¿Alguna vez le echaste injustamente la culpa a alguien?  
Opcional: Cuenta lo que pasó
- 6 ¿De qué color es tu ropa interior? Opcional: ¿Cuál es tu favorita?
- 7 ¿Alguna vez les mentiste a tus papás para que no te castigarán?  
Opcional: Cuenta lo que pasó

Éste juego es muy útil pero exige al coordinador un gran conocimiento del desarrollo social/afectivo de los niños, y un sólido manejo del grupo para que resulte serio pero al mismo tiempo divertido.

**CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) El nivel de conocimiento personal que tienen los participantes de sí mismos, (2) los sentimientos asociados a sus características físicas, familiares y psicológicas, y (3) sus habilidades para conocer y empatizar con otras personas. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno al autoconcepto, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

Qué les pareció el juego? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dio cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no había notado antes? Mencionen una característica de su forma de ser que les gustaría cambiar ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestros gustos, intereses y forma de

ser? ¿Qué podemos hacer para sentirnos mejor con lo que no nos gusta de nosotros mismos? ¿Descubrieron tener algunas características semejantes con algunos de sus compañeros? ¿Cuáles? ¿Cómo los hace sentir eso? ¿Por qué? Mencionen una cualidad que les gustó de alguna persona. Según lo que conocieron hoy ¿Con quién tienen más diferencias? ¿Se puede ser amigos cuando dos niños son muy diferentes? ¿Alguna vez alguien se burló o criticó alguna de sus características? Platiquen los detalles. ¿Cómo se sintieron? ¿Cómo se sentirían otros niños si ustedes se burlaran de ellos?

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reconocimiento consciente de sus gustos, intereses, aversiones y desintereses.
- Grado de correspondencia entre lo que piensa de sí mismo y sus características reales.
- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus gustos particulares. + Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Habilidad para comprender las ideas, emociones y sentimientos de los otros.
- Disposición para escuchar y aceptar las opiniones de los demás, contrastarlas con las suyas y en su caso cambiar sus convicciones tomando en cuenta los comentarios de los otros.
- Reacciones al exponer cierta información a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desconfianza, autodesprecio, seguridad, etc.).

2.7

JUEGOS PARA LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL

60 min.

8-10 años.

**LA RISA****OBJETIVO (S)**

Desarrollar la autorregulación emocional mediante el afrontamiento mediado de situaciones que pueden provocar exaltación y alegría.

**MATERIAL**

Cronómetro. Múltiples materiales suaves al tacto (plumas, cepillos, telas, sacudidores, etc). Máscaras y antifaces. Maquillaje hipoalergénico. Pelucas, narices, bigotes, barbas y pestañas postizas. Diversas prendas de vestir, lentes, sombreros, pantuflas, collares, pulseras, aretes, etc.

**PROCEDIMIENTO**

1. Todos los participantes se sientan en el piso formando un círculo. El coordinador solicita pasar al centro a algún jugador que voluntariamente quiera iniciar el juego. La actividad consiste en hacer reír a todos los niños en un plazo máximo de 3 minutos, para lograrlo el primer participante podrá hacer gestos, sonidos, contar chistes, hacer preguntas graciosas, bailar o cualquier otra estrategia que le permita sacarles una sonrisa. Queda a criterio de cada niño contestar o no a las interacciones que realice su compañero. No se vale que los participantes cierren los ojos o eviten la mirada para no reírse. Cuando un jugador sonría (o ría) pasará automáticamente a colaborar para hacer reír al resto del grupo. Ganan todos aquellos que logren mantener la seriedad a lo largo del juego. Él o los ganadores tendrán el derecho de designar a la siguiente persona que pasará a provocar las risas del equipo. En éste primer momento del juego queda estrictamente prohibido tocar a los compañeros para hacerlos sonreír, tampoco se vale burlarse de ellos o decir groserías para lograr el propósito.
2. Se realiza nuevamente el juego pero ahora el compañero seleccionado podrá valerse de ropa, accesorios, mascarar, maquillaje y disfraces para conseguir hacer reír a los participantes. Debe dejarse suficiente espacio al centro para colocar todos los objetos que podrían utilizarse. Al igual que antes el jugador contará con 3 minutos para lograr su propósito. Los niños que vayan perdiendo podrán colaborar entre sí para disfrazarse, maquillarse, hacer un chiste, gesticular o bailar. Es recomendable tratar de hacer reír prioritariamente a aquellos niños que tengan un mayor autocontrol.
3. Se realiza otra vez la actividad pero en ésta ocasión el jugador seleccionado podrá recurrir no sólo a su expresión, maquillaje y disfraces sino también a objetos que puedan provocar cosquillas mediante contacto (cepillos, plumeros, telas, etc.). Queda prohibido tocar a los

compañeros con las manos o cualquier otra parte del cuerpo, sólo podrán utilizarse objetos. Los participantes que forman el círculo deberán conservar la seriedad y mantenerse en su lugar, no se permite escapar u obstaculizar las cosquillas que intentan hacerles.

Es importante que durante el juego el coordinador aplique los estímulos pertinentes para que los jugadores desarrollen un mejor nivel de autocontrol, para ello puede proponer a los niños cualquiera de las siguientes estrategias: breves ejercicios de respiración profunda, estrategias para relajar a voluntad los músculos, tácticas de autoinstrucciones, recursos de distracción imaginativa o alternativas de concentración focalizada para abstraerse y así contener la risa. El objetivo es facilitar la adquisición de herramientas psicológicas efectivas para auto-regular las respuestas emocionales (entre más pequeño es un niño más dependiente es del uso de recursos sencillos y concretos para mantener moduladas sus emociones).

## CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo para conversar las experiencias y cerrar el juego. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la autorregulación emocional de los niños, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de *mediación* que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? (aburrido, divertido, entretenido, interesante, cansado, etc.) ¿A quién le costó trabajo mantenerse tranquilo aguantando la risa? ¿por qué? ¿Qué hicieron para intentar controlar la risa? ¿Cómo se sintieron? ¿Les funcionó alguna de las sugerencias del coordinador? ¿Cuál? ¿En qué les ayudó? ¿Qué emociones conocen? ¿Cuáles les ocurrieron durante el juego? ¿A alguno se le dificulta controlarse ante ciertas emociones? ¿Alguno se ha metido en problemas por no poder controlarse? (que platiquen ejemplos) ¿Qué ventajas tiene expresar nuestras emociones (alegría, enojo, tristeza, miedo)? ¿Qué desventajas puede acarrear expresar inadecuadamente nuestras emociones? ¿Qué se puede hacer para que nuestras emociones no nos causen problemas? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Cuál(es)?

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del diálogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad, además deben adecuarse al nivel de comprensión que muestren los niños. De lo que se trata es de establecer una conversación fluida y flexible que brinde a

cada participante la oportunidad de expresar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera libre y despreocupada, en una atmósfera de confianza, respeto y comprensión mutua. El cierre de la actividad es una fase indispensable en todo juego con fines de desarrollo, pero en niños pequeños suele ser un lapso muy corto pues su limitado vocabulario y la poca duración de su atención comúnmente impiden profundizar en la plática.

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Nivel de la habilidad para autoregular la expresión de la risa a pesar de las incitaciones.
- Estrategias o recursos utilizados de manera autónoma por el propio niño para mantenerse tranquilo durante el juego.
- Habilidad para adoptar las estrategias de autorregulación sugeridas por el coordinador y sus compañeros.
- Correspondencia entre el nivel de autorregulación emocional que dice tener y la habilidad observada durante el juego.

**LA VERGÜENZA****OBJETIVO (S)**

Desarrollar la autorregulación emocional a través de actividades mediadas que implican la exposición pública y que pueden generar vergüenza.

**MATERIAL**

Pañoletas, sombreros, gorras, zapatos, blusas, pantalones, collares, lentes, pulseras, faldas, pelucas, bigotes postizos, sombrillas, bolsas, maquillaje para fiestas infantiles. Espacio cerrado y libre de obstáculos.

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo se divide en parejas (los jugadores elijen). Un integrante de cada pareja pasa al centro del área de juego y forman un pequeño círculo observando hacia afuera, después los otros integrantes se colocan justo en frente de su pareja para formar otro círculo que rodea al primero, de ésta manera quedarán formado dos círculos concéntricos compuestos por parejas de participantes que se observan frente a frente. A la orden del facilitador los jugadores del círculo más grande darán diez pasos hacia atrás alejándose de sus compañeros. Se entrega una pañoleta a los niños que forman el círculo más pequeño y se cubren los ojos. A la señal del coordinador los participantes con los ojos vendados avanzarán tratando de tocar con su punta de la nariz la de su compañero, mientras éstos permanecen inmóviles, con los ojos abiertos y sin poder hablar. Los jugadores con los ojos vendados deberán llevar sus manos entrelazadas atrás para no palpar a sus parejas. Se permite a los jugadores del círculo más grande indicar su posición soplando suavemente el rostro de sus compañeros. Luego se cambian los papeles y se repite el ejercicio.

El juego se aplica una vez más pero ahora distribuyendo al azar las parejas, con el fin de que los niños detecten las diferencias al relacionarse con personas no preferidas. El coordinador debe estar atento para mediar cualquier conducta producto del miedo, vergüenza o timidez de los participantes.

2. Estando el grupo completo se coloca en una mesa todo lo necesario para hacer un desfile de modas: sombreros, gorras, zapatos, blusas, pantalones, collares, lentes, pulseras, faldas, pelucas, bigotes postizos, sombrillas, bolsas, maquillaje para fiestas infantiles, etc. El juego consiste en disfrazarse de la forma más estrafalaria posible para presentar un desfile de “anti-moda”, todos deben participar y ayudarse entre sí para conseguir llegar al objetivo. El facilitador deberá proporcionar estrategias que permitan



modular la vergüenza o el temor al ridículo de ciertos participantes, y favorecer el trabajo en equipo. Cuando estén listos se pondrán de acuerdo para realizar un ensayo antes del desfile final.

Se invita a algunos espectadores externos al grupo para ser jueces del evento, preferentemente alumnos de la misma escuela pero que no sean compañeros de los participantes. Se improvisa una pasarela, se pone música y da inicio el desfile. Al terminar, el jurado otorga los premios al atuendo más original y al más gracioso.

## **CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo para conversar las experiencias y cerrar el juego. El facilitador debe guiar la conversación en torno autorregulación emocional de los niños, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de **mediación** que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les parecieron los juegos? (aburrido, divertido, entretenido, interesante, cansado, etc.). ¿Cuál les gustó más? (narices pegadas ó desfile de modas). ¿Qué sintieron en cada juego?, ¿A alguien le dio vergüenza? ¿Por qué? ¿Qué hicieron para controlar la vergüenza? ¿Les funcionó alguna de las sugerencias del coordinador?, ¿Cuál?, ¿En qué les ayudó? ¿Qué emociones conocen? ¿Cuáles les ocurrieron durante el juego? ¿A alguno se le dificulta controlarse ante ciertas emociones? ¿Alguno se ha metido en problemas por no poder controlarse? (que platiquen ejemplos). ¿Qué ventajas tiene expresar nuestras emociones (alegría, enojo, tristeza, miedo)? ¿Qué desventajas puede acarrear expresar inadecuadamente nuestras emociones? ¿Qué se puede hacer para que nuestras emociones no nos causen problemas? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Cuál(es)?

El coordinador cierra la actividad destacando los puntos más relevantes de la conversación y expone brevemente sus conclusiones.

## **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Nivel de la habilidad para autorregular la expresión de la vergüenza, el miedo o la alegría (para poder realizar adecuadamente las actividades).
- Estrategias o recursos utilizados de manera autónoma por el propio niño para mantenerse tranquilo durante el juego.

- Habilidad para adoptar las estrategias de autorregulación sugeridas por el coordinador y sus compañeros.
- Correspondencia entre el nivel de autorregulación emocional que dice tener y la habilidad observada durante el juego.

2.9

JUEGOS PARA LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL

55 min.

8-10 años.

**CONTACTOS CIEGOS****OBJETIVO (S)**

Desarrollar las habilidades de expresión y comprensión de estados afectivos como elementos centrales para conseguir autorregulación emocional

**MATERIAL**

Salón o espacio amplio y libre de obstáculos. Pañoletas (vendas). Fichas azules o rojas (de plástico, cartón o esponja). Canicas. Bolsitas tipo collar para recolección de fichas.

**PROCEDIMIENTO**

1. El juego consiste en realizar ciertos contactos físicos entre todos los integrantes del grupo con los ojos vendados. Estando todos de pie, se entrega a cada jugador una pequeña bolsa de tela con un cordón suficientemente grande como para colgarse en el cuello (a manera de collar), también reciben 25 fichas azules que guardarán en su bolsa derecha del pantalón y 25 fichas rojas que pondrán en su bolsa izquierda. Todos se vendan los ojos y forman un círculo, el coordinador les explica que la misión es encontrar al mayor número de compañeros posible para realizar los contactos físicos que él irá indicando, por ejemplo:

- Saludarse de mano con mucho gusto.
- Dar un abrazo de felicitaciones.
- Hacer una caricia nariz con nariz.
- Dar el pésame tocando los brazos.
- Hacer un cariño en la pancita.
- Estrujar al compañero *simulando* estar enojado (sin exceso).
- Hacer una caricia en la cara.
- Tratar de consolar dando un abrazo.
- Dar pequeños empujones con el cuerpo *simulando* retar al otro (“echar bronca”).

El coordinador dará 1 minuto al grupo para realizar cada uno de los contactos de la lista anterior. A la señal del facilitador todos empezarán a caminar con los ojos vendados hacia el centro del salón en busca de otro compañero, cuando lo encuentren se pondrán de acuerdo brevemente para saber quien hará primero el contacto, si al compañero le parece que hizo **correctamente** el acercamiento entonces le entregará una ficha azul de su bolsa derecha, si en cambio considera que el contacto no corresponde a lo que se está pidiendo le entregará una ficha roja de su bolsa izquierda; la entrega debe hacerse en completo silencio para dejar con la incertidumbre a los jugadores. Las fichas recibidas deberán guardarse en la bolsita que cuelga de su cuello. Una vez que cada pareja termine de darse el contacto se

separarán para encontrar a otro jugador libre y repetir el ejercicio. No se vale que una pareja realice el mismo contacto dos veces, si durante la actividad vuelven a encontrarse deberán separarse y buscar otra persona. El facilitador estará atento a que durante los traslados se guarde absoluto silencio, pues se trata de encontrar a los demás utilizando el tacto y no la voz. Se pueden realizar todos los contactos que alcancen hasta que el coordinador diga “¡alto!”, cuando esto ocurra ya nadie podrá moverse. El juego se reinicia cuando el facilitador mencione la siguiente forma de contacto.

Al terminar todos los ejercicios los participantes se descubren los ojos y hacen el conteo de sus fichas, gana el niño que haya recolectado la mayor cantidad de fichas azules, eso significa que sus compañeros evaluaron bien muchos de sus contactos.

Para cerrar ésta primera fase del juego se pregunta a los jugadores cómo se sintieron, cómo les fue en la recolección de fichas y se les pide mostrar algunos ejemplos de contactos que merecieron ficha roja (mal realizados).

2.- Se repite el ejercicio anterior pero ahora se entrega a cada participante 25 canicas para calificar los ejercicios bien realizados. Cuando alguien hace inadecuadamente un contacto su compañero le dará una ficha, en cambio, si lo hace correctamente recibirá una canica, esto permite a los jugadores evaluar su conducta y corregirla para obtener el mayor número de canicas posible. Como éste es un juego de criterio personal, no se vale que los participantes reclamen por no haber recibido la canica que esperaban, todos éstos incidentes se platicarán al momento del cerrar la actividad.

## **CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la habilidad para comunicar los mensajes emocionales que se desea transmitir a través contacto físico, (2) los sentimientos asociados a la interacción corporal con otras personas (vergüenza, miedo, desconfianza, tranquilidad, gusto, etc), y (3) la habilidad para adaptar los contactos físicos en función de las preferencias de los demás. El facilitador estará atento a centrar la conversación en torno a la expresión y comprensión de la emociones como elemento esencial de la autorregulación emocional, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Qué les pareció lo más difícil? ¿Cómo le fue en la recolección de fichas y caicos? ¿Para qué se usa el contacto físico entre las personas? ¿Se les facilita expresar con su cuerpo lo que piensan o sienten? ¿Alguien ha tenido problemas por no saber expresar correctamente con su cuerpo un mensaje? Den algunos ejemplos (una pelea por tocar demasiado brusco a un compañero, provocar el llanto de un hermano por abrazar demasiado fuerte, perder el lugar en una fila por no saber cómo oponerse, etc.) ¿Alguna vez han fingido una emoción? Comenten algunos ejemplos. ¿Cómo se sienten al tocar a otras personas (familiares, amigos, extraños, etc.)? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dio cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no había notado antes?

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del dialogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad.

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reconocimiento consciente de su habilidad o inhabilidad para comunicar mensajes a través del contacto físico.
- Reacciones afectivas al recibir y proporcionar contacto físico.
- Habilidad para corregir sus errores en la comunicación no verbal.

2.10

JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD

60 min.

8-10 años.

**MONSTRUO, RATÓN Y PERSONA (ASERTIVIDAD 1)****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un estilo de relación asertivo que permita a los participantes establecer interacciones sociales más satisfactorias, beneficiosas, respetuosas y adaptativas.

**MATERIAL**

Laminas o carteles de los estilo de relación. Regalo sorpresa. Espacio cerrado y privado.

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo se divide en 2 filas con el mismo número de integrantes acomodándose hasta quedar frente a frente. A la fila uno le corresponde la palabra **“SI”** y a la dos la palabra **“NO”**. El juego consiste en realizar entre las filas una escalera de contestaciones que avanza desde la sumisión hasta la agresión. A la señal del coordinador los niños de la fila uno dirán **“siii”** (usando una expresión inhibida, sometida y pasiva), y los de la dos responderán **“nooo”** utilizando igualmente una expresión sumisa; sin hacer pausas la fila uno volverá a insistir con su afirmación pero ahora aumentando un poco la intensidad de la voz (**“sii”**), de la misma manera recibirán una negativa de la fila dos un tanto más enfática (**“noo”**), y así alternadamente ambos equipos irán incrementado el énfasis de su expresión hasta llegar a contestaciones claramente violentas.

Se repite el ejercicio anterior pero ahora la fila uno dirá **“vamos”** y la dos responderá **“no quiero”**. En ésta ocasión el coordinador debe pedir más precisión en los ensayos y corregir las posturas, gestos, tonos de voz y contacto visual de los jugadores.

Se realiza una última escalera de contestaciones pero ahora yendo en sentido inverso: de la agresión a la pasividad. La fila uno dirá **“préstame”** y la dos **“no tengo”**. Al terminar, el facilitador pregunta brevemente a los participantes ¿Qué tipo de expresiones les resultaron más fáciles? (sumisas/equilibradas/agresivas), y les hace notar la importancia de la postura, el contacto visual y los gestos para poder enfatizar lo que decimos. Éste juego permite al mediador introducir al tema de la asertividad y evaluar el estilo de relación preferencial con que cada participante llega.

2. Estando el grupo en semicírculo, el coordinador les anuncia que va a presentar a continuación las *tres modalidades o estilos de comportamiento social que existen: (a) ratón, (b) monstruo y (c) persona*. El uso de éstos términos para referirse a los estilos de relación es sólo con el fin de incluir a los alumnos en una especie de juego simbólico que les resulte más atractivo (con niños más grades de 5º o 6º de primaria pueden usarse los términos pasivo/asertivo/agresivo).

El coordinador comienza explicando las propiedades del estilo de relación pasiva (*ratón*), les comenta que las personas que tienen éste estilo se caracterizan por no poder ver directo a los ojos, tener posturas agachadas o tímidas, voz suave y suplicante, no se defienden cuando alguien los agrede, tienen dificultad para expresar lo que piensan y sienten, etc. Mientras explica, el facilitador debe ir actuando con claridad cada característica y platicando ciertas situaciones infantiles donde se ejerce éste tipo de relación social; por ejemplo, describirá la reacción de un niño sumiso que deja que otros compañeros lo empujen para quitarle su lugar en la fila de la cooperativa. Para cautivar aún más la atención de los participantes se recomienda mostrar láminas con las características de las personas pasivas o cartulinas con imágenes para los niños más pequeños. A continuación aparece una lámina donde se describen sencillamente los indicadores y cualidades del estilo de relación pasiva.

ESTILO DE RELACIÓN PASIVO (RATÓN)	
Indicador	Característica
Contacto visual	Hacia abajo, divergente
Postura de la cabeza y hombros	Caída, hombros bajos
Tono de voz	Bajo, suplicante, titubeante
Distancia corporal	Lejana o en extremo cercana
Expresión facial	Retraída, flácida, tímida, avergonzada, preocupada
Fluidez verbal	Permisiva, dando rodeos
Relación con las personas	No expresa sus ideas y sentimientos (o lo hace demasiado tarde), no se defiende, reclama tímidamente, se disculpa por todo, se pone en segundo lugar, insegura, siempre respeta reglas.



Al terminar de explicar las características del *estilo pasivo (ratón)*, el facilitador pedirá a todos los niños que traten de adoptar la actitud pasiva con todas sus cualidades; cuando lo hayan conseguido, cada uno pasará al centro del grupo y dirá la frase “*no me pegues*” manteniendo todas las cualidades que lo distinguen (voz, cuerpo, mirada, etc.). Los mismos chicos opinarán sobre la calidad de actuación de cada participante y se ayudarán a adoptar la *actitud sumisa* correcta.

En segundo lugar se revisan las características del *estilo agresivo (monstruo)*. El coordinador les comenta que las personas que tienen éste estilo de relación se caracterizan por expresar lo que piensan y sienten (pero sin considerar a los demás), ven directo a los ojos, mantienen la postura altiva y desafiante, usan una voz cortante y burlona, sí se defienden pero agreden en exceso a la persona que los ataca, imponen sus opiniones y no tienen la habilidad para negociar o llegar a acuerdos. Mientras explica, el facilitador debe ir actuando con claridad

cada característica y platicando ciertas situaciones infantiles donde se ejerce éste tipo de relación social; por ejemplo, describirá a un niño que les quita sus cosas a los compañeros sólo para burlarse de ellos, les pone apodosos y si lo denuncian con el profesor los amenaza con golpearlos al salir de la escuela. Para lograr cautivar completamente la atención de los participantes se recomienda mostrar láminas con las características de éste tipo de relación. Como la que aparece a continuación:

ESTILO DE RELACIÓN AGRESIVO (MONSTRUO)	
Indicador	Característica
Contacto visual	Directo a los ojos
Postura de la cabeza y hombros	Altos, altivos, retando
Tono de voz	Alto, cortante, definitivo,
Distancia corporal	Invasiva, cercana
Expresión facial	Contraída, amenazante
Fluidez verbal	Intrusiva, interrumpe, no escucha, acaparadora
Relación con las personas	Expresa lo que piensa y siente pero sin considerar a los demás, agrede, impone sus opiniones, no sabe negociar ni llegar a acuerdos, descalifica, no acepta errores, se defiende, insulta, rompe reglas.



Cuando se termine de explicar las características del estilo agresivo (monstruo), el facilitador pedirá a todos los niños que traten de adoptar la actitud agresiva con todas sus cualidades; cuando lo hayan conseguido, cada uno pasará al centro del grupo y dirá la frase “**no me pegues**” manteniendo todas las cualidades que lo distinguen (voz, cuerpo, mirada, etc.). Los mismos chicos opinarán sobre la calidad de actuación de cada participante y se ayudarán a adoptar la actitud agresiva correcta.

En tercer lugar se revisan las características del *estilo asertivo (persona)*. El coordinador les comenta que las personas que tienen éste estilo de relación se caracterizan por expresar lo que piensan y sienten (respetando siempre a los demás), ven a la cara, mantienen una postura firme pero tranquila, usan un tono de voz medio, saben escuchar, no interrumpen al otro, defienden sus derechos sin agredir a los demás, tienen habilidad para negociar y saben llegar a acuerdos. Mientras explica, el facilitador debe ir actuando con claridad cada característica y platicando ciertas situaciones infantiles donde se ejerce éste tipo de relación social; por ejemplo, describirá a un *niño asertivo* que le pide a su compañero la pelota que le acaba de quitar, si no se la regresa hace un intento por recuperarla, y si no tiene éxito acude con su maestro a denunciar firmemente lo sucedido, en caso de que su profesor no lo apoye va con el director hasta recuperar su pelota. Para mayor claridad se



recomienda mostrar láminas con las características de éste tipo de relación como la que aparece a continuación:

ESTILO DE RELACIÓN ASERTIVO (PERSONA)	
Indicador	Característica
Contacto visual	A la cara en general.
Postura de la cabeza y hombros	Rectos, equilibrados.
Tono de voz	Medio, haciendo inflexiones según el contenido de lo expresado.
Distancia corporal	Regular, no invasiva, respetuosa
Expresión facial	Tranquila, equilibrada
Fluidez verbal	Modulada, alternada con la otra persona, escucha y responde.
Relación con las personas	Expresa sus pensamientos y sentimientos respetando a los demás, se defiende sin agredir, respeta reglas, sabe negociar y llegar a acuerdos, acepta los errores, pone límites cuando es necesario, sabe decir “no”.



Cuando se termine de explicar las características del estilo asertivo (persona), el facilitador pide a todos los niños que traten de adoptar la actitud asertiva con todas sus cualidades; cuando lo hayan conseguido, cada uno pasará al centro del grupo y dirá la frase **“no me pegues”** manteniendo todas las cualidades que lo distinguen (voz, cuerpo, mirada, etc.). Los mismos chicos valorarán la calidad de actuación de cada participante y se ayudarán a adoptar la actitud asertiva correcta. Es importante que el mediador haga más énfasis en practicar éste estilo, pues es precisamente la asertividad el tipo de relación que se desea desarrollar en los niños.

3. Para terminar la actividad se solicita a los participantes ponerse de pie y ensayar los tres estilos de relación de manera grupal (pasivo/agresivo/asertivo) repitiendo las siguientes frases:

- “No me pegues”
- “Quiero jugar”
- “Yo no tuve la culpa”

Cada frase debe decirse comportándose como ratón, monstruo y persona (en ése orden). El jugador que falle en algún intento recibirá un “ataque de cosquillas” de todo el grupo, y el que lo haga mejor, un pequeño regalo sorpresa (lápiz decorado, libro para iluminar, goma con caricatura impresa, etc.).

## CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en cuatro temas: (1) la claridad de los aspectos que caracterizan cada estilo de interacción social revisado, (2) la identificación del estilo de relación preponderante que usa cada niño, (3) las ventajas y desventajas que cada participante obtiene por su estilo particular de relación, y (4) la habilidad para acercarse al dominio de un estilo asertivo. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la **asertividad** para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, escenificar situaciones utilizando títeres, dar conclusiones verbales o escritas, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Qué estilos de relación revisamos hoy? ¿Cuáles son las diferencias entre los tres?, ¿Conocen a alguien que corresponda a cada uno de los estilos (monstruo/ratón/persona)? ¿En cuál estilo de relación se ubican ustedes? ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestro estilo de relación? ¿Qué desventajas y ventajas les ha traído ése estilo? ¿Les convendría cambiar su estilo de relación? ¿Quieren cambiar su estilo de relacionarse con las personas? ¿Qué ventajas y desventajas creen que tenga el estilo asertivo? ¿Qué podemos hacer para ser más asertivos?

**Nota:** El coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del diálogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad; de lo que se trata es de establecer una conversación fluida y flexible que brinde a cada participante la oportunidad de expresar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera libre y despreocupada, en una atmósfera de confianza, respeto y comprensión mutua. Los métodos de conversación recomendados por los *psicólogos del desarrollo* son siempre sistemáticos y buscan estimular el desarrollo de los niños, pero nunca deben convertirse en un interrogatorio mecánico y aburrido.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)

- Estilo natural de relación social (o en el que manifiesta mayor dominio).
- Habilidad o inhabilidad para practicar con precisión los tres estilos de relación.
- Identificación de su estilo de relación preponderante y grado de correspondencia con la realidad.
- Reconocimiento preciso de ventajas y desventajas del estilo de relación social que utiliza actualmente. + Grado de disposición manifiesto para cambiar a un estilo asertivo.

2.11

JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD

60 min.

8-10 años.

**TÍTERES (ASERTIVIDAD 2)****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un estilo de relación asertivo que permita a los participantes establecer interacciones sociales más satisfactorias, beneficiosas, respetuosas y adaptativas. Desarrollar el concepto de “derechos” para saber ejercerlos y respetarlos.

**MATERIAL**

Múltiples títeres de todo tipo (hombres, mujeres, niños, adultos, diferentes vestuarios, animales)

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo forma un círculo estando todos de pie. El juego consiste en hacer un gesto gracioso, curioso o extraño con la cara y después simular lanzárselo a otro jugador para que éste lo imite. El juego comienza cuando un voluntario hace una mueca peculiar, la mantiene por tres segundos en su cara, finge quitarse el gesto con su mano y lo lanza a otro participante, éste a su vez debe imitar fielmente el guiño que le han aventado y después inventar un nuevo gesto, se lo quita y lo lanza a otro participante, y así sucesivamente hasta que todo el grupo haya participado. Este juego resulta muy divertido y sirve de introducción para la actividad principal de asertividad.
2. El coordinador pregunta a los participantes si recuerdan los tres estilos de relación social estudiados la sesión anterior y les pide que expliquen cada uno (pasivo/agresivo/asertivo). El facilitador pregunta a los niños si alguna vez alguien les ha hecho algo que no se valga y los invita a platicar algunos ejemplos. Se les pide describir la siguiente información:
  - a) El lugar donde ocurrió (casa, calle, escuela, mercado, etc).
  - b) Los participantes en el suceso (amigos, papás, maestros, extraños, abuelos, etc.).
  - c) El estilo de relación que adoptó cada uno de los participantes (agresivo/ pasivo/ asertivo).
  - d) Los detalles del problema (inicio, desarrollo y desenlace).

### EJEMPLOS DE HISTORIAS (lo que no se vale que me hagan)

- 1 En la fila de las tortillas una señora se metió sin permiso delante de mí, cuando le reclamé ella dijo que me callara y aprendiera a respetar a mis mayores...
- 2 El director de la escuela me castigó porque un niño me acusó falsamente de romper una ventana y no me dejó defenderme...
- 3 Una maestra me quitó el examen porque dice que yo estaba copiando aunque esto no es cierto...
- 4 Mi mamá me castigó por no querer prestarle mis juguetes a mi hermanito, aunque le expliqué que no se los prestaba porque ya me había roto muchos.
- 5 El maestro me regañó y me puso en ridículo frente a mis compañeros por levantarme a ayudarlo a un compañero con su trabajo, él mismo dijo que ayudáramos a los que no pudieran hacer el ejercicio...
- 6 El profesor me quitó un punto por atreverme a corregirle una información que era falsa: dijo que los delfines eran peces y yo le aclaré que eran mamíferos mostrándole un libro...
- 7 Cuando mis primos van al parque a jugar futbol no me quieren juntar porque dicen que soy niña y el fut es sólo para niños... Si me meto al campo me empujan y me quitan el balón...
- 8 Un niño de mi escuela me "agarró" saliendo de clases porque choqué con él en el recreo, fue un accidente, intenté escapar corriendo a mi casa pero me alcanzó y me golpeó tirado en el piso...

Se escuchan con atención las historias y finalmente se pide a los niños que expliquen *por qué creen que no se vale lo que les han hecho*. En el caso de niños pequeños (6-8 años) el facilitador debe ser muy directivo para que logren contar la mayor cantidad de detalles posible. Después de escuchar 3-4 anécdotas los chicos deberán elegir dos de ellas.

Las historias elegidas se representarán organizando una **función de títeres** que serán manejados por los propios niños. El número de personajes estará definido por la cantidad de personas que participaron en cada historia (comúnmente 3 a 5). Se forman dos equipos y se les asigna una historia. En caso de que el número de personajes sea pequeño pueden montarse tres historias y formarse tres equipos para que todos los chicos participen. Una vez formados los equipos el facilitador les da a elegir entre muchos títeres y les comunica que tienen 8 minutos para montar la obra. El único requisito es que todos participen y que traten de actuar la historia tal como la contaron, sobre todo respetando el estilo de relación (agresivo/ pasivo/ asertivo) de cada personaje.

Transcurridos los 8 minutos, el primer equipo pasa a actuar su obra teniendo como público al resto de sus compañeros, éstos calificarán la calidad de las actuaciones y al final se hacen comentarios. El facilitador debe preguntar a los compañeros que observaron la obra si los personajes se apegaron al estilo de relación que debían actuar, y si están de acuerdo en que esa historia es un ejemplo de haberle hecho a su compañero algo que no se valía (transgredido un derecho). Se obtienen conclusiones y se hace lo mismo con la(s) otra(s) obra(s).

*Las historias que cuentan los niños son muy variadas y su contenido depende del nivel de desarrollo intelectual y social/afectivo que tengan. Lo que para un niño pequeño es un acto que va contra sus derechos, para otro más grande quizá sea simplemente una obligación personal; por ejemplo, muchos pequeños afirman que no se vale que su mamá les apague la tele para que hagan su tarea, o que no se vale que a su hermanito le den biberón y a él no, sin embargo, un niño de mayor edad y desarrollo entenderá que éstas situaciones son completamente válidas, pues la primera es una obligación (hacer la tarea) y la segunda un privilegio exclusivo de cierta edad (tomar biberón).*

3. Conservando los mismos equipos se pide a los niños que vuelvan a representar las obras pero ahora cambiarán los estilos de relación originales de los personajes, por ejemplo, **si el niño de una historia había reaccionado con un estilo pasivo ahora será agresivo, si la mamá había actuado asertiva ahora actuará sumisa, si el hermano había respondido agresivo ahora actuará asertivo, etc.** Obviamente al hacer estas modificaciones la trama y desenlace de la historia también cambiarán, pero precisamente esto ayudará a los participantes a reconocer la importancia de los estilos de interacción social. Se da a los equipos 10 minutos para que monten otra vez las obras y vuelven a presentarlas. El papel del coordinador es crítico para estimular la creatividad e improvisación de los niños al estar obligados a pensar en una trama un tanto distinta.

Se evalúan otra vez las actuaciones, se vuelve a analizar la importancia de los estilos de relación y se obtienen conclusiones.

4. Para finalizar la actividad los equipos deberán actuar una vez más su historia pero en ésta ocasión en lugar de los títeres ellos mismos serán los actores de “carne y hueso”. Ésta vez el papel del niño protagonista de cada historia debe adoptar un **estilo asertivo** para ver cómo hubieran resultado las cosas. También se sugiere dejarle éste papel protagónico al propio niño que contó y vivió la situación real. Se dan sólo tres minutos para tomar acuerdos y se presentan las obras. Al finalizar se obtienen conclusiones.

## CIERRE

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1)

las ventajas y desventajas que cada participante obtiene por su estilo particular de relación, (2) la conceptualización que tienen de los derechos y la justicia, y (3) la habilidad para acercarse al dominio de un estilo asertivo. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la **asertividad** para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, escenificar situaciones utilizando títeres, dar conclusiones verbales o escritas, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿En cuál estilo de relación se ubican ustedes? ¿Qué opinan de las historias que representamos hoy? ¿Cuál estilo les cuesta más trabajo? ¿Se puede ser asertivo a pesar de estar enojado o con miedo? ¿Qué es algo injusto? Den ejemplos (se vale/no se vale) ¿Qué ventajas y desventajas creen que tenga el estilo asertivo? ¿Qué podemos hacer para ser más asertivos?

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Estilo natural de relación social (o en el que manifiesta mayor dominio).
- Habilidad o inhabilidad para practicar con precisión los tres estilos de relación.
- Reconocimiento preciso de ventajas y desventajas del estilo de relación social que utiliza actualmente.
- Nivel de conceptualización de derecho y justicia (se vale/no se vale).
- Grado de disposición manifiesto para cambiar a un estilo asertivo y habilidad para conseguirlo.

2.12

JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD

60 min.

8-10 años.

**TEATRO (ASERTIVIDAD 3)****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un estilo de relación asertivo que permita a los participantes establecer interacciones sociales más satisfactorias, beneficiosas, respetuosas y adaptativas. Desarrollar el concepto de “derechos” para saber respetarlos.

**MATERIAL**

Ropa y accesorios para caracterizarse (disfrazarse). Espacio cerrado y privado.

**PROCEDIMIENTO**

1. El coordinador expone brevemente al grupo los estilos de relación que se han estado revisando.

ESTILO DE RELACIÓN SOCIAL		
PASIVO (RATÓN)	ASERTIVO (PERSONA)	AGRESIVO (MOSTRUO)
No expresa sus ideas y sentimientos (o lo hace demasiado tarde), no se defiende, reclama tímidamente, se disculpa por todo, se pone en segundo lugar, insegura, siempre respeta reglas.	Expresa sus pensamientos y sentimientos respetando a los demás, se defiende sin agredir, respeta reglas, sabe negociar y llegar a acuerdos, acepta los errores, pone límites cuando es necesario, sabe decir “no”.	Expresa lo que piensa y siente pero sin considerar a los demás, agrede, impone sus opiniones, no sabe negociar ni llegar a acuerdos, descalifica, no acepta errores, se defiende, insulta, rompe reglas.

2. Se pregunta a los niños si alguna vez se metieron en problemas por haber hecho algo “que no se valiera”, y se les invita a platicar detalladamente los incidentes:

- El lugar donde ocurrió (casa, calle, escuela, mercado, etc).
- Los participantes en el suceso (amigos, papás, maestros, extraños, abuelos, etc.).
- El estilo de relación que adoptó cada uno de los implicados en el problema (agresivo/ pasivo/ asertivo).
- Los detalles del problema (inicio, desarrollo y desenlace).

**EJEMPLOS DE HISTORIAS (lo que no se vale que yo les haga a otros)**

- 1** Un día le metí el pie a un compañero para tumbarlo, sólo quería divertirme, al caer se pegó en la boca y le salió sangre, el director me regañó muy fuerte pero yo lo dejé hablando solo, la mamá del niño me reclamó al salir de clases, me pidió que me disculpara con su hijo y yo le dije que me valía lo que le pasara a su hijo. Me suspendieron dos días sin ir a la escuela.

---
- 2** En una ocasión llevé una historieta a la escuela, la saqué en la clase de matemáticas, me levanté para presumírsela a un amigo, el maestro me descubrió y me pidió que me sentara, yo le dije que no, entonces el profesor me amenazó con ir a sentarme él mismo, yo le dije que fuera a sentarme si se atrevía, él fue hacia mí y me quitó la revista, dijo que me la devolvería hasta que yo me sentara, la puso en su escritorio, no me senté y en un descuido la recuperé, el profesor se molestó mucho y me pidió que la devolviera, intentó perseguirme pero yo corrí burlándome de él, otro compañero logró arrebatarme la historieta y se la entregó al profe, él me dijo que no me la devolvería hasta la próxima semana, le dije que se la quedara y me salí del salón azotando la puerta y gritándole una grosería. Me reprobaron en matemáticas y me quedé sin recreo 3 días.

---
- 3** Un día mientras veía la televisión mi mamá me apagó la tele y me mandó a lavar los trastes, yo le dije que en un ratito lo hacía y volví a encenderla, un poco después regresó y me gritó que fuera a lavarlos ya, le pregunté que por qué sólo me tocaban a mí y no a mi hermanita de 4 años, me puse a llorar del coraje, mi mamá me jaloneaba para llevarme a la cocina, yo me resistía diciéndole que no la quería y que me dejara en paz, como no me soltaba le di una patada, me soltó y me encerré en el baño. Después de un tiempo mi mamá tocó la puerta para decirme que dejara de hacer drama y que la acompañara a recoger a mi hermanita del kínder, yo sí quería ir porque me da mucho miedo quedarme sola, pero le grité que se fuera. Al final me quedé con mucho miedo hasta que llegó mi papá. Hubo una pelea entre ellos porque a mi papá no le gusta que mi mamá me deje sola (me sentí mal por eso).

---

Se escuchan con atención las historias tratando de que cada participante identifique a las personas que perjudicó con sus actos y que justifique por qué cree que lo que hizo no “se vale”.



Se forman dos equipos y cada uno elige una de las historias que acaban de escuchar. El juego consiste en representar las escenas seleccionadas como si fuera una obra de teatro.

Los equipos cuentan con 10 minutos para preparar la historia. Todos deben tener un papel en la obra y adoptar con precisión el estilo de relación de la persona que les tocó representar (monstruo/ratón/persona). Se entrega a cada equipo un montón de ropa y accesorios que pueden usar para caracterizar a sus personajes (opcional). El coordinador debe apoyar el montaje de las obras favoreciendo el enriquecimiento de los diálogos, la improvisación y la realización de ensayos conductuales que se apeguen a los estilos de relación de cada personaje.

Al cumplirse el tiempo de preparación el primer grupo pasa a mostrar su obra. Los demás compañeros son el público y tienen la responsabilidad de evaluar las actuaciones. Al terminar la presentación, el coordinador favorece un análisis grupal sobre la obra centrándose en la calidad de las actuaciones y el contenido de la historia (¿Por qué se originó el problema? ¿La forma de afrontarlo fue la adecuada? ¿Qué hubiera podido hacerse para solucionarlo?). En cuanto termina el análisis de su obra el equipo vuelve a actuar la historia pero ahora tomando en cuenta las opiniones que acaban de escuchar. Sólo se otorga un minuto para que se pongan de acuerdo y así favorecer la improvisación. Es importante que todos los participantes intenten realizar su actuación apegándose completamente al estilo de relación que les toca representar y no sólo centrándose en los argumentos de sus personajes. Se obtienen conclusiones y se hace lo mismo con la(s) otra(s) obra(s).

## CIERRE

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) las ventajas y desventajas que cada participante obtiene por su estilo particular de relación, (2) la conceptualización que tienen de los derechos y la justicia, y (3) la habilidad para acercarse al dominio de un estilo asertivo. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la **asertividad** para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, escenificar situaciones utilizando títeres, dar conclusiones verbales o escritas, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Qué opinan de las historias que representamos hoy?  
¿Cuál estilo les cuesta más trabajo? ¿Se puede ser asertivo a pesar de estar enojado o con miedo? ¿Qué ventajas y desventajas creen que tenga el estilo asertivo? ¿Qué

podemos hacer para ser más asertivos? ¿Qué es algo injusto? Den ejemplos (se vale/no se vale) ¿Cómo te sientes cuando te hacen algo injusto? ¿Cómo crees que se sientan los demás cuando tu les haces algo injusto?

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Estilo natural de relación social (o en el que manifiesta mayor dominio).
- Habilidad o inhabilidad para practicar con precisión los tres estilos de relación.
- Identificación correcta de su estilo de relación preponderante.
- Reconocimiento preciso de ventajas y desventajas del estilo de relación social que utiliza actualmente.
- Nivel de conceptualización de derecho y justicia (se vale/no se vale).
- Grado de disposición manifiesto para cambiar a un estilo asertivo y habilidad para conseguirlo.

2.13

JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD

55 min.

8-10 años.

**EL MEJOR VENDEDOR DEL MUNDO****OBJETIVO (S)**

Desarrollar la habilidad para comunicarse verbal y corporalmente en público como un elemento central de la asertividad.

**MATERIAL**

Hojas de papel, lápices y marcadores. Espacio cerrado o rincón de un patio.

**PROCEDIMIENTO**

1. El juego consiste en presentar a cada jugador como si fuera un producto que conviene comprar, el objetivo es convencer al grupo que las cualidades de fábrica de cada compañero son tan buenas que cualquiera quisiera tenerlo en casa. Todos los participantes se sientan formando un círculo. El coordinador explica que cada uno deberá presentar al compañero que tienen a su lado derecho como si fuera un excelente producto (televisión, horno, juguete eléctrico, muñeco de peluche, limpiador de pisos, ropero, automóvil, etc.). Se entrega papel, lápiz y marcador a cada jugador para que describan su producto: nombre, marca, color, funciones, precio, utilidad, instructivo, etc. Los jugadores pueden optar por escribir o dibujar las características del producto. Cuando todos hayan terminado se elige un participante al azar para que comience a mostrar las cualidades de su producto, para ello se dirigirá a todo el grupo como un vendedor profesional que trata de persuadir a los otros compañeros de que es el mejor producto existente en el mercado, explicando cual es su función, comodidades, ventajas, forma de uso y dando ejemplos de su utilización. El “compañero-producto” debe apoyar la presentación luciendo las funciones que describe el vendedor, por ejemplo, si lo presentan como una cama de masajes él irá realizando demostraciones de los tipos de masaje que puede dar, dejará que los compradores sientan lo cómodo de su respaldo, mostrará las diferentes posiciones en que puede acomodarse o hará pruebas de su durabilidad. El vendedor tiene que ser muy hábil en su explicación, debe mirar a los ojos del público, variar las entonaciones de su voz para motivar a los compradores, manipular su producto para mostrar sus utilidades e improvisar en función de las preguntas que le hagan. Al finalizar su presentación aceptará ofertas de compra y lo entregará al participante que haga la mejor oferta (se permite regatear y dar opciones flexibles de pago).
2. En cuanto termine el primer niño se cede el turno al “compañero producto” para que él a su vez presente al siguiente jugador, y así sucesivamente hasta que todos hayan participado.

Éste juego permite evaluar y desarrollar las habilidades comunicativas de tipo verbal y no-verbal indispensables en toda relación asertiva.

### **CIERRE**

Para concluir la actividad el facilitador realiza un sencillo foro de análisis y opiniones. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la facilidad o dificultad personal para expresarse en público, (2) los sentimientos asociados a las dificultades de expresión (inseguridad, vergüenza, miedo, timidez, etc.), y (3) las estrategias personales para mejorar las habilidades de comunicación asertiva. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron al tener que hablar en público? ¿A quién se le dificultó expresar fluidamente los mensajes? ¿Por qué? ¿Cuál presentación les gustó más? ¿Por qué? ¿Qué tan hábiles son para comunicarse en su vida diaria? (escuela, casa, calle, colonia, etc.) ¿Alguien tiene dificultades para hacer amigos? ¿Por qué? ¿Qué podríamos hacer para mejorar la habilidad para comunicarnos? Den algunos ejemplos.

El coordinador cierra la actividad destacando los puntos más relevantes de la conversación y expone brevemente sus conclusiones.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Habilidades verbales y corporales para comunicar información en grupo.
- Reconocimiento preciso de sus dificultades de expresión y comunicación.
- Tipo de sentimientos prevalecientes al hablar en público y habilidad para regularlos.

**2.14 JUEGOS PARA LA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS 45 min. 8-10 años.****CAZADORES Y ESTATUAS****OBJETIVO (S)**

Desarrollar una conciencia clara de la función social de las reglas y la habilidad para adaptarse a ellas en diferentes lugares y situaciones (juegos, escuela, casa, calle, etc.).

**MATERIAL**

Salón bien iluminado y libre de obstáculos

**PROCEDIMIENTO**

1. El coordinador solicita la participación voluntaria de dos integrantes del grupo para fungir como primeros “cazadores” (“atrapadores”).
2. El juego consiste en una actividad de persecución donde los 2 niños “cazadores” intentan tocar lo más rápidamente posible al resto de sus compañeros. Cuando un jugador es tocado debe quedarse inmóvil abriendo sus piernas en forma de compás, hasta que otro participante lo salve pasando debajo del arco que forman sus piernas. Las “estatuas” podrán correr nuevamente sólo hasta que su “salvador” pase completamente entre sus extremidades. Si un jugador es tocado justo cuando intentaba salvar a otro, automáticamente ambos quedarán como “estatuas”.
3. El juego termina cuando los 2 “cazadores” consiguen atrapar a todos los jugadores. Gana el último niño en ser capturado y se le premia con el privilegio de seleccionar a los próximos “atrapadores” que nuevamente darán inicio al juego. Es recomendable repetir el juego 5 o 6 veces tratando de que los niños vivan la mayor cantidad de situaciones conflictivas relacionadas con las reglas de la actividad, pero si se observan indicadores de aburrimiento debe suspenderse inmediatamente y pasar a la fase de reflexión.

**CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse en el piso para conversar las experiencias y cerrar el juego. En ésta fase del juego el coordinador debe hacer uso de todos sus conocimientos sobre *Psicología del Desarrollo* y manejar fluidamente las herramientas de mediación para estimular el desarrollo social/afectivo de los niños. Es importante no intentar impartirles lecciones de moral ni de buena conducta, lo adecuado es descubrir sus conceptos, opiniones, habilidades, dificultades, emociones y sentimientos respecto a las reglas vividas en la actividad, y en su caso rescatar sus comentarios sobre las reglas que existen en su casa, escuela y calle. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron (divertidos, enojados por perder, cansados, orgullosos de haber ganado, etc.)?. ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego?. ¿Para que sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego?. ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿Se puede hacer algo para evitar las trampas?. ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías? ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas? ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan –den ejemplos-? ¿Son útiles? ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-? ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas –den ejemplos-?

**Nota:** Cuando los niños comenten situaciones conflictivas que tengan que ver con las reglas de casa, calle o escuela se recomienda recurrir a la escenificación o actuación de ellas, y de ésta manera promover las habilidades necesarias para su solución. El coordinador debe alentar a los niños a encontrar soluciones viables para afrontar las normas sociales y permitirá a todos intervenir en las escenificaciones para favorecer sus habilidades prácticas.

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Concepto personal de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Interés y habilidad para hacer que los demás respeten las reglas del juego.
- Hacer trampa.
- Reacción ante las trampas de los demás.
- Medidas personales para regular la trampa.
- Habilidad para solucionar conflictos durante el juego.
- Concepto personal de justicia.
- Habilidad para negociar el cambio de reglas en juegos, escuela y familia.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa, escuela y calle.
- Reconocimiento personal de su habilidad o inhabilidad para ajustarse a las normas.
- Reconocimiento de emociones y sentimientos más comunes ante las reglas impuestas por otras personas.

**2.14 JUEGOS PARA LA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS 50 min. 8-10 años.****ZORROS Y RATONES****OBJETIVO (S)**

Desarrollar una conciencia clara de la función social de las reglas y la habilidad para adaptarse a ellas en diferentes lugares y situaciones (juegos, escuela, casa, calle, etc.).

**MATERIAL**

3 pañuelos para cada participante. Salón vacío o libre de obstáculos. Reloj o cronómetro.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se divide el grupo en dos equipos con el mismo número de integrantes, unos se llamarán los “zorros” y los otros los “ratones”. Se entrega a cada jugador tres pañuelos para que los cuelguen de su cintura (metiéndolos parcialmente en su cinturón o en el pantalón).
2. El juego consiste en recolectar el mayor número de pañuelos del equipo contrario y conservar la mayor cantidad de pañuelos propios. Todos los participantes deben desplazarse en diferentes direcciones dentro del salón, pero en el momento que el coordinador grite el nombre de algún equipo (“¡zorros!” o “¡ratones!”), los integrantes de éste conjunto deberán correr tras los niños del equipo contrario para intentar quitarles los pañuelos que penden de sus cinturas. El facilitador, con cronómetro en mano, debe otorgar sólo 10 segundos para realizar la recolección de pañuelos, después de lo cual gritará “¡alto!” y no se admitirá ningún “robo” más. Los niños perseguidos pueden defender sus pañuelos corriendo, saltando, zigzageando o girando, pero no podrán sujetar sus pañoletas ni tampoco manotear, golpear o inmovilizar a los rivales para impedir el “robo”, si esto ocurre automáticamente el infractor deberá entregar 2 de sus pañuelos a su contrincante.
3. Una vez transcurridos los 10 segundos se detiene el juego brevemente para que los jugadores que ganaron pañoletas los puedan colgar alrededor de su cintura. Nuevamente el coordinador pedirá a todos los participantes que se desplacen por todo el salón a la espera de la nueva orden, pero ahora les puede indicar que lo hagan saltando, girando, corriendo de reversa, “nadando” o brincando en un solo pie con el fin de hacer más divertida la actividad. De manera sorpresiva el facilitador gritará otra vez el nombre de un equipo para que vuelva a ocurrir un periodo de persecuciones y huídas. No es necesario que el coordinador nombre de manera alternada a los equipos pero sí es indispensable que les conceda el mismo número de oportunidades a ambos para recolectar pañoletas. Después de 10 o 12 periodos de juego se dá por finalizada la actividad y se declara vencedor al conjunto que posea la mayor cantidad de pañuelos. Es importante que ningún jugador se quede fuera de la actividad, por eso cuando un niño pierda todas sus telas es responsabilidad de sus compañeros de

equipo prestarle una para que siga participando; cuando no tengan suficientes pañuelos para préstamo, los jugadores que hayan perdido permanecerán un momento sin jugar en espera de que su equipo recupere algunos para poder reintegrarse.

### **CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse en el piso para conversar las experiencias y cerrar el juego. En ésta fase del juego el coordinador debe hacer uso de todos sus conocimientos sobre *Psicología del Desarrollo* y manejar fluidamente las herramientas de mediación para estimular el desarrollo social/afectivo de los niños. Es importante **no** intentar impartirles lecciones de moral ni de buena conducta, lo adecuado es descubrir sus conceptos, opiniones, habilidades, dificultades, emociones y sentimientos respecto a las reglas vividas en la actividad, y en su caso rescatar sus comentarios sobre las reglas que existen en su casa, escuela y calle. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron (divertidos, enojados por perder, cansados, orgullosos de haber ganado, etc.)? ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego?. ¿Para que sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego? ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿Se puede hacer algo para evitar las trampas?. ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías? ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas? ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan –den ejemplos-? ¿Son útiles?. ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-?. ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas –den ejemplos-?

**Nota:** Cuando los niños comenten situaciones conflictivas que tengan que ver con las reglas de casa, calle o escuela se recomienda recurrir a la escenificación o actuación de ellas, y de ésta manera promover las habilidades necesarias para su solución. El coordinador debe alentar a los niños a encontrar soluciones viables para afrontar las normas sociales y permitirá a todos intervenir en las escenificaciones para favorecer sus habilidades prácticas. Cuando los niños tienen la oportunidad recrear de manera lúdica situaciones reales, logran comprender los puntos de vista de los demás y consiguen adquirir las habilidades interactivas necesarias para resolver los problemas relacionados con las normas sociales.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Concepto personal de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Interés y habilidad para hacer que los demás respeten las reglas del juego.



- Hacer trampa.
- Reacción ante las trampas de los demás.
- Medidas personales para regular la trampa.
- Habilidad para solucionar conflictos durante el juego.
- Concepto personal de justicia.
- Habilidad para negociar el cambio de reglas en juegos, escuela y familia.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa, escuela y calle.
- Reconocimiento personal de su habilidad o inhabilidad para ajustarse a las normas.
- Reconocimiento de emociones y sentimientos más comunes ante las reglas impuestas por otras personas.

## 2.16 JUEGOS PARA LA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS 50 min. 8-10 años.

**CARACOL****OBJETIVO (S)**

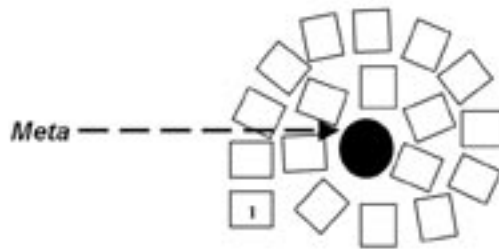
Desarrollar una conciencia clara de la función social de las reglas y la habilidad para adaptarse a ellas en diferentes lugares y situaciones (juegos, escuela, casa, calle, etc.).

**MATERIAL**

Gises de colores.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se pinta en el suelo un caracol como el que aparece en la siguiente imagen.



El número de casillas dependerá del nivel de habilidades psicomotrices del grupo.

2. Se forma a los niños en una fila frente a la primera casilla. El juego consiste en recorrer el caracol saltando con un sólo pie de ida y vuelta. Cada vez que un jugador consiga realizar un recorrido completo se ganará una casilla, el niño podrá seleccionar el cuadro que prefiera y se escribirá su nombre en él. Todos los cuadros que tengan nombre sólo podrán ser pisados por su "propietario". En un principio **no** debe permitirse la elección de dos casillas consecutivas pues esto dificultaría mucho los recorridos. El juego termina cuando todos los espacios del caracol estén ocupados. *Gana el jugador que logre obtener el mayor número de cuadros.*

Los jugadores sólo podrán apoyar los dos pies en el "cuadro meta" y en los cuadros que tengan su nombre. Perderá su turno el niño que: pise raya, apoye los dos pies o pise un cuadro que no le corresponde.

El coordinador debe mediar oportunamente toda situación relacionada con las reglas del juego como: trampas, inconformidades, propuestas para cambiar una norma o pugnas entre los jugadores; es importante aprovechar cualquier momento para promover la conciencia

sobre la importancia de ajustarse a las reglas, favorecer las habilidades para negociar, conseguir acuerdos entre los compañeros y solucionar sin agresiones los conflictos durante la actividad. No es conveniente invertir demasiado tiempo en perfeccionar las funciones psicomotrices de los jugadores pues éste no es el propósito medular del juego. El facilitador puede aprovechar todos los recursos metodológicos que estén a su disposición para desarrollar la *conciencia y práctica de las reglas*, incluso puede sugerir tratar de jugar ésta actividad *sin* respetar ninguna norma, ésta estrategia suele mostrar claramente a los niños la relevancia de establecer y cumplir con cierta normatividad para poder funcionar. Aunque al final de la actividad habrá un espacio para comentar todo lo sucedido, el coordinador no está obligado a esperar hasta ése momento para tratar las situaciones que sea necesario abordar de inmediato.

### CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse en el piso para conversar las experiencias y cerrar el juego. En ésta fase del juego el coordinador debe hacer uso de todos sus conocimientos sobre *Psicología del Desarrollo* y manejar fluidamente las herramientas de mediación para estimular el desarrollo social/afectivo de los niños. Es importante no intentar impartirles lecciones de moral ni de buena conducta, lo adecuado es descubrir sus conceptos, opiniones, habilidades, dificultades, emociones y sentimientos respecto a las reglas vividas en la actividad, y en su caso rescatar sus comentarios sobre las reglas que existen en su casa, escuela y calle. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron (divertidos, enojados por perder, cansados, orgullosos de haber ganado, etc.)? ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego? ¿Para que sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego? ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿Se puede hacer algo para evitar las trampas? ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías? ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas? ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan –den ejemplos-? ¿Son útiles? ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-? ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas –den ejemplos-?

**Nota:** Cuando los niños comenten situaciones conflictivas que tengan que ver con las reglas de casa, calle o escuela se recomienda recurrir a la escenificación o actuación de ellas, y de ésta manera promover las habilidades necesarias para su solución. El coordinador debe alentar a los niños a encontrar soluciones viables para afrontar las normas sociales y permitirá a todos intervenir en las escenificaciones para favorecer sus habilidades prácticas. Cuando los niños tienen la oportunidad recrear de manera lúdica situaciones reales, logran comprender

los puntos de vista de los demás y consiguen adquirir las habilidades interactivas necesarias para resolver los problemas relacionados con las normas sociales.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Concepto personal de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Interés y habilidad para hacer que los demás respeten las reglas del juego.
- Hacer trampa.
- Reacción ante las trampas de los demás.
- Medidas personales para regular la trampa.
- Habilidad para solucionar conflictos durante el juego.
- Concepto personal de justicia.
- Habilidad para negociar el cambio de reglas en juegos, escuela y familia.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa, escuela y calle.
- Reconocimiento personal de su habilidad o inhabilidad para ajustarse a las normas.
- Reconocimiento de emociones y sentimientos más comunes ante las reglas impuestas por otras personas.

**2.17 JUEGOS DE COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO)**

45 min. 8-10 años.

**LA BANCA DE TODOS****OBJETIVO (S)**

Desarrollar las habilidades de cooperación y trabajo en equipo mediante retos de grupo. Promover las habilidades para llegar a acuerdos y solucionar problemas de manera colectiva.

**MATERIAL**

Una banca lo suficientemente larga para que quepa todo el grupo. Llanta de auto mediana. Cinta adhesiva.

**PROCEDIMIENTO**

1. La actividad consiste en lograr que el grupo completo se ordene según ciertos criterios en un espacio muy estrecho (sin caerse o salirse del área). Todo el grupo se sube a una banca larga de 50 cms. de ancho aproximadamente, en caso de no contar con éste mobiliario se puede suplir por la orilla de una jardinera escolar o se traza un rectángulo estrecho en el borde de una banquetta utilizando cinta adhesiva. Una vez que todos se han colocado, el facilitador comienza a pedirles que se ordenen según el criterio que vaya mencionando, tienen 1-3 minutos para conseguirlo en función de la cantidad de jugadores. Los criterios de ordenación son:

**Ordenarse de menor a mayor según:** el tamaño del pie, el tamaño de las manos, el largo de la uñas, la complexión, la estatura, la suavidad de la cara, el largo del cabello., el número de amigos.

**Ordenarse de mayor a menor según:** el número de hermanos, el dinero que le dan el domingo, el tamaño de las orejas, la edad propia, la edad de la madre, el grito más fuerte que puedan hacer.

Si el grupo consigue realizar por lo menos el 80% de los ejercicios entonces recibirán unas paletas. Se considera que el grupo no ha conseguido un reto cuando alguien se cae de la banca o se sale de área de juego, cuando hay algún error en el orden de la fila o cuando se pasan del tiempo establecido. El facilitador debe favorecer todas las habilidades implicadas en la cooperación y trabajo en equipo mientras el grupo intenta ordenarse. No debe permitir el uso de la fuerza para acomodar a los compañeros, el contacto rudo, las ordenes gritadas, ni el acaparamiento del liderazgo.

2. Se pone una llanta acostada en el centro del área de juego. La actividad consiste en trabajar en equipo para conseguir subir la mayor cantidad de jugadores al neumático. El grupo supera el reto si logran subir a todos y mantener el equilibrio sin caerse durante 45

segundos. Antes de iniciar el facilitador les dará un tiempo para que todos acuerden la mejor manera de superar el desafío.

### **CIERRE**

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la facilidad o dificultad personal para trabajar en equipo y conseguir una meta común, (2) las ventajas del trabajo cooperativo, y (3) las consecuencias personales de contar o no con estas habilidades sociales. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿A quién se le dificultó tomar acuerdos y adaptarse al trabajo del grupo? ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron al conseguir o fracasar en los retos? ¿Qué dificultades ocurrieron para poder funcionar como equipo? ¿Qué tan hábiles son para trabajar en equipo en su vida diaria (escuela, casa, calle, colonia, etc.)? ¿Qué ventajas y desventajas hay al cooperar y trabajar en equipo? ¿Creen que se pueda tener más amigos si sabemos cooperar? ¿Qué consecuencias les ha acarreado sus dificultades para cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué beneficios? ¿Qué necesitamos para poder cooperar y trabajar en equipo? Den algunos ejemplos.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Papel activo o pasivo de cada participante durante la actividad.
- Conceptos personales de cooperación y trabajo en equipo.
- Habilidad para coordinar acciones con otros participantes para conseguir la meta.
- Agrado/desagrado por las actividades de equipo.
- Nivel de interés y dedicación en la tarea.
- Capacidad para considerar las aportaciones de los demás.
- Habilidad para afrontar las derrotas.
- Atribución del fracaso y el logro.
- Reconocimiento preciso de las consecuencias de cooperar y trabajar en equipo.

2.18 JUEGOS DE COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO) 50 min. 8-10 años.

### PESCAR AL PEZ

#### OBJETIVO (S)

Desarrollar las habilidades de cooperación y trabajo en equipo mediante retos de grupo. Promover las habilidades para llegar a acuerdos y solucionar problemas de manera colectiva.

#### MATERIAL

Salón sin obstáculos o espacio abierto con área de juego delimitada.

#### PROCEDIMIENTO

1. El juego consiste en trabajar en equipo para conseguir acorralar con el cuerpo a los participantes que el coordinador vaya nombrando. Todos los jugadores se reúnen en el centro del salón y a la cuenta de tres comienzan a “nadar” en distintas direcciones (mueven los brazos como los nadadores). Para hacer más divertida la actividad el coordinador deberá alentar a los niños a nadar de diferentes formas (perrito, mariposa, ranita, etc), a distintas velocidades (súper rápido, rápido, medio, lento) y haciendo distintos “trucos” (simular echarse un clavado, nadar por debajo del agua, gritar si viene un tiburón, etc). En cierto momento el facilitador gritará el nombre de un participante, éste al escucharlo huye de sus compañeros a toda velocidad mientras ellos tratan organizarse para acorralarlo. El “pez” intentará hasta lo imposible para no ser capturado por lo cual el grupo debe organizarse muy bien para impedir cualquier intento de fuga. No está permitido que el “pez” escape entre las piernas de los jugadores ni rompiendo las barreras, sólo puede hacerlo por los espacios libres. Si después de 1o 2 minutos el grupo no ha conseguido rodear al “pez”, éste se salva y gana la oportunidad de dar las instrucciones y gritar el nombre del siguiente perseguido. El juego se aplica 5-6 veces siguiendo éstas reglas antes de pasar a la siguiente variante.
2. Se vuelve a aplicar la actividad pero con la diferencia que en ésta ocasión **no** está permitido sujetarse con las manos o abrazarse para atrapar al “pez”, sólo es válido juntar lo más posible sus cuerpos para no permitirle que escape por alguna abertura. El coordinador recomendará a los niños llevar sus brazos cruzados al frente o sujetar sus dos manos atrás en el momento de intentar rodear al “pez”. La comunicación entre los miembros del equipo será crucial para conseguir el objetivo.
3. Se vuelve a jugar la actividad de la misma manera que en el paso # 2 pero ahora estará prohibido hablar en el momento de intentar capturar al “pez”. En ésta ocasión se permite a los jugadores utilizar sus manos pero sólo para que se comuniquen entre sí de manera no verbal. La actividad puede repetirse 4-5 veces siguiendo ésta variante.

## CIERRE

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la facilidad o dificultad personal para trabajar en equipo y conseguir una meta común, (2) las ventajas del trabajo cooperativo, y (3) las consecuencias personales de contar o no con estas habilidades sociales. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron al verse obligados a trabajar en equipo? ¿A quién se le dificultó tomar acuerdos y adaptarse al trabajo del grupo? ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron al conseguir o fracasar en los retos? ¿Qué dificultades ocurrieron para poder funcionar como equipo? ¿Qué tan hábiles son para trabajar en equipo en su vida diaria (escuela, casa, calle, colonia, etc.)? ¿Qué ventajas y desventajas hay al cooperar y trabajar en equipo? ¿Creen que se pueda tener más amigos si sabemos cooperar? ¿Qué consecuencias les ha acarreado sus dificultades para cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué beneficios? ¿Qué necesitamos para poder cooperar y trabajar en equipo? Den algunos ejemplos.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)

- Papel activo o pasivo de cada participante durante la actividad.
- Conceptos personales de cooperación y trabajo en equipo.
- Habilidad para coordinar acciones con otros participantes para conseguir la meta.
- Agrado/desagrado por las actividades de equipo.
- Nivel de interés y dedicación en la tarea.
- Capacidad para considerar las aportaciones de los demás.
- Habilidad para afrontar las derrotas.
- Atribución del fracaso y el logro.
- Reconocimiento preciso de las consecuencias de cooperar y trabajar en equipo.



2.19 JUEGOS DE COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO) 60 min. 8-10 años.

## RETOS

### OBJETIVO (S)

Desarrollar las habilidades de cooperación y trabajo en equipo mediante retos de grupo. Promover las habilidades para llegar a acuerdos y solucionar problemas de manera colectiva.

### MATERIAL

2 Aros de plástico de un metro de diámetro. 4 tapetes o cobijas. 2 cubitos de madera. 2 paquetes de ropa extragrande (pantalón, playera, chamarra y sombrero).

### PROCEDIMIENTO

1. Se forman dos equipos con el mismo número de integrantes. En el área de juego se traza una línea de arranque y se coloca un aro para cada equipo a 6-8 metros de ahí. Se entrega a cada conjunto un paquete de prendas de talla extra (pantalón, playera, chamarra y sombrero). El juego consiste en hacer una carrera de relevos usando la ropa proporcionada y llevando un cubito de madera en el dorso de la mano. Los equipos se colocan detrás de la línea inicial y a la señal del coordinador ayudan a los primeros participantes a ponerse las prendas de vestir talla extra (encima de su ropa). Cuando hayan terminado, se les coloca un cubito de madera en el dorso de la mano y salen corriendo a toda velocidad en dirección al aro, entran a él con ambos pies y retornan. Si en el trascurso del camino se les cae el cubito deberán regresar al punto de partida y volver a comenzar. En cuanto los primeros jugadores regresen a la línea de arranque serán apoyados por sus equipos para desvestirse, e inmediatamente comenzarán a disfrazar a los segundos participantes, éstos a su vez harán el mismo recorrido y después pasarán el relevo a las siguientes personas... Gana el primer equipo en conseguir que todos sus integrantes hagan el recorrido. Al terminar la primera competencia el coordinador les otorga un tiempo para que cada equipo platique lo ocurrido, y acuerden mejores estrategias de cooperación. Se aplica dos veces más la actividad y al final se declara campeón al conjunto con más competencias ganadas.

2. Todos los jugadores sentados forman un círculo y reciben una cuchara mediana que deberán sujetar con sus dientes. El juego consiste en hacer pasar un huevo de gallina de cuchara en cuchara sin utilizar las manos hasta dar una vuelta completa. Los participantes deben ponerse de acuerdo en la táctica antes de iniciar la actividad. El coordinador coloca el huevo en la cuchara de un jugador el cual lo pasará a su compañero de la izquierda, él a su vez lo dejará en la cuchara del siguiente participante y así sucesivamente hasta completar una vuelta. Durante el juego está permitido ayudar a los compañeros de cualquier manera excepto tocando las cucharas o el huevo. El grupo tienen tres oportunidades para lograr el reto.

3. Una vez más el grupo se separa en dos equipos iguales. Se traza una línea de arranque en el área de juego y otra de llegada a 10 metros de distancia. Los equipos se colocan detrás de la raya de arranque y a la señal del facilitador deberán cargar de manera colaborativa a un integrante hasta la línea de llegada, lo depositan suavemente en el piso y cargan al siguiente para trasladarlo de regreso a la línea de arranque, ahí lo bajan y transportan al que sigue y así sucesivamente hasta que todos hayan sido trasladados. Se debe transportar a los jugadores boca-arriba y con la participación de todos los integrantes, queda descalificado el equipo que no cumpla con éstas reglas. Para amortiguar el “aterrizaje” de los jugadores se recomienda poner un tapete o cobija en cada punto.

### **CIERRE**

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la facilidad o dificultad personal para trabajar en equipo y conseguir una meta común, (2) las ventajas del trabajo cooperativo, y (3) las consecuencias personales de contar o no con estas habilidades sociales. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron al verse obligados a trabajar en equipo?  
¿A quién se le dificultó tomar acuerdos y adaptarse al trabajo del grupo? ¿Por qué?  
¿Cómo se sintieron al conseguir o fracasar en los retos?, ¿Qué dificultades ocurrieron para poder funcionar como equipo? ¿Qué tan hábiles son para trabajar en equipo en su vida diaria (escuela, casa, calle, colonia, etc.)? ¿Qué ventajas y desventajas hay al cooperar y trabajar en equipo? ¿Creen que se pueda tener más amigos si sabemos cooperar? ¿Qué consecuencias les ha acarreado sus dificultades para cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué beneficios? ¿Qué necesitamos para poder cooperar y trabajar en equipo? Den algunos ejemplos.

El coordinador cierra la actividad destacando los puntos más relevantes de la conversación y expone brevemente sus conclusiones.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Papel activo o pasivo de cada participante durante la actividad.
- Conceptos personales de cooperación y trabajo en equipo.
- Habilidad para coordinar acciones con otros participantes para conseguir la meta.
- Agrado/desagrado por las actividades de equipo.
- Nivel de interés y dedicación en la tarea.
- Capacidad para considerar las aportaciones de los demás.
- Habilidad para afrontar las derrotas.
- Atribución del fracaso y el logro.
- Reconocimiento preciso de las consecuencias de cooperar y trabajar en equipo.

TERCER NIVEL  
GRANDES ( 5° Y 6°)  
10 - 12 AÑOS

3.1 JUEGOS DE PRESENTACIÓN 30 min. 10-12 años.

**¿TE GUSTAN TUS VECINOS?**

**OBJETIVO (S)**

Propiciar un primer contacto divertido entre los participante y conocer sencillas informaciones personales.

**MATERIAL**

Una silla para cada participante.

**PROCEDIMIENTO**

1. El coordinador da la bienvenida a todo el grupo. Les explica el objetivo, la organización y el reglamento del trabajo que recién comienzan. Pregunta las expectativas y creencias sobre su participación en éste espacio y resuelve dudas generales.

2. Todo el grupo forma un círculo sentados en sus sillas. Se pide a cada participante que se presente diciendo su nombre, el grado escolar que cursa y su juego favorito. Cuando todos se hayan presentado el coordinador se colocará al centro del círculo y velozmente señalará a un jugador preguntándole “¿te gustan tus vecinos?”. Si la respuesta es “no” el facilitador le preguntará “¿por quién los quieres cambiar?” y el participante deberá decir los nombres de otros dos de sus compañeros. En cuanto el jugador mencione los nombres los niños elegidos correrán a toda velocidad intentando ocupar los asientos que se encuentra a la izquierda y derecha de dicho jugador, al mismo tiempo que los niños que ocupaban esos lugares corren para intentar instalarse en los asientos vacios dejados por sus otros dos compañeros. Durante el cambio de lugares el coordinador luchará por ocupar cualquiera de las sillas vacías disponibles. La persona que se queda sin lugar pierde y ahora será el responsable de hacer las preguntas para intentar recuperar un asiento.

En cambio, si la respuesta es “sí”, todos tendrán que cambiar de lugar excepto los niños que están a la izquierda y a la derecha del jugador que acaba de responder. Para todos queda prohibido regresar a su asiento original una vez que se han levantado. Obviamente ésta es la oportunidad de la persona responsable de hacer las preguntas de conseguir un lugar. El participante que se quede sin asiento se convertirá en el encargado de hacer las preguntas y así iniciará una y otra vez el juego.

La actividad debe realizarse a toda velocidad para evitar la monotonía y puede practicarse por espacio de 15-20 minutos mientras se observe interés y diversión en el juego.

3. Estando en círculo se indica a los niños que deben de elaborar y diseñar su propio gafete de identificación con el material que se dejará en el centro del círculo (tijeras, cartulinas blancas tamaño gafete, pegamento, colores, revistas para recortar y marcadores). El coordinador debe promover las ideas creativas, la compartición de materiales y la plática entre los participantes mientras elaboran el identificador con su nombre. Los niños pueden escribir su nombre, formarlo mediante letras recortadas, agregar dibujos, recortes de imágenes o cualquier otro elemento distintivo. Si alguno tiene dificultades para escribir o formar su nombre el coordinador le proporcionará la ayuda necesaria. Después de 10 o 12 minutos se entrega un portagafete a cada participante y van presentando su trabajo a todo el grupo.

### **CIERRE**

Reunidos en círculo el coordinador cierra la actividad agradeciéndoles su participación, pregunta cómo se sintieron durante la actividad, recolecta los gafetes para entregárselos la próxima sesión, los anima a acudir la siguiente ocasión y se despide.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Soltura y buena disposición al realizar el juego.
- Nivel de interacción social espontánea antes de iniciar la actividad.
- Grado de ajuste a las instrucciones del coordinador y reglas de la actividad.
- Estilo preponderante de interacción con los compañeros (si se comunica espontáneamente, si espera a que otros le hablen, si agrade, si se inhibe cuando le toca participar, etc.).
- Primeras afinidades o preferencias por ciertos compañeros.

**3.2 JUEGOS DE PRESENTACIÓN 30 min. 10-12 años.****NOMBRES AL AIRE****OBJETIVO (S)**

Propiciar un primer contacto divertido entre los participante y conocer sencillas informaciones personales.

**MATERIAL**

Pelota inflable de plástico (mediana). Hojas de papel opalina, colores, tijeras, pegamento, revistas para recortar, marcadores, acuarelas, pinceles

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo forma un círculo estando de pie y cada uno dice su nombre nuevamente. El coordinador se ubica en centro y lanza una pelota hacia arriba gritando el nombre de uno de los jugadores, este jugador corre para atrapar la bola antes de que caiga al suelo y en cuanto lo hace la lanza nuevamente mientras grita el nombre de otro participante. Y así sucesivamente hasta que todos hayan sido presentados. La actividad debe realizarse a toda velocidad y de manera continua sin hacer pausas entre los jugadores. Puede proponerse al grupo terminar el juego hasta que consigan nombrar a todos los compañeros pero sin que a nadie se le caiga el balón.
2. Se les indica a los jugadores realizar en una hoja un dibujo que represente uno de los días más felices que recuerden y que le incluyan su nombre. Se les proporciona colores, tijeras, pegamento, revistas para recortar, marcadores, acuarelas, pinceles y cualquier otro material que les ayude a elaborar de la mejor manera su diseño. Después de 15-20 minutos se recogen las obras y se pegan en una cartulina para exhibirse a todo el grupo. Cada participante describe el contenido de su dibujo y resuelve las preguntas que sus compañeros le hagan. A lo largo de la actividad el facilitador estimulará a los niños a conversar entre sí y a interesarse por la obra de sus compañeros.

**CIERRE**

Reunidos en círculo el coordinador cierra la actividad preguntando si les gustó la actividad y cómo se sintieron, les cuestiona si alguno descubrió alguna característica de sí mismo durante ésta sesión y se asegura de que todos los participantes sepan el nombre del sus compañeros. El facilitador resume las opiniones de los niños y si el tiempo lo permite inicia la siguiente actividad de su programa de desarrollo.

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante).**

- Soltura y buena disposición al realizar el juego.
- Nivel de interacción social espontánea antes de iniciar la actividad.
- Grado de ajuste a las instrucciones del coordinador y reglas de la actividad.
- Estilo preponderante de interacción con los compañeros (si se comunica espontáneamente, si espera a que otros le hablen, si agrade, si se inhibe cuando le toca participar, etc.).
- Primeras afinidades o preferencias por ciertos compañeros.

**3.3 JUEGOS DE PRESENTACIÓN 30 min. 10-12 años.****SENTIDOS SOCIALES****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso y objetivo de las características propias a través de la opinión de otras personas. Desarrollar la habilidad para conocer a las personas a través del oído, el tacto y el olfato.

**MATERIAL**

Pañoletas.

**PROCEDIMIENTO**

1. El juego consiste en intentar reconocer mediante el olfato, el oído y el tacto a los otros compañeros, primero se harán ejercicios de exploración y después los niños competirán entre sí para identificar al mayor número de jugadores posible sin utilizar la vista.

**Exploración táctil:** se forman dos filas de niños frente a frente. Los integrantes de la fila uno cierran sus ojos y comienzan a tocar a los de la fila dos, éstos permanecen quietos durante un minuto. Cuando la fila uno haya terminado se invierten los papeles. El facilitador debe guiar física y verbalmente a los niños intentando que identifiquen con claridad las características del compañero mediante el tacto. Es importante respetar el estilo de cada jugador, pero si se observan indicadores de incomodidad al ser tocado o al tocar al compañero, el coordinador debe intervenir para modular el contacto y de ésta manera promover que el ejercicio sea tranquilo para todos. .

Una vez que ambas filas se han tocado entre sí, la fila uno se recorre un lugar a la derecha para poder tocar a los siguientes compañeros, cuando hayan terminado vuelven a recorrerse otro lugar a la derecha y así sucesivamente hasta que todos los de la fila uno hayan tocado a los de la dos y viceversa. Para terminar ésta parte del juego cada equipo forma un círculo por separado y se exploran durante dos minutos para reconocerse mediante el tacto.

**Exploración olfativa:** todo el grupo se sienta formando un medio círculo, se pide un voluntario para que pase al lugar de cada niño a olerles la cabeza, manos y cuello. Los niños que olfatean deberán tener las manos en la espalda mientras van pasando a oler a cada compañero. Todos los niños pasarán en orden a oler a sus compañeros.

**Exploración auditiva:** Todos los niños forman un círculo y el facilitador pide a cada niño que diga lo siguiente: “estoy loco”, “hola”, “a”, “e”, “i”, “o”, “u”, “r”, “s”, para reconocer la voz de

todos los compañeros. Se pretende que el niño utilice todos sus sentidos como medio para identificar las características físicas e incluso las emocionales de las otras personas.

2.- Se aplican los siguientes juegos de reconocimiento:

### *I.- IDENTIFICACION DE COMPAÑEROS*

Este reto consiste en reconocer a varios compañeros mediante el tacto, el oído y el olfato (sin utilizar la vista). Los jugadores irán pasando uno por uno con los ojos vendados al centro del grupo para identificar a los compañeros que les indique el coordinador. Cada participante tiene la oportunidad de reconocer a tres de sus compañeros: al primero lo identificará utilizando sólo el oído, al segundo usando sólo el tacto y al tercero mediante el olfato. Por ejemplo:

- d) **Oído:** Reconocer a "X" persona por su voz al decir "no". Cada integrante del grupo va emitiendo la misma palabra y el jugador en turno tratará de descubrir a compañero en cuestión. Pueden usarse frases, palabras o sólo sonidos.
- e) **Tacto:** Identificar a cierta persona "X" tocando solamente la nariz de los participantes. No se permite a los jugadores en turno tocar otra parte que no sea la indicada (orejas, cachetes, boca, manos, brazos, piernas, panza, cejas, pestañas, etc).
- f) **Olfato:** .descubrir a "X" persona olfateando exclusivamente las manos de todos sus compañeros.

**Nota:** cada vez que un nuevo participante pasa a hacer el ejercicio todos deben cambiar su posición dentro de la herradura para que no sean reconocidos por la ubicación que tenían en el grupo. Es importante guardar absoluto silencio para no darle pistas al niño en turno.

### *II.- IDENTIFICACIÓN DE CARACTERISTICAS ENTRE LOS COMPAÑEROS*

Este desafío consiste ir comparando los atributos de todos los jugadores hasta encontrar al compañero que cuenta con cierta característica mencionada por el facilitador. Todos los ejercicios deben realizarse con los ojos tapados y se otorgará sólo una oportunidad a cada jugador. Por ejemplo:

- ¿al decir "hola" quién tiene la voz más ronca? (oído)
- ¿quién tiene los brazos más flacos o gordos? (tacto)
- ¿quién tiene los chamorros más flaquitos? (tacto)
- ¿quién tiene la nariz más grande o pequeña? (tacto)
- ¿quién tiene las orejas más grandes o pequeñas. gordas o flacas? (tacto)
- ¿quién tiene las manos más rasposas o suaves? (tacto)
- ¿quién está más alto (tocando la cabeza)? (tacto)
- ¿quien tiene el cabello más suave o áspero? (tacto)



### III.- IDENTIFICACIÓN DE CARACTERÍSTICAS POR COMPARACIÓN DEL PROPIO CUERPO

- ¿quién tiene los brazos más flacos y/o gordos que tú? (tacto)
- ¿quién tiene los chamorros más flacos o gordos que tú? (tacto)
- ¿quién tiene la nariz más grande que tú? (tacto)
- ¿quién tiene las orejas más pequeñas que tú? (tacto)
- ¿quién tiene las manos más rasposas que tú? (tacto)
- ¿quién tiene el cabello más largo o corto que tú? (tacto)
- ¿quién es más alto o bajito que tú? (tacto)

### IV.- IDENTIFICACIÓN DE CARACTERÍSTICAS EMOTIVAS

Éste reto consiste en lograr identificar con los ojos cubiertos al compañero que esté realizando cierta emoción. No se permitirá al jugador en turno tocar todo el cuerpo de sus compañeros para reconocer la emoción que están expresando, sólo debe tocar el segmento que el coordinador le indique. El facilitador le dirá en secreto a cada participante diferentes emociones que deben expresar para confundir al jugador en turno, dejando a un sólo niño la responsabilidad de realizar la emoción buscada (alegría, tristeza, miedo, sorpresa, enojo, vergüenza). Por ejemplo:

- por tocar los hombros identifica ¿quién esta triste?.
- por tocar frente y nariz ¿quién está enojado o alegre?.
- por tocar boca ¿quién esta alegre?.
- por tocar manos ¿quién está enojado?.
- por escuchar la palabra “no” ¿quién tiene miedo?.
- Por tocar la cara ¿quién está sorprendido?.
- Por escuchar la palabra “hola” ¿quién tiene vergüenza?.

### CIERRE

Para finalizar la actividad el psicólogo dialogará en plenaria sobre la experiencia lúdica, para ello podrá valerse de las siguientes preguntas:

¿Hay algo nuevo que descubrieron de ustedes durante esta actividad? (característica física o psicológica) ¿Cómo se sintieron al ser explorados y al explorar a los otros? ¿Por qué? ¿Para qué sirve conocerse más a sí mismo y conocer a los demás? ¿Qué tan fácil fue reconocer emociones en los demás? ¿Pueden hacerlo con sus familiares o con los compañeros de la escuela?

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Estilo para tocar y olfatear a otros.
- Reacciones al ser tocado y olfateado.
- Habilidad para reconocer a otros por el tacto, olfato y oído.
- Habilidad para reconocer diferencias corporales en otros mediante tacto, oído y olfato.
- Habilidad para identificar diferencias corporales entre sí mismo y los demás.
- Habilidad para identificar emociones en los otros mediante tacto de posturas y escucha de tonos de voz.

3.4

JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO

60 min.

10-12 años.

**MARATÓN****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso, objetivo y favorable de sí mismo mediante la identificación de las características físicas, sociales y psicológicas propias.

**MATERIAL**

Salón o espacio amplio y libre de obstáculos. Lista de cualidades. Tarjetas de “preguntas incómodas”. Carteles con las leyendas “SI” y “NO”.

**PROCEDIMIENTO**

1.- Se divide el salón o espacio de juego en dos partes iguales separadas por una línea central. El muro de la derecha tendrá pegado un cartel con la palabra “SI” y el de la izquierda la palabra “NO”.



El juego consiste en responder a las afirmaciones que irá presentando el coordinador corriendo rápidamente al muro que corresponda a la respuesta de cada jugador. Todos los participantes se colocan sobre la línea central, escuchan la afirmación del facilitador y arrancan a toda velocidad a tocar el muro de su elección (SI o NO). Por ejemplo, el facilitador podría decir “*Soy el preferido de mi mamá*”, los que consideren que eso es cierto correrán a la respuesta “SI” y los que estén en desacuerdo con esa afirmación correrán al lado contrario (NO). Una vez que todos los jugadores hayan tocado los muros deben regresar a la línea central a esperar la siguiente afirmación, y así sucesivamente hasta responder a todos los enunciados. Los niños que toquen al último los muros de “SI” y “NO” serán penalizados con un punto que anotará el coordinador en una lista elaborada previamente. Cuando un participante acumule tres puntos será sancionado eligiendo una “pregunta incómoda” (que el coordinador tienen en su poder) y deberá responderla frente al grupo. Es recomendable que el facilitador escriba previamente las “preguntas incómodas” en pequeñas tarjetas para no improvisarlas ahí, pues esto restaría fluidez al juego; además debe permitirse al niño escoger al azar entre las tarjetas disponibles (al final de esta técnica aparece una lista de preguntas incómodas en la cual puede basarse el coordinador). Si el niño se negara a responder la pregunta entonces el facilitador le impondrá una “pena” a realizar como:

- Hacerles un cariñito en la cara a todos los jugadores.
- Bailar al ritmo de las palmadas que den sus compañeros.
- Dar un abrazo de oso a cada participante.
- Contar un chiste o cantar un pedacito de una canción.
- Hacer la cara más graciosa que pueda hasta que un jugador se ría.
- Sobar suavemente la pancita a todos los compañeros.
- Soportar un ataque de cosquillas por parte de todos sus compañeros.

**Notas:** En la medida que los niños vayan respondiendo a las distintas afirmaciones es muy importante que el facilitador les haga notar brevemente que algunos compañeros del grupo comparten esa característica y que quizá no todos lo sabían, el objetivo es que los participantes sean conscientes de sus cualidades y al mismo tiempo conozcan las semejanzas y diferencias que tienen con los demás. Por ejemplo, ante la afirmación “*me molesta cuando otros se burlan de mí*” el facilitador podrá hacer notar que esto le molesta a la mayoría, e incluso podrá realizar una pequeña interrupción del juego para pedirles que cuenten algunos ejemplos que les hayan ocurrido y rescatar algunas opiniones. No se recomienda abusar de las interrupciones ya que puede restarle dinamismo al juego y terminar por matar el interés de los niños, pero cuando el coordinar lo juzgue adecuado puede hacerlo.

Para conseguir el propósito del juego los niños deben ser completamente honestos en sus respuestas. Si el facilitador detecta que algún participante está falseando sus contestaciones para hacerse el gracioso o provocar las risas de los demás, puede reconvenirlo o aplicar alguna consecuencia como sacarlo unos minutos de la actividad.

A continuación se muestran:

- (e) Una lista de afirmaciones que pueden utilizarse al aplicar el juego.
- (f) Algunos ejemplos de “*preguntas incómodas*”.

## LISTA DE AFIRMACIONES

### INFORMACIÓN PERSONAL

- |  |  |
|--|--|
| 1 Tengo consola de videojuegos           | 12 Me da mucha flojera en la mañana    |
| 2 Mi mamá trabaja fuera de casa          | 13 Tengo bicicleta                     |
| 3 Tengo mascota                          | 14 Mi cabello es café                  |
| 4 A veces me duermo después de las 10 pm | 15 Me he peleado en la escuela         |
| 5 Tengo hermanos                         | 16 Tengo menos de 4 amigos             |
| 6 Canto cuando estoy sólo                | 17 Me han suspendido de la escuela     |
| 7 Juego fútbol                           | 18 Voy a jugar a la casa de mis amigos |
| 8 He tenido pesadillas                   | 19 Se me han perdido útiles escolares  |
| 9 Tengo alergia a algo                   | 20 Colecciono algo                     |
| 10 Tengo muñecos de peluche              | 21 Trabajo para ayudar a mi familia    |
| 11 Una vez me dio flojera y no me bañé   |  |

### GUSTOS, INTERESES Y OPINIONES PERSONALES

- |                                  |  |
|----------------------------------|--|
| 1 Me gusta comer verduras        | 11 Me gustan los juegos de mesa        |
| 2 Me gusta ver televisión        | 12 Quiero ser grande (adulto)          |
| 3 Me gusta la lucha libre        | 13 Quiero seguir viniendo a la escuela |
| 4 Quiero estudiar guitarra       | 14 Me encanta el recreo                |
| 5 Soy el preferido de mi mamá    | 15 Me considero alto                   |
| 6 Me gusta usar tenis            | 16 Me gusta pelear                     |
| 7 Me gusta dibujar               | 17 Tengo problemas para hacer amigos   |
| 8 Mi comida favorita es la pizza | 18 Me gustan las fiestas               |
| 9 Me gusta los postres           | 19 Mis papás me quieren                |
| 10 Me gusta ir al baño           | 20 Me gusta enfermarme                 |

### CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

- |   |                                    |
|---|------------------------------------|
| 1 Me molesta cuando otros se burlan de mí         | 11 Creo que soy guapo(a)           |
| 2 Soy dormilón                                    | 12 Me da pena hablar en público    |
| 3 A veces me da miedo la obscuridad               | 13 Creo que soy listo              |
| 4 A veces lloro a solas                           | 14 Odio venir a la escuela         |
| 5 Me da vergüenza bailar                          | 15 A veces no me gusta como soy    |
| 6 Me enoja cuando me toca lavar los trastes       | 16 Me asusta la violencia          |
| 7 Me molesta que mis papás me apaguen la tele     | 17 Siento que a veces me maltratan |
| 8 Una película me hizo llorar                     | 18 A veces estoy enojado con todos |
| 9 Me alegra salir a jugar en la calle o el parque | 19 Soy mejor que todos             |
| 10 Soy tímido(a)                                  | 20 En ocasiones hago trampa        |
|   | 21 Me he sentido orgulloso de mí   |
|   | 22 A veces me da culpa             |
|   | 23 Me cuesta trabajo concentrarme  |
|   | 24 Me da miedo venir a la escuela  |

## EJEMPLOS DE “PREGUNTAS INCÓMODAS”

- 1 ¿Alguna vez te has robado algo? Opcional: ¿Qué?, ¿De dónde?
- 2 ¿Te gusta alguien de tu salón? Opcional: ¿Quién?, ¿Por qué?
- 3 ¿Alguna vez te enamoraste de alguna maestra? Opcional: ¿Cómo se llama?
- 4 ¿Has hecho trampa en un examen? Opcional: ¿Cómo?
- 5 ¿Alguna vez le echaste injustamente la culpa a alguien?  
Opcional: Cuenta lo que pasó
- 6 ¿De qué color es tu ropa interior? Opcional ¿Cuál es tu favorita?
- 7 ¿Alguna vez les mentiste a tus papás para que no te castigarán?  
Opcional: Cuenta lo que pasó

Éste juego es muy útil pero exige al coordinador un gran conocimiento del desarrollo social/afectivo de los niños, y un sólido manejo del grupo para que resulte serio pero al mismo tiempo divertido.

**CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) El nivel de conocimiento personal que tienen los participantes de sí mismos, (2) los sentimientos asociados a sus características físicas, familiares y psicológicas, y (3) sus habilidades para conocer y empatizar con otras personas. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno al autoconcepto, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dio cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no había notado antes? Mencionen una característica de su forma de ser que les gustaría cambiar. ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestros gustos, intereses y forma de

ser? ¿Qué podemos hacer para sentirnos mejor con lo que no nos gusta de nosotros mismos? ¿Descubrieron tener algunas características semejantes con algunos de sus compañeros? ¿Cuáles? ¿Cómo los hace sentir eso? ¿Por qué? Mencionen una cualidad que les gustó de alguna persona. Según lo que conocieron hoy ¿Con quién tienen más diferencias? ¿Se puede ser amigos cuando dos niños son muy diferentes? ¿Alguna vez alguien se burló o criticó alguna de sus características? Platiquen los detalles. ¿Cómo se sintieron? ¿Cómo se sentirían otros niños si ustedes se burlaran de ellos?

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reconocimiento consciente de sus gustos, intereses, aversiones y desintereses.
- Grado de correspondencia entre lo que piensa de sí mismo y sus características reales.
- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus gustos particulares.
- Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Habilidad para comprender las ideas, emociones y sentimientos de los otros.
- Disposición para escuchar y aceptar las opiniones de los demás, contrastarlas con las suyas y en su caso cambiar sus convicciones tomando en cuenta los comentarios de los otros.
- Reacciones al exponer cierta información a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desconfianza, autodesprecio, seguridad, etc.).

**3.5 ACTIVIDADES PARA EL AUTOCONCEPTO 60 min. 10-12 años.**
**CARAS Y GESTOS**
**OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso de sí mismo y de los demás mediante la identificación de los gustos, intereses y aversiones que definen a cada persona.

**MATERIAL**

16 tarjetas de cartulina y 2 sobres para cada jugador. Pizarra y marcador.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se forman dos equipos con el mismo número de integrantes, cada uno se reúne por separado en los extremos del área de juego. El coordinador reparte a los jugadores de ambos equipos dieciséis tarjetas, ocho con la leyenda *“a mí me gusta o me interesa”* y otras ocho con *“a mí no me gusta o no me interesa”*, las cuales deberán llenar de manera individual aunque se permite el apoyo de los miembros del equipo en caso de que así lo necesiten (máximo 5 palabras en cada tarjeta). Se otorgan 15 minutos para llenar las tarjetas y después cada participante las guarda en dos sobres diferentes con su nombre.

**EJEMPLOS DE GUSTOS Y “DISGUSTOS”  
(PARA LLENAR LAS TARJETAS DE “CARAS Y GESTOS”)**

ME GUSTA (O ME INTERESA)	NO ME GUSTA (O NO ME INTERESA)
1 Pasear en bicicleta	Que se burlen de mi
2 Dormir tarde	Barrer mi casa
3 Ir al cine	Hacer la tarea
4 Llevar mi perro al parque	Que me castiguen
5 Comer enchiladas	La gente presumida
6 Hacer enojar a mi hermano	Los bailables escolares
7 Mis ojos y mi pelo	Los exámenes
8 Jugar con mis amigos	Enojar a mi papá





2. Se reúnen los sobres de cada equipo por separado, manteniendo bien clasificados los sobres de “*me gusta*” y “*no me gusta*”. Se forma un semicírculo con un equipo en cada mitad de la herradura. El juego consiste en adivinar la mayor cantidad de tarjetas posible del equipo contrario, decodificando su contenido a través de la mímica que realizan los propios jugadores. Todos los integrantes de cada equipo se numeran con el fin de pasar en orden a hacer la representación mímica de las tarjetas que elijan. Primero pasará al frente el integrante número uno del primer conjunto y elegirá un nombre del equipo contrario, el coordinador le entregará los sobres de esa persona. A la cuenta de tres el jugador sacará una de las tarjetas del primer sobre, lo leerá y comenzará a hacer pantomima frente a sus compañeros para que ellos logren adivinar textualmente el enunciado ahí escrito. No se permite hacer sonidos ni decir palabras, tampoco se vale señalar objetos o imágenes, queda prohibido escribir o intentar que los compañeros “lean los labios”. El equipo que está adivinando puede decir tantas respuestas como lo desee y tiene derecho a preguntar el número de palabras que tiene el enunciado, incluso el “jugador mimo” puede indicarles la posición que ocupa cada una de las palabras que está intentando representar. El coordinador otorga 1 minuto y 45 segundos para adivinar el mayor número de tarjetas posible en cada oportunidad. Cuando alguien descubra un enunciado inmediatamente se sacará otra tarjeta para adivinar, y así sucesivamente hasta agotar las tarjetas de los dos sobres que corresponden a esa persona. Debe comenzarse siempre por las tarjetas “me gusta o me interesa” y sólo cuando se hayan agotado se abrirá las de “no me gusta o no me interesa”. Una vez que haya terminado el tiempo de un equipo, el coordinador detendrá el juego, contará el número de tarjetas descifradas correctamente, anotará en una pizarra la cantidad de aciertos y pasará el turno a la primera persona del equipo número dos. El juego se puede seguir repitiendo hasta que alguno de los dos equipos consiga adivinar todas las tarjetas o hasta que el tiempo de la sesión esté por terminar (lo que ocurra primero). Gana el equipo que logró descifrar la mayor cantidad de tarjetas.

### Consideraciones importantes

No se permite escoger dos veces consecutivas los sobres de una misma persona pues el propósito de la actividad es que el grupo tengan la oportunidad de conocer los gustos, intereses y aversiones de **todos** los participantes.

Este juego suele ser muy divertido pero se corre el riesgo de que los participantes se interesen más en la competencia que en la información personal que los niños están compartiendo, por este motivo el facilitador debe ser muy hábil para centrar la actividad tantas veces como sea necesario. Es muy importante que el coordinador haga énfasis en la información que se va revelando en el transcurso del juego, por eso es recomendable hacer algunas pausas entre turno y turno para hacer preguntas, comentarios y aclaraciones.

La actividad también se presta para hacer bromas sobre la información compartida por los compañeros, esto es bueno, pues se sabe que el sentido del humor mejora la cohesión del grupo, sin embargo cuando lo gracioso se convierte en burla debe ponerse un límite.

### **CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse en el piso para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) El nivel de conocimiento personal que tienen los participantes de sí mismos (2) los sentimientos asociados a sus gustos, intereses desintereses y “disgustos”, y (3) sus habilidades para conocer, empatizar y tolerar las diferencias con otras personas. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno al autoconcepto para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego?, ¿Alguien se dio cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no había notado antes? ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestros gustos, intereses y disgustos? ¿Descubrieron tener algunos gustos semejantes con ciertos compañeros?, ¿Cuáles? ¿Cómo los hace sentir eso? ¿Por qué? Mencionen algo que les gustó saber de alguna persona. Según lo que conocieron hoy ¿con quién tienen más diferencias de gustos? ¿Se puede ser amigos cuando dos niños son muy diferentes? ¿Alguna vez alguien se burló o criticó alguno de tus gustos o intereses? Platiquen los detalles. ¿Cómo se sintieron? ¿Cómo se sentirían otros niños si ustedes se burlaran de ellos?

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del dialogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad; de lo que se trata es de establecer una conversación fluida y flexible que brinde a cada participante la oportunidad de expresar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera libre y despreocupada, en una atmósfera de confianza, respeto y comprensión mutua. Los métodos de conversación recomendados por los *psicólogos del desarrollo* son siempre sistemáticos y buscan estimular el desarrollo de los niños, pero nunca deben convertirse en un interrogatorio mecánico y aburrido.

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reconocimiento consciente de sus gustos, intereses, aversiones y desintereses.
- Grado de correspondencia entre lo que piensa de sí mismo y sus características reales.
- Sentimientos favorables o desfavorables asociados a sus gustos particulares.
- Grado de conformidad general con las características propias (físicas, motoras, afectivas, intelectuales o sociales) detectadas en ésta sesión.
- Habilidad para comprender las ideas, emociones y sentimientos de los otros.
- Disposición para escuchar y aceptar las opiniones de los demás, contrastarlas con las suyas y en su caso cambiar sus convicciones tomando en cuenta los comentarios de los otros.
- Reacciones al exponer cierta información a sus compañeros (vergüenza, risa, miedo, desaliento, desconfianza, autodesprecio, seguridad, etc.).

3.6

JUEGOS PARA EL AUTOCONCEPTO

60 min.

10-12 años.

**ADIVINA QUIÉN****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un conocimiento más preciso y objetivo de las características propias a través de la opinión de otras personas.

**MATERIAL**

Mesas grandes y sillas. Tarjetas de cartulina (12 x 8 cms.). Marcadores o lápices.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se forman 2 equipos con el mismo número de integrantes cada uno. Cada equipo se coloca en una mesa grande, uno enfrente del otro, y se instala una pantalla en medio de las dos mesas con el fin de que ningún equipo pueda observar las tarjetas que se les entregarán.

Se entregan tres tarjetas de cartulina a cada participante para que escriban su nombre en cada una de ellas. Al terminar, cada jugador distribuirá una tarjeta en cada uno de los tres “montones” de tarjetas que el coordinador deberá recolectar. Teniendo los tres paquetes de tarjetas con los nombres de cada uno de los participantes, se entrega el paquete #1 a uno de los equipos y el #2 al otro; el tercer paquete se lo queda el facilitador para iniciar el juego.

Se pide a los equipos que distribuyan en su mesa las tarjetas que les fueron entregadas, éstas deberán acomodarse en filas y con el nombre hacia arriba. Las tarjetas deberán estar colocadas de tal manera que cada equipo solo pueda ver las de su propiedad pero no las del grupo contrario.

Para iniciar el juego cada equipo elige al azar una de las tarjetas del tercer paquete que está en manos del facilitador. Los equipos deberán mantener en estricto secreto el nombre escrito en esa carta, por ningún motivo pueden mostrarla a los oponentes.

El juego consiste en adivinar el nombre escrito en la *tarjeta secreta* del equipo contrario, mediante la elaboración de preguntas cerradas a las que sólo pueda responderse con un “sí” o un “no”. Cada equipo podrá preguntar solo una cuestión a la vez y se irán alternando los turnos.

Para adivinar el nombre de la persona que está en la tarjeta secreta del equipo rival se deberán formular preguntas relativas a las características físicas, sociales, afectivas o

informativas de todos los participantes, la idea es ir descartando nombres en función de las respuestas hasta encontrar la solución al enigma, por ejemplo:

- ¿La persona que ustedes tienen en la *tarjeta secreta* tiene el pelo largo? Si la respuesta es sí entonces el equipo voltea las tarjetas de las personas que tienen el pelo corto y deja hacia arriba sólo las que tienen el pelo largo, pues entre estas se encuentra el nombre del participante escrito en la *tarjeta secreta* de los contrincantes..
- ¿La persona que ustedes tienen le gusta el café? Si la respuesta es no entonces el equipo descarta todos los nombres de las personas a las que sí les gusta el café y dejará descubiertas sólo a las que no les gusta el café, pues entre estas está el nombre a encontrar.

No hay número de preguntas mínimo ni máximo, pero los equipos sólo podrán decir el nombre escrito en la tarjeta secreta del equipo contrario hasta que estén completamente seguros, pues si se atreven a mencionar el nombre de una persona antes de descartar todas las tarjetas corren el riesgo de equivocarse, y de ésta manera perder el juego pues sólo se permite decir una vez el nombre de la persona buscada. El equipo que adivine se lleva un punto, si ambos adivinan se les entrega 1 punto a los dos y si los dos fallan entonces no hay punto para ninguno.

El juego se repite varias veces, después de 6-10 rondas se cuentan los puntos y se declara campeón al que más puntaje acumuló.

### **CIERRE**

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en dos temas: (1) el nivel de conocimiento general que tienen los participantes de sí mismos y de los demás, y (2) la influencia de las otras personas sobre concepto individual. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué es necesario para ser efectivo en éste juego? ¿Qué tanto se conocen a sí mismos y a los otros? ¿Están de acuerdo en todas las características físicas, informativas y psicológicas que les imputaron? ¿Qué tan fácil o difícil fue hacer preguntas precisas sobre características no físicas? ¿Hay alguna característica personal nueva que descubrieron en ésta actividad? ¿Para qué nos sirve conocer con exactitud nuestras características y las de las otras personas?

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Pertinencia de las preguntas.
- Controversias respecto a contar o no con ciertas cualidades personales.
- Habilidad para atribuirse objetivamente ciertas cualidades a partir de las preguntas.
- Estrategias para recuperar información de las otras personas.
- Indicadores de incompatibilidad entre lo que el sujeto conceptualiza de sí mismo y lo que otros observan en él.

**3.7 ACTIVIDADES PARA LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL 60 min. 10-12 años.****EL MIEDO****OBJETIVO (S)**

Desarrollar la autorregulación emocional mediante el afrontamiento mediado de situaciones que pueden provocar miedo o inseguridad.

**MATERIAL**

Espacio amplio y libre de obstáculos (preferentemente cerrado). Colchonetas. Sillas y mesa pequeña.

**PROCEDIMIENTO**

1. El coordinador explica al grupo que durante ésta sesión realizarán una serie de juegos que podrían provocar miedo, por lo cual se necesita que todos confíen entre sí para superar las pruebas.

El primer juego consiste en hacer girar a cada participante dentro de un círculo formado por el grupo. Se pide a los jugadores formar una rueda muy compacta estando de pie, es recomendable que todos abran el compás de sus piernas colocando la más fuerte atrás y ubicando sus manos abiertas a la altura del pecho. Una persona pasa al centro con las manos cruzadas al frente a la altura de sus hombros, pone el cuerpo lo más rígido posible (como una tabla), cierra los ojos y se deja caer lentamente hacia adelante para ser sostenida por el grupo. Los niños deberán pasar de mano en mano a la persona para hacerla girar alrededor del círculo, deben ayudarse entre todos para que no haya puntos frágiles. Los jugadores pueden cambiar la dirección del giro de manera súbita, pueden dar un pasito hacia atrás para aumentar el ángulo de inclinación de la persona o pueden intentar pasarla de un punto cardinal a otro. Después de un minuto aproximadamente la persona abrirá sus ojos y cederá su lugar a la siguiente. Si un participante no logra realizar el ejercicio o abre demasiado rápido sus ojos, el coordinador lo alentará a respirar profundo, a comunicar lo que le ocurre y a intentarlo de nuevo.

2. Los participantes se alinean en dos filas frente a frente, cruzan sus antebrazos y se sujetan firmemente de las manos con el compañero que les corresponde (formando una red). Se coloca una silla o mesa pequeña en uno de los extremos de la red y se pide la participación de un voluntario; éste sube a la silla, se le vendan los ojos, se coloca de espaldas a la red y se deja caer como una tabla. No es válido adoptar la posición de sentado antes de lanzarse. El grupo debe recibirlo amortiguando su caída y distribuyendo el peso en todos los brazos. Una vez en la red se pueden hacer suaves movimientos de arriba abajo para transportar al compañero al final de la malla. Como medida de precaución se recomienda poner dos colchonetas en

el piso, aunque la actividad es bastante segura. Los participantes van pasando de uno en uno hasta terminar. Si algún niño se niega a participar, el coordinador deberá mediar la situación utilizando todos los recursos a su alcance: colocando un banco más pequeño, haciendo ensayos previos en una colchoneta, dándole estrategias de autoconvencimiento, apoyándolo con pequeños ejercicios de relajación, pidiéndole a sus compañeros que le platiquen su experiencia en el juego y permitiéndole que hable libremente de sus temores. Si después de la mediación un chico decide que no va hacer el ejercicio, se respetará su decisión y servirá para que el facilitador retome el tema de la autorregulación emocional al final de la sesión.

3. Éste ejercicio consiste en conseguir que cada participante corra rápidamente con los ojos vendados directamente hacia un muro para ser detenido poco antes por los demás compañeros. Se pide un voluntario para iniciar la actividad y se le lleva al extremo del área de juego. El resto de los participantes forma una fila a lo largo del “muro de choque” (sin sujetarse) y a una distancia de separación de dos metros aproximadamente. Se vendan los ojos del voluntario y a la señal del coordinador arranca a toda velocidad en dirección al muro, sus compañeros deberá estar totalmente atentos para capturarlo por la cintura y así evitar el choque. El ejercicio debe hacerse en absoluto silencio y la captura del voluntario se hará colaborativamente entre la mayor cantidad de compañeros posible. No se permite que la fila de chicos que forman la red de seguridad se adelanten para capturar al voluntario, lo adecuado es esperar el mayor tiempo posible hasta que él solito llegue a la red. Los participantes irán pasando voluntariamente de uno en uno hasta terminar el ejercicio. Se recomienda repetir el juego una vez más para observar los cambios, pues los niños suelen adquirir mayor confianza después de haber afrontado con éxito el primer intento. Al igual que en la actividad anterior, si un niño se niega a participar el coordinador deberá mediar la situación utilizando todos los recursos a su alcance: acortando la distancia del recorrido, haciendo ensayos previos con los ojos abiertos, dándole estrategias de autoconvencimiento, apoyándolo con pequeños ejercicios de relajación, pidiéndole a sus compañeros que le platiquen su experiencia en el juego y permitiéndole que hable libremente de sus temores. Si después de la mediación un chico decide que no va hacer el ejercicio, se respetará su decisión y servirá para que el facilitador retome el tema de la autorregulación emocional al final de la sesión.

## CIERRE

Para finalizar la actividad se pide a los participantes formar un círculo para conversar las experiencias y cerrar el juego. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la autorregulación emocional, la habilidad para afrontar el miedo y la exploración de las distintas estrategias que utilizan los niños para tranquilizarse, para ello el coordinador podrá valerse de todas las herramientas de **mediación** que estén a su alcance como: hacer preguntas,



poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les parecieron los juegos? ¿Cómo se sintieron durante las actividades? ¿Quién consiguió realizar todos los ejercicios? ¿A quién se le dificultó o no lo logró? ¿Por qué? ¿Cómo se sienten con ello? ¿Qué situaciones les hacen sentirse temerosos o con miedo? Que describan algunos ejemplos personales. ¿Cómo se siente el cuerpo cuando sentimos miedo? ¿Cómo se sienten después de superar un miedo? ¿Qué hacen para poder enfrentar o superar el miedo? Que describan algunas estrategias concretas. Que actúen alguna situación donde se siente temor y algunas estrategias para poder superarlo.

El coordinador cierra la actividad comunicando las conclusiones extraídas a partir de la conversación, e invita a los chicos que quieran conversar algún asunto privado relacionado con el tema a quedarse un rato más.

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Nivel de miedo observado en cada actividad.
- Estrategias utilizadas para regular o modular el miedo.
- Conductas y estrategias de apoyo mutuo para vencer el miedo.
- Influencias sobre el autoconcepto en función de su habilidad para regular ésta emoción.

## 3.8 JUEGOS PARA LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL 55 min. 10-12 años.

## CONTACTOS CIEGOS

## OBJETIVO (S)

Desarrollar las habilidades de expresión y comprensión de estados afectivos como elementos centrales para conseguir autorregulación emocional.

## MATERIAL

Salón o espacio amplio y libre de obstáculos. Pañoletas (vendajes). Fichas azules o rojas (de plástico, cartón o esponja). Canicas. Bolsitas tipo collar para recolección de fichas.

## PROCEDIMIENTO

1. El juego consiste en realizar ciertos contactos físicos entre todos los integrantes del grupo con los ojos vendados. Estando todos de pie, se entrega a cada jugador una pequeña bolsa de tela con un cordón suficientemente grande como para colgarse en el cuello (a manera de collar), también reciben 25 fichas azules que guardarán en su bolsa derecha del pantalón y 25 fichas rojas que pondrán en su bolsa izquierda. Todos se vendan los ojos y forman un círculo, el coordinador les explica que la misión es encontrar al mayor número de compañeros posible para realizar los contactos físicos que él irá indicando, por ejemplo:

- Saludarse de mano con mucho gusto.
- Dar un abrazo de felicitaciones.
- Hacer una caricia nariz con nariz.
- Dar el pésame tocando los brazos.
- Hacer un cariño en la pancita.
- Estrujar al compañero **simulando** estar enojado (sin exceso).
- Hacer una caricia en la cara.
- Tratar de consolar dando un abrazo.
- Dar pequeños empujones con el cuerpo **simulando** retar al otro (“echar bronca”).

El coordinador dará 1 minuto al grupo para realizar cada uno de los contactos de la lista anterior. A la señal del facilitador todos empezarán a caminar con los ojos vendados hacia el centro del salón en busca de otro compañero, cuando lo encuentren se pondrán de acuerdo brevemente para saber quien hará primero el contacto, si al compañero le parece que hizo **correctamente** el acercamiento entonces le entregará una ficha azul de su bolsa derecha, si en cambio considera que el contacto **no** corresponde a lo que se está pidiendo le entregará una ficha roja de su bolsa izquierda; la entrega debe hacerse en completo silencio para dejar con la incertidumbre a los jugadores. Las fichas recibidas deberán guardarse en la bolsita que cuelga de su cuello. Una vez que cada pareja termine de darse el contacto se

separarán para encontrar a otro jugador libre y repetir el ejercicio. No se vale que una pareja realice el mismo contacto dos veces, si durante la actividad vuelven a encontrarse deberán separarse y buscar otra persona. El facilitador estará atento a que durante los traslados se guarde absoluto silencio, pues se trata de encontrar a los demás utilizando el tacto y no la voz. Se pueden realizar todos los contactos que alcancen hasta que el coordinador diga “¡alto!”, cuando esto ocurra ya nadie podrá moverse. El juego se reinicia cuando el facilitador mencione la siguiente forma de contacto.

Al terminar todos los ejercicios los participantes se descubren los ojos y hacen el conteo de sus fichas, gana el niño que haya recolectado la mayor cantidad de fichas azules, eso significa que sus compañeros evaluaron bien muchos de sus contactos.

Para cerrar ésta primera fase del juego se pregunta a los jugadores cómo se sintieron, cómo les fue en la recolección de fichas y se les pide mostrar algunos ejemplos de contactos que merecieron ficha roja (mal realizados).

2. Se repite el ejercicio anterior pero ahora se entrega a cada participante 25 canicas para calificar los ejercicios bien realizados. Cuando alguien hace inadecuadamente un contacto su compañero le dará una ficha, en cambio, si lo hace correctamente recibirá una canica, esto permite a los jugadores evaluar su conducta y corregirla para obtener el mayor número de canicas posible. Como éste es un juego de criterio personal, no se vale que los participantes reclamen por no haber recibido la canica que esperaban, todos éstos incidentes se platicarán al momento del cerrar la actividad.

## **CIERRE**

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la habilidad para comunicar los mensajes emocionales que se desea transmitir a través contacto físico , (2) los sentimientos asociados a la interacción corporal con otras personas (vergüenza, miedo, desconfianza, tranquilidad, gusto, etc), y (3) la habilidad para adaptar los contactos físicos en función de las preferencias de los demás. El facilitador estará atento a centrar la conversación en torno a la expresión y comprensión de la emociones como elemento esencial de la autorregulación emocional, para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Qué les pareció lo más difícil? ¿Cómo les fue en la recolección de fichas y caicos? ¿Para qué se usa el contacto físico entre las personas? ¿Se les facilita expresar con su cuerpo lo que piensan o sienten? ¿Alguien ha tenido problemas por no saber expresar correctamente con su cuerpo un mensaje? Den algunos ejemplos (una pelea por tocar demasiado brusco a un compañero, provocar el llanto de un hermano por abrazar demasiado fuerte, perder el lugar en una fila por no saber cómo oponerse, etc.) ¿Alguna vez han fingido una emoción? Comenten algunos ejemplos. ¿Cómo se sienten al tocar a otras personas (familiares, amigos, extraños, etc.)? ¿Descubrieron alguna cualidad de sí mismos durante éste juego? ¿Alguien se dio cuenta de alguna característica (negativa o positiva) que no había notado antes?

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del dialogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad.

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Reconocimiento consciente de su habilidad o inhabilidad para comunicar mensajes a través del contacto físico.
- Reacciones afectivas al recibir y proporcionar contacto físico.
- Habilidad para corregir sus errores en la comunicación no verbal.

**3.9 ACTIVIDADES PARA LA AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL 55 min. 10-12 años.****RELAJACIÓN MUSCULAR****OBJETIVO (S)**

Promover el desarrollo de la autorregulación emocional mediante la conciencia corporal y el aprendizaje de una técnica de relajación muscular.

**MATERIAL**

Colchonetas, cobijas o tapetes de hule espuma. Grabadora y CD de música apacible. Espacio amplio, ventilado y en lo posible silencioso. Sillas (opcional).

**PROCEDIMIENTO**

1. Se distribuyen por todo el salón colchonetas o tapetes de espuma y se reproduce música tranquila a bajo volumen. Los niños elijen un lugar y se recuestan lentamente observando hacia el techo. El coordinador les pide respirar profundamente 3 veces consecutivas y luego todos deben cerrar los ojos. Se solicita absoluto silencio.
2. La actividad consiste en lograr una relajación generalizada mediante la contracción y distensión ordenada de las partes del cuerpo, se comenzará en la cabeza y se culminará en los pies. El coordinador irá indicando el segmento corporal que los niños deben detectar conscientemente y después les pedirá que lo contraigan 3 segundos para luego relajarlo en su totalidad:

*“Para relajarnos deben cumplir todas mis órdenes, sólo hagan caso a mi voz. A partir de éste momento queda prohibido hacer ruidos. Vamos a comenzar. Concentren su atención exclusivamente en su nuca, sean conscientes de su posición y temperatura, ahora apriétenla lo más fuerte que puedan hasta que cuente tres, fuerte, muy fuerte, más...uno, dos, tres... relajen... suelten completamente su nuca, descansen, no deben sentir fuerza en ésta parte de su cuerpo. Inhalen (se dejan pasar 3 segundos)... Exhalen... Ahora concéntrese en sus ojos, siéntanlos, sólo sus ojos, cuando cuente tres los apretarán muy fuerte y los relajarán hasta que yo vuelva a contar tres... uno, dos, tres, aprieten fuerte... uno, dos..no dejen de apretar, tres... suelten... relajados, sin tensión...” (y así sucesivamente hasta llegar a los pies).*

Las instrucciones deben darse de manera lenta, pausada y utilizando una voz profunda. Aunque es extraño que ocurra, si durante la actividad algunos niños muestran molestia, adormecimientos o disminución de la sensibilidad se les recomendará abrir los ojos, interrumpir un momento la relajación y moverse un poco hasta sentirse bien nuevamente. Esta actividad permite distender todos los músculos y aumentar el nivel de conciencia corporal.

3.- Cuando se haya llegado a los pies el coordinador dirá:

*“Ahora sean conscientes de todo su cuerpo. Sientan la diferencia entre estar tenso y estar relajado. Muy lentamente intenten sujetar la muñeca de su mano izquierda con su mano derecha, si su cuerpo no responde no se preocupen. Desde éste momento ustedes podrán sentirse tan tranquilos como ahora con sólo tomar su muñeca de la mano izquierda, cuando se sientan tensos utilicen esto para relajarse... Respiren profundo... voy a contar del uno al treinta, poco a poco recuperen la fuerza pero sin moverse, cuando escuchen el número treinta abran lentamente sus ojos y comiencen a parpadear, no se levanten: uno, dos, tres, cuatro.... treinta”.*

Si alguno de los participantes se queda dormido en ésta última parte del ejercicio debe respetarse su siesta, y sólo se le despertará cuando sea el momento de que todos abran los ojos (pueden utilizarse instrucciones en su oído o suaves contactos en la cara para no asustarlo).

4.- Cuando todos los niños hayan abierto sus ojos se les pide tratar de sentarse poco a poco y después se les invita a estirar su cuerpo como cuando acaban de despertar. Paulatinamente se van poniendo de pie.

## CIERRE

Para finalizar la actividad se pide a los participantes formar un círculo y sentarse en sus sillas para conversar las experiencias y cerrar el juego. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la autorregulación emocional, la habilidad para relajarse y la exploración de las distintas estrategias que utilizan los niños para tranquilizarse, para ello el coordinador podrá valerse de todas las herramientas de **mediación** que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron durante la relajación? ¿Quién consiguió relajarse? ¿A quién se le dificultó o no lo logró? ¿Quién se compromete a repetir éste ejercicio en sus casas? Se anotan los nombres para preguntarles sobre los resultados la siguiente sesión. ¿Para que servirá relajarnos? ¿Qué situaciones les hacen sentirse tensos o “estresados”? Que describan algunos ejemplos personales. ¿Cómo se siente el cuerpo cuando estamos tensos? ¿Qué hacen cuando se sienten tensos o “estresados”? ¿Qué hacen para recuperar la tranquilidad? Que actúen alguna situación donde se está muy tenso y algunas estrategias para recuperar la tranquilidad.

El coordinador cierra la actividad comunicando las conclusiones extraídas a partir de la conversación con los chicos.

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Habilidad para seguir consistentemente todas las instrucciones.
- Signos de inquietud o realización de interrupciones durante la actividad.
- Nivel de relajación alcanzada.
- Opiniones respecto a las situaciones que le causan tensión o “estrés”.
- Estrategias que dice utilizar para afrontar los problemas o para recuperar la tranquilidad.

3.10 JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD 60 min. 10-12 años.

**MOONSTRO, RATÓN Y PERSONA (ASERTIVIDAD 1)****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un estilo de relación asertivo que permita a los participantes establecer interacciones sociales más satisfactorias, beneficiosas, respetuosas y adaptativas.

**MATERIAL**

Laminas o carteles de los estilos de relación. Regalo sorpresa. Espacio cerrado y privado.

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo se divide en 2 filas con el mismo número de integrantes acomodándose hasta quedar frente a frente. A la fila uno le corresponde la palabra “**SI**” y a la dos la palabra “**NO**”. El juego consiste en realizar entre las filas una escalera de contestaciones que avanza desde la sumisión hasta la agresión. A la señal del coordinador los niños de la fila uno dirán “**siiii**” (usando una expresión inhibida, sometida y pasiva), y los de la dos responderán “**nooo**” utilizando igualmente una expresión sumisa; sin hacer pausas la fila uno volverá a insistir con su afirmación pero ahora aumentando un poco la intensidad de la voz (“**sii**”), de la misma manera recibirán una negativa de la fila dos un tanto más enfática (“**noo**”), y así alternadamente ambos equipos irán incrementado el énfasis de su expresión hasta llegar a contestaciones claramente violentas.

Se repite el ejercicio anterior pero ahora la fila uno dirá “**vamos**” y la dos responderá “**no quiero**”. En ésta ocasión el coordinador debe pedir más precisión en los ensayos y corregir las posturas, gestos, tonos de voz y contacto visual de los jugadores.

Se realiza una última escalera de contestaciones pero ahora yendo en sentido inverso: de la agresión a la pasividad. La fila uno dirá “**préstame**” y la dos “**no tengo**”. Al terminar, el facilitador pregunta brevemente a los participantes ¿Qué tipo de expresiones les resultaron más fáciles? (sumisas/equilibradas/agresivas), y les hace notar la importancia de la postura, el contacto visual y los gestos para poder enfatizar lo que decimos. Éste juego permite al mediador introducir al tema de la asertividad y evaluar el estilo de relación preferencial con que cada participante llega.

2. Estando el grupo en semicírculo, el coordinador les anuncia que va a presentar a continuación las *tres modalidades o estilos de comportamiento social* que existen: (a) *ratón*, (b) *monstruo* y (c) *persona*. El uso de éstos términos para referirse a los estilos de relación es sólo con el fin de incluir a los alumnos en una especie de juego simbólico que les resulte más atractivo (con niños más grades de 5º o 6º de primaria pueden usarse los términos pasivo/asertivo/agresivo).



El coordinador comienza explicando las propiedades del *estilo de relación pasiva (ratón)*, les comenta que las personas que tienen éste estilo se caracterizan por no poder ver directo a los ojos, tener posturas agachadas o tímidas, voz suave y suplicante, no se defienden cuando alguien los agrede, tienen dificultad para expresar lo que piensan y sienten, etc. Mientras explica, el facilitador debe ir actuando con claridad cada característica y platicando ciertas situaciones infantiles donde se ejerce éste tipo de relación social; por ejemplo, describirá la reacción de un niño sumiso que deja que otros compañeros lo empujen para quitarle su lugar en la fila de la cooperativa. Para cautivar aún más la atención de los participantes se recomienda mostrar láminas con las características de las personas pasivas o cartulinas con imágenes para los niños más pequeños. A continuación aparece una lámina donde se describen sencillamente los indicadores y cualidades del estilo de relación pasiva.

ESTILO DE RELACIÓN PASIVO (RATÓN)	
Indicador	Característica
Contacto visual	Hacia abajo, divergente
Postura de la cabeza y hombros	Caída, hombros bajos
Tono de voz	Bajo, suplicante, titubeante
Distancia corporal	Lejana o en extremo cercana
Expresión facial	Retraída, flácida, tímida, avergonzada, preocupada
Fluidez verbal	Permisiva, dando rodeos
Relación con las personas	No expresa sus ideas y sentimientos (o lo hace demasiado tarde), no se defiende, reclama tímidamente, se disculpa por todo, se pone en segundo lugar, insegura, siempre respeta reglas.



Al terminar de explicar las características del *estilo pasivo (ratón)*, el facilitador pedirá a todos los niños que traten de adoptar la actitud pasiva con todas sus cualidades; cuando lo hayan conseguido, cada uno pasará al centro del grupo y dirá la frase “**no me pegues**” manteniendo todas las cualidades que lo distinguen (voz, cuerpo, mirada, etc.). Los mismos chicos opinarán sobre la calidad de actuación de cada participante y se ayudarán a adoptar la *actitud sumisa* correcta.

En segundo lugar se revisan las características del *estilo agresivo (monstruo)*. El coordinador les comenta que las personas que tienen éste estilo de relación se caracterizan por expresar lo que piensan y sienten (pero sin considerar a los demás), ven directo a los ojos, mantienen la postura alta y desafiante, usan una voz cortante y burlona, sí se defienden pero agreden en exceso a la persona que los ataca, imponen sus opiniones y no tienen la habilidad para negociar o llegar a acuerdos. Mientras explica, el facilitador debe ir actuando con claridad cada característica y platicando ciertas situaciones infantiles donde se ejerce éste tipo de relación social; por ejemplo, describirá a un niño que les quita sus cosas a los compañeros sólo para burlarse de ellos, les pone apodosos y si lo denuncian con el profesor los amenaza con golpearlos al salir de la escuela. Para lograr cautivar completamente la atención de los participantes se recomienda mostrar láminas con las características de éste tipo de relación. Como la que aparece a continuación:

ESTILO DE RELACIÓN AGRESIVO (MONSTRUO)	
Indicador	Característica
Contacto visual	Directo a los ojos
Postura de la cabeza y hombros	Altos, altivos, retando
Tono de voz	Alto, cortante, definitivo,
Distancia corporal	Invasiva, cercana
Expresión facial	Contraída, amenazante
Fluidez verbal	Intrusiva, interrumpe, no escucha, acaparadora
Relación con las personas	Expresa lo que piensa y siente pero sin considerar a los demás, agrede, impone sus opiniones, no sabe negociar ni llegar a acuerdos, descalifica, no acepta errores, se defiende, insulta, rompe reglas.



Cuando se termine de explicar las características del estilo agresivo (monstruo), el facilitador pedirá a todos los niños que traten de adoptar la actitud agresiva con todas sus cualidades; cuando lo hayan conseguido, cada uno pasará al centro del grupo y dirá la frase “**no me pegues**” manteniendo todas las cualidades que lo distinguen (voz, cuerpo, mirada, etc.). Los mismos chicos opinarán sobre la calidad de actuación de cada participante y se ayudarán a adoptar la actitud agresiva correcta.

En tercer lugar se revisan las características del *estilo asertivo (persona)*. El coordinador les comenta que las personas que tienen éste estilo de relación se caracterizan por expresar lo que piensan y sienten (respetando siempre a los demás), ven a la cara, mantienen una postura firme pero tranquila, usan un tono de voz medio, saben escuchar, no interrumpen al otro, defienden sus derechos sin agredir a los demás, tienen habilidad para negociar

y saben llegar a acuerdos. Mientras explica, el facilitador debe ir actuando con claridad cada característica y platicando ciertas situaciones infantiles donde se ejerce éste tipo de relación social; por ejemplo, describirá a un *niño asertivo* que le pide a su compañero la pelota que le acaba de quitar, si no se la regresa hace un intento por recuperarla, y si no tiene éxito acude con su maestro a denunciar firmemente lo sucedido, en caso de que su profesor no lo apoye va con el director hasta recuperar su pelota. Para mayor claridad se recomienda mostrar láminas con las características de éste tipo de relación como la que aparece a continuación:

ESTILO DE RELACIÓN ASERTIVO (PERSONA)	
Indicador	Característica
Contacto visual	A la cara en general.
Postura de la cabeza y hombros	Rectos, equilibrados.
Tono de voz	Medio, haciendo inflexiones según el contenido de lo expresado.
Distancia corporal	Regular, no invasiva, respetuosa
Expresión facial	Tranquila, equilibrada
Fluidez verbal	Modulada, alternada con la otra persona, escucha y responde.
Relación con las personas	Expresa sus pensamientos y sentimientos respetando a los demás, se defiende sin agredir, respeta reglas, sabe negociar y llegar a acuerdos, acepta los errores, pone límites cuando es necesario, sabe decir “no”.



Cuando se termine de explicar las características del estilo asertivo (persona), el facilitador pide a todos los niños que traten de adoptar la actitud asertiva con todas sus cualidades; cuando lo hayan conseguido, cada uno pasará al centro del grupo y dirá la frase “**no me pegues**” manteniendo todas las cualidades que lo distinguen (voz, cuerpo, mirada, etc.). Los mismos chicos valorarán la calidad de actuación de cada participante y se ayudarán a adoptar la actitud asertiva correcta. Es importante que el mediador haga más énfasis en practicar éste estilo, pues es precisamente la asertividad el tipo de relación que se desea desarrollar en los niños.

3. Para terminar la actividad se solicita a los participantes ponerse de pie y ensayar los tres estilos de relación de manera grupal (pasivo/agresivo/asertivo) repitiendo las siguientes frases:

- “No me pegues”
- “Quiero jugar”
- “Yo no tuve la culpa”

Cada frase debe decirse comportándose como ratón, monstruo y persona (en ése orden). El jugador que falle en algún intento recibirá un “ataque de cosquillas” de todo el grupo, y el que lo haga mejor, un pequeño regalo sorpresa (lápiz decorado, libro para iluminar, goma con caricatura impresa, etc.).

## CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias y cerrar el juego. El diálogo debe centrarse esencialmente en cuatro temas: (1) la claridad de los aspectos que caracterizan cada estilo de interacción social revisado, (2) la identificación del estilo de relación preponderante que usa cada niño, (3) las ventajas y desventajas que cada participante obtiene por su estilo particular de relación, y (4) la habilidad para acercarse al dominio de un estilo asertivo. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la **asertividad** para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, escenificar situaciones utilizando títeres, dar conclusiones verbales o escritas, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Qué estilos de relación revisamos hoy? ¿Cuáles son las diferencias entre los tres? ¿Conocen a alguien que corresponda a cada uno de los estilos? (monstruo/ratón/persona), ¿En cuál estilo de relación se ubican ustedes? ¿Para qué nos sirve darnos cuenta de nuestro estilo de relación? ¿Qué desventajas y ventajas les ha traído ése estilo? ¿Les convendría cambiar su estilo de relación? ¿Quieren cambiar su estilo de relacionarse con las personas? ¿Qué ventajas y desventajas creen que tenga el estilo asertivo? ¿Qué podemos hacer para ser más asertivos?

**Nota:** el coordinador no está obligado a plantear todas la preguntas anteriores, éstas sólo son un recurso para facilitar la apertura del diálogo que permitirá conseguir el cierre correcto de la actividad; de lo que se trata es de establecer una conversación fluida y flexible que brinde a cada participante la oportunidad de expresar sus ideas, opiniones y sentimientos de manera libre y despreocupada, en una atmósfera de confianza, respeto y comprensión mutua. Los métodos de conversación recomendados por los psicólogos del desarrollo

son siempre sistemáticos y buscan estimular el desarrollo de los niños, pero nunca deben convertirse en un interrogatorio mecánico y aburrido.

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Estilo natural de relación social (o en el que manifiesta mayor dominio).
- Habilidad o inhabilidad para practicar con precisión los tres estilos de relación.
- Identificación de su estilo de relación preponderante y grado de correspondencia con la realidad.
- Reconocimiento preciso de ventajas y desventajas del estilo de relación social que utiliza actualmente.
- Grado de disposición manifiesto para cambiar a un estilo asertivo.

**3.11 JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD 60 min. 10-12 años.****TÍTERES (ASERTIVIDAD 2)****OBJETIVO (S)**

Desarrollar un estilo de relación asertivo que permita a los participantes establecer interacciones sociales más satisfactorias, beneficiosas, respetuosas y adaptativas. Desarrollar el concepto de “derechos” para saber ejercerlos y respetarlos.

**MATERIAL**

Múltiples títeres de todo tipo (hombres, mujeres, niños, adultos, diferentes vestuarios, animales)

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo forma un círculo estando todos de pie. El juego consiste en hacer un gesto gracioso, curioso o extraño con la cara y después simular lanzárselo a otro jugador para que éste lo imite. El juego comienza cuando un voluntario hace una mueca peculiar, la mantiene por tres segundos en su cara, finge quitarse el gesto con su mano y lo lanza a otro participante, éste a su vez debe imitar fielmente el guiño que le han aventado y después inventar una nuevo gesto, se lo quita y lo lanza a otro participante, y así sucesivamente hasta que todo el grupo haya participado. Este juego resulta muy divertido y sirve de introducción para la actividad principal de asertividad.
2. El coordinador pregunta a los participantes si recuerdan los tres estilos de relación social estudiados la sesión anterior y les pide que expliquen cada uno (pasivo/agresivo/asertivo).

El facilitador pregunta a los niños si alguna vez alguien les ha hecho algo que no se valga y los invita a platicar algunos ejemplos. Se les pide describir la siguiente información:

- a) El lugar donde ocurrió (casa, calle, escuela, mercado, etc).
- b) Los participantes en el suceso (amigos, papás, maestros, extraños, abuelos, etc.).
- c) El estilo de relación que adoptó cada uno de los participantes (agresivo/ pasivo/asertivo).
- d) Los detalles del problema (inicio, desarrollo y desenlace).

### EJEMPLOS DE HISTORIAS (lo que no se vale que me hagan)

- 1 En la fila de las tortillas una señora se metió sin permiso delante de mí, cuando le reclamé ella dijo que me callara y aprendiera a respetar a mis mayores...
- 2 El director de la escuela me castigó porque un niño me acusó falsamente de romper una ventana y no me dejó defenderme...
- 3 Una maestra me quitó el examen porque dice que yo estaba copiando aunque esto no es cierto...
- 4 Mi mamá me castigó por no querer prestarle mis juguetes a mi hermanito, aunque le expliqué que no se los prestaba porque ya me había roto muchos.
- 5 El maestro me regañó y me puso en ridículo frente a mis compañeros por levantarme a ayudarlo a un compañero con su trabajo, él mismo dijo que ayudáramos a los que no pudieran hacer el ejercicio...
- 6 El profesor me quitó un punto por atreverme a corregirle una información que era falsa: dijo que los delfines eran peces y yo le aclaré que eran mamíferos mostrándole un libro...
- 7 Cuando mis primos van al parque a jugar futbol no me quieren juntar porque dicen que soy niña y el fut es sólo para niños... Si me meto al campo me empujan y me quitan el balón...
- 8 Un niño de mi escuela me "agarró" saliendo de clases porque choqué con él en el recreo, fue un accidente, intenté escapar corriendo a mi casa pero me alcanzó y me golpeó tirado en el piso...

Se escuchan con atención las historias y finalmente se pide a los niños que expliquen por qué creen que no se vale lo que les han hecho. En el caso de niños pequeños (6-8 años) el facilitador debe ser muy directivo para que logren contar la mayor cantidad de detalles posible. Después de escuchar 3-4 anécdotas los chicos deberán elegir dos de ellas.

Las historias elegidas se representarán organizando una **función de títeres** que serán manejados por los propios niños. El número de personajes estará definido por la cantidad de personas que participaron en cada historia (comúnmente 3 a 5). Se forman dos equipos y se les asigna una historia. En caso de que el número de personajes sea pequeño pueden montarse tres historias y formarse tres equipos para que todos los chicos participen. Una vez formados los equipos el facilitador les da a elegir entre muchos títeres y les comunica que tienen 8 minutos para montar la obra. El único requisito es que todos participen y que traten de actuar la historia tal como la contaron, sobre todo respetando el estilo de relación (agresivo/ pasivo/ asertivo) de cada personaje.

Transcurridos los 8 minutos, el primer equipo pasa a actuar su obra teniendo como público al resto de sus compañeros, éstos calificarán la calidad de las actuaciones y al final se hacen comentarios. El facilitador debe preguntar a los compañeros que observaron la obra si los personajes se apegaron al estilo de relación que debían actuar, y si están de acuerdo en que esa historia es un ejemplo de haberle hecho a su compañero algo que no se valía (transgredido un derecho). Se obtienen conclusiones y se hace lo mismo con la(s) otra(s) obra(s).

*Las historias que cuentan los niños son muy variadas y su contenido depende del nivel de desarrollo intelectual y social/afectivo que tengan. Lo que para un niño pequeño es un acto que va contra sus derechos, para otro más grande quizá sea simplemente una obligación personal; por ejemplo, muchos pequeños afirman que **no se vale que su mamá les apague la tele para que hagan su tarea, o que no se vale que a su hermanito le den biberón y a él no**, sin embargo, un niño de mayor edad y desarrollo entenderá que éstas situaciones son completamente válidas, pues la primera es una obligación (hacer la tarea) y la segunda un privilegio exclusivo de cierta edad (tomar biberón).*

3. Conservando los mismos equipos se pide a los niños que vuelvan a representar las obras pero ahora cambiarán los estilos de relación originales de los personajes, por ejemplo, **si el niño de una historia había reaccionado con un estilo pasivo ahora será agresivo, si la mamá había actuado asertiva ahora actuará sumisa, si el hermano había respondido agresivo ahora actuará asertivo, etc.** Obviamente al hacer estas modificaciones la trama y desenlace de la historia también cambiarán, pero precisamente esto ayudará a los participantes a reconocer la importancia de los estilos de interacción social. Se da a los equipos 10 minutos para que monten otra vez las obras y vuelven a presentarlas. El papel del coordinador es crítico para estimular la creatividad e improvisación de los niños al estar obligados a pensar en una trama un tanto distinta.

Se evalúan otra vez las actuaciones, se vuelve a analizar la importancia de los estilos de relación y se obtienen conclusiones.

4. Para finalizar la actividad los equipos deberán actuar una vez más su historia pero en ésta ocasión en lugar de los títeres ellos mismos serán los actores de “carne y hueso”. Ésta vez el papel del niño protagonista de cada historia debe adoptar un **estilo asertivo** para ver cómo hubieran resultado las cosas. También se sugiere dejarle éste papel protagónico al propio niño que contó y vivió la situación real. Se dan sólo tres minutos para tomar acuerdos y se presentan las obras. Al finalizar se obtienen conclusiones.

## CIERRE

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1)



las ventajas y desventajas que cada participante obtiene por su estilo particular de relación, (2) la conceptualización que tienen de los derechos y la justicia, y (3) la habilidad para acercarse al dominio de un estilo asertivo. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la **asertividad** para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, escenificar situaciones utilizando títeres, dar conclusiones verbales o escritas, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿En cuál estilo de relación se ubican ustedes? ¿Qué opinan de las historias que representamos hoy? ¿Cuál estilo les cuesta más trabajo? ¿Se puede ser asertivo a pesar de estar enojado o con miedo? ¿Qué es algo injusto? Den ejemplos (se vale/no se vale) ¿Qué ventajas y desventajas creen que tenga el estilo asertivo? ¿Qué podemos hacer para ser más asertivos?

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Estilo natural de relación social (o en el que manifiesta mayor dominio).
- Habilidad o inhabilidad para practicar con precisión los tres estilos de relación.
- Reconocimiento preciso de ventajas y desventajas del estilo de relación social que utiliza actualmente.
- Nivel de conceptualización de derecho y justicia (se vale/no se vale).
- Grado de disposición manifiesto para cambiar a un estilo asertivo y habilidad para conseguirlo.

## 3.12 JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD 60 min. 10-12 años.

## TEATRO (ASERTIVIDAD 3)

**OBJETIVO (S)**

Desarrollar un estilo de relación asertivo que permita a los participantes establecer interacciones sociales más satisfactorias, beneficiosas, respetuosas y adaptativas. Desarrollar el concepto de “derechos” para saber respetarlos.

**MATERIAL**

Ropa y accesorios para caracterizarse (disfrazarse). Espacio cerrado y privado.

**PROCEDIMIENTO**

1. El coordinador expone brevemente al grupo los estilos de relación que se han estado revisando.

## ESTILO DE RELACIÓN SOCIAL

PASIVO (RATÓN)	ASERTIVO (PERSONA)	AGRESIVO (MOSTRUO)
No expresa sus ideas y sentimientos (o lo hace demasiado tarde), no se defiende, reclama tímidamente, se disculpa por todo, se pone en segundo lugar, insegura, siempre respeta reglas.	Expresa sus pensamientos y sentimientos respetando a los demás, se defiende sin agredir, respeta reglas, sabe negociar y llegar a acuerdos, acepta los errores, pone límites cuando es necesario, sabe decir “no”.	Expresa lo que piensa y siente pero sin considerar a los demás, agrede, impone sus opiniones, no sabe negociar ni llegar a acuerdos, descalifica, no acepta errores, se defiende, insulta, rompe reglas.

2.- Se pregunta a los niños si alguna vez se metieron en problemas por haber hecho *algo “que no se valiera”*, y se les invita a platicar detalladamente los incidentes:

- El lugar donde ocurrió (casa, calle, escuela, mercado, etc).
- Los participantes en el suceso (amigos, papás, maestros, extraños, abuelos, etc.).
- El estilo de relación que adoptó cada uno de los implicados en el problema (agresivo/ pasivo/ asertivo).
- Los detalles del problema (inicio, desarrollo y desenlace).

## EJEMPLOS DE HISTORIAS (lo que no se vale que yo les haga a otros)

- 1 Un día le metí el pie a un compañero para tumbarlo, sólo quería divertirme, al caer se pegó en la boca y le salió sangre, el director me regañó muy fuerte pero yo lo dejé hablando solo, la mamá del niño me reclamó al salir de clases, me pidió que me disculpara con su hijo y yo le dije que me valía lo que le pasara a su hijo. Me suspendieron dos días sin ir a la escuela.
- 2 En una ocasión llevé una historieta a la escuela, la saqué en la clase de matemáticas, me levanté para presumírsela a un amigo, el maestro me descubrió y me pidió que me sentara, yo le dije que no, entonces el profesor me amenazó con ir a sentarme él mismo, yo le dije que fuera a sentarme si se atrevía, él fue hacia mi y me quitó la revista, dijo que me la devolvería hasta que yo me sentara, la puso en su escritorio, no me senté y en un descuido la recuperé, el profesor se molestó mucho y me pidió que la devolviera, intentó perseguirme pero yo corrí burlándome de él, otro compañero logró arrebatarme la historieta y se la entregó al profe, él me dijo que no me la devolvería hasta la próxima semana, le dije que se la quedara y me salí del salón azotando la puerta y gritándole una grosería. Me reprobaron en matemáticas y me quedé sin recreo 3 días.
- 3 Un día mientras veía la televisión mi mamá me apagó la tele y me mandó a lavar los trastes, yo le dije que en un ratito lo hacía y volví a encenderla, un poco después regresó y me gritó que fuera a lavarlos ya, le pregunté que por qué sólo me tocaban a mí y no a mi hermanita de 4 años, me puse a llorar del coraje, mi mamá me jaloneaba para llevarme a la cocina, yo me resistía diciéndole que no la quería y que me dejara en paz, como no me soltaba le di una patada, me soltó y me encerré en el baño. Después de un tiempo mi mamá tocó la puerta para decirme que dejara de hacer drama y que la acompañara a recoger a mi hermanita del kínder, yo sí quería ir porque me da mucho miedo quedarme sola, pero le grité que se fuera. Al final me quedé con mucho miedo hasta que llegó mi papá. Hubo una pelea entre ellos porque a mi papá no le gusta que mi mamá me deje sola (me sentí mal por eso).

Se escuchan con atención las historias tratando de que cada participante identifique a las personas que perjudicó con sus actos y que justifique por qué cree que lo que hizo no “se vale”.

Se forman dos equipos y cada uno elige una de las historias que acaban de escuchar. El juego consiste en representar las escenas seleccionadas como si fuera una obra de teatro.

Los equipos cuentan con 10 minutos para preparar la historia. Todos deben tener un papel en la obra y adoptar con precisión el estilo de relación de la persona que les tocó representar (monstruo/ratón/persona). Se entrega a cada equipo un montón de ropa y accesorios que pueden usar para caracterizar a sus personajes (opcional). El coordinador debe apoyar el montaje de las obras favoreciendo el enriquecimiento de los diálogos, la improvisación y la realización de ensayos conductuales que se apeguen a los estilos de relación de cada personaje.

Al cumplirse el tiempo de preparación el primer grupo pasa a mostrar su obra. Los demás compañeros son el público y tienen la responsabilidad de evaluar las actuaciones. Al terminar la presentación, el coordinador favorece un análisis grupal sobre la obra centrándose en la calidad de las actuaciones y el contenido de la historia (¿Por qué se originó el problema? ¿La forma de afrontarlo fue la adecuada? ¿Qué hubiera podido hacerse para solucionarlo?). En cuanto termina el análisis de su obra el equipo vuelve a actuar la historia pero ahora tomando en cuenta las opiniones que acaban de escuchar. Sólo se otorga un minuto para que se pongan de acuerdo y así favorecer la improvisación. Es importante que todos los participantes intenten realizar su actuación apegándose completamente al estilo de relación que les toca representar y no sólo centrándose en los argumentos de sus personajes. Se obtienen conclusiones y se hace lo mismo con la(s) otra(s) obra(s).

### CIERRE

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) las ventajas y desventajas que cada participante obtiene por su estilo particular de relación, (2) la conceptualización que tienen de los derechos y la justicia, y (3) la habilidad para acercarse al dominio de un estilo asertivo. El facilitador estará atento a guiar la conversación en torno a la **asertividad** para lo cual podrá utilizar todas las herramientas de mediación que estén a su alcance como: hacer preguntas, poner ejemplos, pedir opiniones a los compañeros, solicitar anécdotas personales, actuar situaciones, modelar conductas, tomar y mostrar fotografías de los niños durante la actividad, adecuar cuestionamientos al nivel de comprensión de los alumnos, escenificar situaciones utilizando títeres, dar conclusiones verbales o escritas, etc. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Qué opinan de las historias que representamos hoy?  
¿Cuál estilo les cuesta más trabajo? ¿Se puede ser asertivo a pesar de estar enojado o con miedo? ¿Qué ventajas y desventajas creen que tenga el estilo asertivo? ¿Qué

podemos hacer para ser más asertivos? ¿Qué es algo injusto? Den ejemplos (se vale/no se vale) ¿Cómo te sientes cuando te hacen algo injusto? ¿Cómo crees que se sientan los demás cuando tu les haces algo injusto?

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Estilo natural de relación social (o en el que manifiesta mayor dominio).
- Habilidad o inhabilidad para practicar con precisión los tres estilos de relación.
- Identificación correcta de su estilo de relación preponderante.
- Reconocimiento preciso de ventajas y desventajas del estilo de relación social que utiliza actualmente.
- Nivel de conceptualización de derecho y justicia (se vale/no se vale).
- Grado de disposición manifiesto para cambiar a un estilo asertivo y habilidad para conseguirlo.

3.13 JUEGOS PARA LA ASERTIVIDAD 55 min. 10-12 años.

**ESTE ES UN PERRO - ESTE ES UN GATO****OBJETIVO (S)**

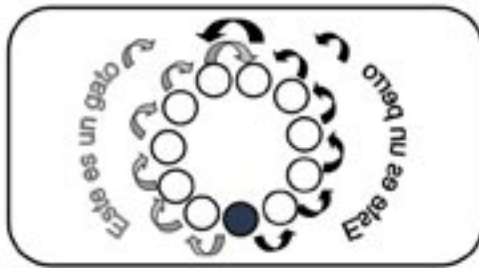
Desarrollar la comunicación verbal y no verbal como un componente esencial de la asertividad. Promover las habilidades para comunicarse en situaciones caóticas.

**MATERIAL**

Sillas para todos los participantes. 4 pañuelos de distinto color.

**PROCEDIMIENTO**

1. El grupo completo forma un círculo sentados en sus sillas. Se elige un director de grupo y se le entrega un pañuelo de distinto color en cada mano. El pañuelo que sostiene con la mano derecha será “un perro” y el de la izquierda “un gato”. El juego consiste en lograr que “el perro” y “el gato” avancen simultáneamente por lados opuestos del círculo, pasando de jugador en jugador hasta poder regresarlos al director; el juego es complicado porque implica comunicar una serie de preguntas y respuestas que pueden poner en apuros a muchos participantes.



El director deberá ofrecer “el perro” a su compañero de la derecha diciendo “éste es un perro”, éste a su vez deberá preguntar enfáticamente “¿un qué?” y el primero le contestará “un perro”; solo hasta éste momento el director entregará “el perro” a su compañero y éste a su vez se dirigirá al siguiente participante de la derecha diciendo “éste es un perro”, ese compañero deberá preguntar “¿un qué?” antes de recibir el pañuelo, pero para poder responderle éste segundo participante deberá preguntarle nuevamente al director del equipo diciendo “¿un qué?”, el cual le responderá: “un perro”; sólo hasta el que el director le haya respondido al segundo participante éste podrá pasar la respuesta al tercero, el cual tomará el pañuelo y ahora se lo ofrecerá al cuarto compañero. Esta cadena de preguntas y respuestas se sigue con todos los participantes hasta que “el perro” regrese al director del equipo.

Inmediatamente después que el director ha pasado “el perro” al compañero de la derecha, éste deberá girar y ofrecer al participante de la izquierda el otro pañuelo diciendo: “éste

es un gato”, el cual a su vez le preguntará “¿un qué?” y el director responderá “un gato” mientras le entrega el pañuelo, el participante que ahora tiene el pañuelo se dirigirá a su compañero de la izquierda para repetir el mismo mensaje y así sucesivamente hasta que “el gato” regrese a manos del director.

Solamente el director puede mandar las respuestas “un gato” y “un perro”, de tal manera que ningún participante puede responder a la pregunta “¿un qué?” sin antes haber recibido la respuesta del director, la cual pasará de boca en boca en cadena, hasta el participante que ha preguntado sobre el nombre de ese pañuelo (ejemplo de cadena: **El cuarto jugador le ofrece el perro al quinto participante:** “éste es un perro” - ¿un qué?- ¿un qué?- ¿un qué?, ¿un qué?- **El presidente responde:** “un perro”- “un perro”- “un perro”- “un perro”... **finalmente la respuesta llega al quinto participante y puede tomar el perro).**

El juego tiende a ponerse caótico cuando “el perro” y el “gato” se encuentran, pues uno debe avanzar a la derecha y al mismo tiempo el otro avanza hacia la izquierda, de tal manera que los participantes deben tener claro cuándo son **el receptor** del mensaje y cuándo son **el emisor** de las respuestas, lo cual no es fácil, sobre todo para los participantes donde ocurre el entrecruzamiento de los pañuelos. El director debe ser muy directivo para que no ocurran trampas y para facilitar el correcto desplazamiento de las cadenas de mensajes.

2. Sólo después de haber jugado varias veces con todo el grupo, el facilitador les propone hacer una competencia de velocidad y divide en dos equipos al grupo: se entrega los pañuelos a los directores y a la cuenta de tres comienza la competencia, gana el primer equipo en lograr que ambos pañuelos regresen a manos del director siguiendo correctamente las reglas del juego.

**NOTAS:** El psicólogo debe proponer variantes a éste juego con el fin de que los participantes ensayen los diferentes componentes de la comunicación verbal y no verbal, por ejemplo:

**Variante 1:** proponer alternadamente a cada participante que asuma un estilo de relación específico (“pasivo”, “asertivo” o “agresivo”) a la hora de emitir o recibir los mensajes durante el juego.

**Variante 2:** proponer que enfatizen sus gestos a la hora de preguntar o responder para que el compañero realice correctamente las cadenas de comunicación, o que utilicen las manos para indicarle al compañero la dirección correcta en que debe transmitir el mensaje.

**Variante 3:** sustituir los pañuelos por abrazos y saludos, besos y abrazos, etc. dependiendo del grado de confianza entre los participantes (“esto es un abrazo” “¿un qué?”/ “esto es un beso” “¿un qué?”).

**CIERRE.**

Para finalizar el juego es indispensable reunir a todo los participantes y analizar lo ocurrido. La labor del facilitador es estimular en los niños la construcción de sus propios conceptos sobre la comunicación y mejorar las habilidades implicadas en ella. Las siguientes preguntas pueden ayudar a abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron? (divertidos, enojados por perder, confundidos por la dirección de los mensajes). ¿Qué dificultades personales observaron para realizar correctamente la transmisión de las cadenas de mensajes? ¿Qué hicieron durante el juego para facilitar la comunicación correcta de los mensajes? ¿Qué problemas pueden ocurrir en la escuela o en la casa cuando no contamos con las habilidades para comunicarnos con las personas? Den ejemplos.

Actuar algunos ejemplos de problemas en casa o en la escuela derivados de la falta o incorrecta comunicación, e inmediatamente actuar las formas que consideran más correctas para afrontar esas situaciones.

**INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante):**

- Habilidad o inhabilidad de cada participante para asumir alternadamente el rol de emisor y receptor de la información.
- Signos de confusión, enojo, desesperación o hartazgo ante el caos auditivo durante el juego.
- Estilo de relación social utilizada espontáneamente (pasivo/agresivo/asertivo).
- Reacciones ante los errores cometidos durante el juego.
- Autoatribución de los errores de comunicación o imputación a los otros.
- Nivel de reflexión sobre los componentes de la comunicación verbal, y clara conciencia sobre los aspectos que la obstaculizan y los que la facilitan.



## 3.14 JUEGOS PARA LA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS 55 min. 10-12 años.

## PESCA SUBMARINA

**OBJETIVO (S)**

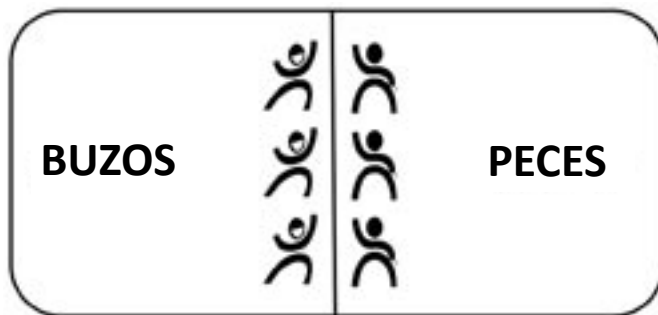
Desarrollar una conciencia clara de la función social de las reglas y la habilidad para adaptarse a ellas en diferentes lugares y situaciones (juegos, escuela, casa, calle, etc.).

**MATERIAL**

Gis o cinta adhesiva. Espacio amplio y libre de obstáculos (patio escolar o salón grande).

**PROCEDIMIENTO**

1. Se traza en el piso un rectángulo (16 x 8 mts. aproximadamente) dividido a la mitad por una línea.
2. Se divide el grupo en dos equipos con el mismo número de integrantes, de manera que unos serán los “**buzos**” y los otros serán los “**peces**”; cada equipo ocupa la mitad del área de juego que le corresponde y escuchan con atención las instrucciones del coordinador.



3. El juego consiste en tratar de capturar el mayor número de contrincantes posible ingresando al terreno contrario según las órdenes dadas por el instructor. Los dos conjuntos se colocan frente a frente divididos por la línea media del terreno de juego y al escuchar el nombre de su equipo podrán ingresar al terreno contrario para intentar **tocar** al mayor número de niños posible (si el coordinador grita la palabra “¡buzos!” los buzos podrán entrar a atrapar “peces”, pero si en cambio grita la palabra “¡peces!” entonces serán éstos los que pasaran a capturar “buzos”). Para ingresar al territorio de los oponentes cada persona debe inflar lo más posible sus pulmones y emitir el sonido “aaaaaaaaaaaa...” de manera continua, pues éste será su “tanque de oxígeno” para poder atrapar contrincantes; si a algún participante se le acaba el aire estando dentro del terreno rival entonces se convierte en “pez” o “buzo” según sea el caso, por ésta razón es importante que los niños regresen a su territorio en cuanto sientan que les falta el oxígeno pues sólo así se “salvarán”. Una vez que un participante haya regresado a su territorio por falta de aire **no podrá** volver a ingresar

para capturar más compañeros. Cada episodio del juego termina cuando ningún integrante del equipo que captura tenga “oxígeno” para seguir “pescando”. Los participantes que hayan sido **tocados** pasarán a formar parte del equipo contrario. Se espera a que se reagrupen los equipos y se reinicia el juego cuando el coordinador vuelve a gritar un nombre.

Cuando un participante cruza al territorio contrario para **no ser capturado** inmediatamente se convierte en integrante del equipo rival, lo mismo ocurre si alguno se sale del área de juego.

Gana el equipo que tenga el mayor número de integrantes después de haber jugado 10 veces consecutivas. El coordinador no está obligado a gritar alternativamente las palabras “buzos” y “peces” de manera equitativa pues los niños rápidamente anticiparían los turnos para capturar o ser capturados, por ello se recomienda lanzar una moneda para definir al azar el papel de cada equipo durante los 10 episodios que dura el juego (una cara de la moneda será para los “peces” y la otra pertenecerá siempre a los “buzos”).

## CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse en el piso para conversar las experiencias y cerrar el juego. En ésta fase del juego el coordinador debe hacer uso de todos sus conocimientos sobre **Psicología del Desarrollo** y manejar fluidamente las herramientas de mediación para estimular el desarrollo social/afectivo de los niños. Es importante **no** intentar impartirles lecciones de moral ni de buena conducta, lo adecuado es descubrir sus conceptos, opiniones, habilidades, dificultades, emociones y sentimientos respecto a las reglas vividas en la actividad, y en su caso rescatar sus comentarios sobre las reglas que existen en su casa, escuela y calle. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron (divertidos, enojados por perder, cansados, orgullosos de haber ganado, etc.)? ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego? ¿Para qué sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego? ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿se puede hacer algo para evitar las trampas? ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías? ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas? ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan –den ejemplos-? ¿son útiles? ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-? ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas –den ejemplos-?

**Nota:** Cuando los niños comenten situaciones conflictivas que tengan que ver con las reglas de casa, calle o escuela se recomienda recurrir a la escenificación o actuación de ellas, y de ésta manera promover las habilidades necesarias para su solución. El coordinador debe alentar

a los niños a encontrar soluciones viables para afrontar las normas sociales y permitirá a todos intervenir en las escenificaciones para favorecer sus habilidades prácticas. Cuando los niños tienen la oportunidad recrear de manera lúdica situaciones reales, logran comprender los puntos de vista de los demás y consiguen adquirir las habilidades interactivas necesarias para resolver los problemas relacionados con las normas sociales.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Concepto de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Interés y habilidad para hacer que los demás respeten las reglas del juego.
- Hacer trampa.
- Reacción ante las trampas de los demás.
- Medidas personales para regular la trampa.
- Habilidad para solucionar conflictos durante el juego.
- Concepto personal de justicia.
- Habilidad para negociar el cambio de reglas en juegos, escuela y familia.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa, escuela y calle.

## 3.15 JUEGOS PARA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS 55 min. 10-12 años.

## AGWAN/BEIS (FILIPINAS)

**OBJETIVO (S)**

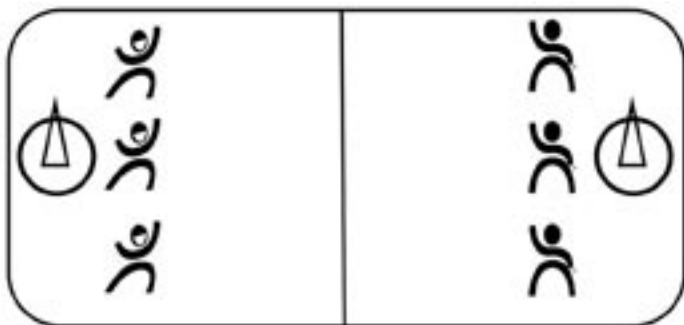
Desarrollar una conciencia clara de la función social de las reglas y la habilidad para adaptarse a ellas en diferentes lugares y situaciones (juegos, escuela, casa, calle, etc.).

**MATERIAL**

Conos de plástico. Espacio libre y amplio (preferentemente un patio escolar o cancha deportiva).

**PROCEDIMIENTO**

1. Se traza una línea central que divide el espacio de juego en dos campos iguales, al fondo de cada uno se dibuja un círculo de 1 o 2 metros de diámetro y se coloca un cono de plástico al centro.



2. Los jugadores se reparten en dos equipos, cada uno de los cuáles ocupa un campo. Para distinguir a los equipos pueden usarse grandes círculos de papel de distinto color pegados en el pecho de los participantes. El objetivo de ambos equipos es derribar el cono del grupo contrario y al mismo tiempo impedir que sea derribado el propio. Obtiene un punto el equipo que consigue tumbar primero el cono del contrincante. Gana el equipo que haya acumulado más puntos al final de la actividad. El cono se puede derribar con cualquier parte del cuerpo (manos, brazos, pies, etc.).

Ambos conjuntos deben partir desde el fondo de sus respectivos campos al escuchar la señal del coordinador, si algún participante se adelanta quedará inmediatamente “muerto” y deberá permanecer inmóvil en ése lugar hasta que termine el juego. Todo jugador situado en el campo contrario puede ser “congelado”, para ello basta con que un niño del otro equipo lo toque. Para descongelar a un participante sólo es necesario que un jugador libre de su propio equipo lo toque. Ningún jugador que intente defender su cono puede introducir

sus pies al círculo que lo rodea, si lo hace quedará automáticamente “muerto” y deberá permanecer inmóvil hasta terminar el juego, pero también si un rival toca a un jugador “muerto” inmediatamente quedará “congelado”. Los ofensores que tratan de tirar el cono del equipo rival tienen permitido cruzar el círculo que lo rodea. Cada vez que un equipo derriba el cono del contrincante los participantes regresan a sus líneas de inicio y comienzan una nueva partida. El juego puede repetirse 5 o 7 ocasiones y se declara vencedor al grupo que haya conseguido ganar el mayor número de puntos.

3. El juego se repite 3 veces más pero ahora se impide a los participantes derribar el cono con los pies (sólo podrán utilizarse la manos).

4. Nuevamente se repite la actividad pero en ésta ocasión se colocan 3-4 conos en cada campo y gana el equipo que logre derribar primero la totalidad de conos del equipo contrario. Esta modalidad del juego puede aplicarse 3 ocasiones más, para lo cual se irán sumando el número de objetos derribados por los equipos en cada partida y al final se declara vencedor al que haya logrado acumular la mayor cantidad de conos tumbados.

## CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse en el piso para conversar las experiencias y cerrar el juego. En ésta fase del juego el coordinador debe hacer uso de todos sus conocimientos sobre *Psicología del Desarrollo* y manejar fluidamente las herramientas de mediación para estimular el desarrollo social/afectivo de los niños. Es importante **no** intentar impartirles lecciones de moral ni de buena conducta, lo adecuado es descubrir sus conceptos, opiniones, habilidades, dificultades, emociones y sentimientos respecto a las reglas vividas en la actividad, y en su caso rescatar sus comentarios sobre las reglas que existen en su casa, escuela y calle. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron (divertidos, enojados por perder, cansados, orgullosos de haber ganado, etc.)? ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego? ¿Para qué sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego? ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿Se puede hacer algo para evitar las trampas? ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías? ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas? ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan –den ejemplos-? ¿son útiles? ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-?. ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas –den ejemplos-?

**Nota:** Cuando los niños comenten situaciones conflictivas que tengan que ver con las reglas de casa, calle o escuela se recomienda recurrir a la escenificación o actuación de ellas, y de ésta manera promover las habilidades necesarias para su solución. El coordinador debe alentar a los niños a encontrar soluciones viables para afrontar las normas sociales y permitirá a todos intervenir en las escenificaciones para favorecer sus habilidades prácticas. Cuando los niños tienen la oportunidad recrear de manera lúdica situaciones reales, logran comprender los puntos de vista de los demás y consiguen adquirir las habilidades interactivas necesarias para resolver los problemas relacionados con las normas sociales.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Concepto de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Interés y habilidad para hacer que los demás respeten las reglas del juego.
- Hacer trampa.
- Reacción ante las trampas de los demás.
- Medidas personales para regular la trampa.
- Habilidad para solucionar conflictos durante el juego.
- Concepto personal de justicia.
- Habilidad para negociar el cambio de reglas en juegos, escuela y familia.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa, escuela y calle.

## 3.16 JUEGOS PARA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS 60 min. 10-12 años.

## CUADRO NUMÉRICO

## OBJETIVO (S)

Desarrollar una conciencia clara de la función social de las reglas y la habilidad para adaptarse a ellas en diferentes lugares y situaciones (juegos, escuela, casa, calle, etc.)

## MATERIAL

Gises. Fichas (tapas metálicas o plásticas rellenas de plastilina).

## PROCEDIMIENTO

1. Se dibuja un cuadro en el piso (4x4) numerado del 1 al 16 como aparece en la siguiente imagen:

4	5	12	13
3	6	11	14
2	7	10	15
1	8	9	16

Inicio →



← Descanso

2. Los jugadores se forman en una fila frente a la casilla #1 y el coordinador les explica las siguientes reglas:

- El juego consiste en recorrer completamente el **cuadro numérico** saltando “de cojito” (con un pié en el piso y el otro levantado) mientras se avanza pateando una ficha en el orden que los números indican.
- Primeramente los jugadores deberán ganarse una ficha, para poder conseguirla los participantes tienen que recorrer el cuadro de ida y vuelta sin equivocaciones, si lo logran el coordinador les entregará una tapa que podrán usarla en su siguiente oportunidad. En ésta fase del juego los participantes pierden su turno si pisan raya o bajan ambos pies en un lugar donde no es permitido (sólo se puede apoyar ambos pies en el área de descanso –ver esquema- ), cuando ésto ocurre el participante pierde su turno y deberá formarse en el último lugar de la fila para intentar ganar una ficha en la siguiente oportunidad.
- Los jugadores que ya hayan conseguido su ficha podrán empezar a avanzar a través del cuadro, para ello deberán colocar su tapa en la **casilla de inicio** y tratarán de empujarla con el pié de apoyo hacia el cuadro #1, si lo consiguen podrán avanzar a la

casilla #2, luego a la #3 y así sucesivamente hasta que cometan un error (sólo puede usarse el pie de apoyo para patear la ficha, queda estrictamente prohibido usar el pié levantado o las manos para intentar moverla). Se vale que los participantes den a su ficha tantos “golpecitos” como consideren necesario con el fin de acomodarla y lograr pasarla de casilla en casilla. También es completamente válido pisar dentro de las casillas ocupadas por otras fichas; sin embargo cualquier jugador **perderá su turno cuando**: (a) al patear la ficha ésta no cae dentro del número de casilla que le corresponde, (b) cuando la ficha cae fuera de área de juego o queda sobre una raya, y (c) cuando el jugador apoye ambos pies en el piso o pisa alguna línea del cuadro.

- Para poder avanzar es necesario que la ficha y el pie se encuentren en la casilla que les corresponde: cuando un jugador logra pasar su ficha al siguiente cuadro pero no consigue pasar también el pie, la tapa deberá regresarse a la casilla donde se quedó el pie. Si un jugador llega al cuadro # 16 deberá emprender el camino de regreso intentando volver al casillero # 1. En cada turno los participantes deberán recorrer en orden todas las casillas necesarias para llegar a su ficha: no se vale comenzar directamente en el casillero donde se ha quedado la última vez.
- Gana el niño que más casillas haya avanzado durante el tiempo destinado para el juego (o aquel que llegue primero al punto de partida).

El coordinador debe mediar oportunamente toda situación relacionada con las reglas del juego como: trampas, inconformidades, propuestas para cambiar una norma o pugnas entre los jugadores; es importante aprovechar cualquier momento para promover la conciencia sobre la importancia de ajustarse a las reglas, favorecer las habilidades para negociar, conseguir acuerdos entre los compañeros y solucionar sin agresiones los conflictos durante la actividad. No es conveniente invertir demasiado tiempo en perfeccionar las funciones psicomotrices de los jugadores pues éste no es el propósito medular del juego. El facilitador puede aprovechar todos los recursos metodológicos que estén a su disposición para desarrollar la consciencia y práctica de las reglas, incluso puede sugerir tratar de jugar ésta actividad sin respetar ninguna norma, ésta estrategia suele mostrar claramente a los niños la relevancia de establecer y cumplir con cierta normatividad para poder funcionar. Aunque al final de la actividad habrá un espacio para comentar todo lo sucedido, el coordinador no está obligado a esperar hasta ése momento para tratar las situaciones que sea necesario abordar para conseguir el objetivo.

## CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse en el piso para conversar las experiencias y cerrar el juego. En ésta fase del juego el



coordinador debe hacer uso de todos sus conocimientos sobre *Psicología del Desarrollo* y manejar fluidamente las herramientas de mediación para estimular el desarrollo social/afectivo de los niños. Es importante **no** intentar impartirles lecciones de moral ni de buena conducta, lo adecuado es descubrir sus conceptos, opiniones, habilidades, dificultades, emociones y sentimientos respecto a las reglas vividas en la actividad, y en su caso rescatar sus comentarios sobre las reglas que existen en su casa, escuela y calle. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron (divertidos, enojados por perder, cansados, orgullosos de haber ganado, etc.)? ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego? ¿Para qué sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego? ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿se puede hacer algo para evitar las trampas? ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías? ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas? ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan –den ejemplos-? ¿son útiles? ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-? ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas –den ejemplos-?

Nota: Cuando los niños comenten situaciones conflictivas que tengan que ver con las reglas de casa, calle o escuela se recomienda recurrir a la escenificación o actuación de ellas, y de ésta manera promover las habilidades necesarias para su solución. El coordinador debe alentar a los niños a encontrar soluciones viables para afrontar las normas sociales y permitirá a todos intervenir en las escenificaciones para favorecer sus habilidades prácticas. Cuando los niños tienen la oportunidad recrear de manera lúdica situaciones reales, logran comprender los puntos de vista de los demás y consiguen adquirir las habilidades interactivas necesarias para resolver los problemas relacionados con las normas sociales.

### INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)

- Concepto personal de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Interés y habilidad para hacer que los demás respeten las reglas del juego.
- Hacer trampa.
- Reacción ante las trampas de los demás.
- Medidas personales para regular la trampa.
- Habilidad para solucionar conflictos durante el juego.
- Concepto personal de justicia.
- Habilidad para negociar el cambio de reglas en juegos, escuela y familia.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa, escuela y calle.
- Reconocimiento personal de su habilidad o inhabilidad para ajustarse a las normas.

- Reconocimiento de emociones y sentimientos más comunes ante las reglas impuestas por otras personas.

## 3.17 JUEGOS PARA PRÁCTICA Y CONCIENCIA DE LAS REGLAS 60 min. 10-12 años.

## FUT - BEIS

**OBJETIVO (S)**

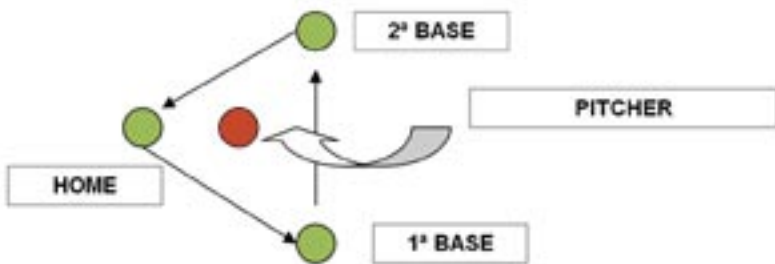
Desarrollar en los participantes la conciencia sobre la utilidad de las reglas y la habilidad para respetarlas o acomodarlas en beneficio de la mayoría.

**MATERIAL**

Almohadillas para funcionar como bases. Una pelota pequeña y ligera. Espacio amplio, sin obstáculos y de superficie plana (patio o cancha escolar).

**PROCEDIMIENTO**

1. Se forman dos equipos de igual número de integrantes, pueden nombrarse dos capitanes para que ellos seleccionen los equipos; el coordinador debe intervenir para conseguir equidad en la distribución de los jugadores (evitar que el juego resulte muy disparajeo)
2. Utilizando el patio o cancha escolar se dispone el campo de juego de la siguiente manera:



3. Se acomoda a los participantes en círculo para que el coordinador les explique las reglas del juego, es conveniente recurrir a escenificaciones y ejemplos para que todos comprendan perfectamente cómo funciona el juego. Las reglas son las siguientes:

- Mediante una moneda se decidirá el equipo que será el primero patear.
- El equipo que patea se forma en una fila detrás de "home", cada participante pasa a patear el balón siguiendo el orden que ocupa en la fila. El equipo que le toca atrapar la pelota se distribuye por todo el campo de juego con el fin de capturar la pelota antes de que caiga al piso o tratando de pasarla al compañero que tenga más probabilidades de alcanzar a tocar a los corredores y así conseguir ponerlos fuera de combate ("outs").

- El juego consiste en una competencia por equipos con el propósito de anotar el mayor número de “carreras” posible; siempre existe un equipo que patea y otro que atrapa la pelota, los cuales alternarán sus papeles cada cierto tiempo. Una carrera se anota cuando un integrante del equipo logra recorrer completamente el circuito formado por las 3 bases del campo de juego (ver esquema).
- Cada pateador tiene por lo menos 3 oportunidades para hacer contacto con la pelota. El pitcher lanzará la pelota en dirección al pateador (ver esquema), el cual deberá patear lo más fuerte posible procurando que el balón quede dentro del ángulo que forman el “home” con “1ª base” y “home” con “2ª base”. Si el pateador no logra hacer contacto con el balón o si la pelota se sale del ángulo antes citado se contará como un “strike”, si el pateador acumula 3 “strikes” queda “ponchado”, su equipo suma un “out” y sede su lugar al siguiente participante. Un “out” también ocurre cuando se atrapa la pelota antes de que caiga al suelo, o cuando se toca el cuerpo del pateador con el balón mientras no esté ocupando una base (no se permite lanzarle la pelota para tocarlo). Los jugadores pasarán a patear conservando siempre el orden que hayan determinado desde el principio del juego, y podrán tener otro turno todas las veces que puedan mientras el equipo contrario no logre hacerles 3 “outs”. Si un equipo acumula 3 “outs” se intercambia la posición de los equipos (el que pateaba ahora atrapa y viceversa).
- Cuando un pateador logra conectar la pelota y ésta toca el piso antes de ser atrapada por el equipo contrario, entonces tiene derecho a correr por el campo pisando tantas bases como sea posible hasta que haya riesgo de ser tocado por un contrincante, para que un corredor esté a salvo debe quedarse pisando una de las bases (ahí no se le puede tocar con la pelota). Todo jugador que quede varado en las bases podrá correr hasta que otro pateador consiga hacer correr el balón por el campo de juego, de ésta manera los corredores que están en las bases intentarán llegar a “home” sin ser tocados, mientras el jugador que acaba de patear se dirigirá a la 1ª base. Cada vez que un participante logre recorrer todas las bases y toque home anotará una carrera para su equipo. Gana el equipo que más carreras anote después de jugar 3 o 4 “entradas”: se cuenta una entrada cuando ambos equipos han agotado sus oportunidades de golpear el balón e inician un nuevo ciclo de pateo (si se cumple otro ciclo en que ambos han tenido la oportunidad de patear entonces habrán ocurrido dos entradas y así sucesivamente).

4.- Después de exponer las reglas del juego el coordinador da inicio a la actividad. El facilitador debe fungir como juez y mediador durante todo el juego.

## CIERRE

Para finalizar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo para conversar las experiencias y cerrar el juego. En ésta fase el coordinador debe hacer uso de todos sus conocimientos sobre **Psicología del Desarrollo** y manejar fluidamente las herramientas de mediación para estimular el desarrollo social/afectivo de los niños. Es importante **no** intentar impartirles lecciones de moral ni de buena conducta, lo adecuado es descubrir sus conceptos, opiniones, habilidades, dificultades, emociones y sentimientos respecto a las reglas vividas en la actividad, y en su caso rescatar sus comentarios sobre las reglas que existen en su casa, escuela y calle. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron (divertidos, enojados por perder, cansados, orgullosos de haber ganado, etc.)? ¿Qué son las reglas o normas? ¿Qué reglas había en éste juego? ¿Para qué sirven esas reglas? ¿Qué hubiera pasado si no se ponen reglas al juego? ¿Alguno rompió una regla o hizo trampa? ¿Cuál? ¿Por qué? ¿Qué es la trampa? ¿Se puede hacer algo para evitar las trampas? ¿Las reglas de los juegos se pueden cambiar? ¿Cuál regla cambiarías? ¿En qué otro lugar o situación hay reglas? ¿Quién pone esas reglas? ¿Qué reglas de su casa y escuela no les gustan –den ejemplos-? ¿Son útiles? ¿Qué reglas de su casa y escuela sí les gustan –den ejemplos-? ¿Hay reglas que les parecen justas y otras injustas –den ejemplos-?

**Nota:** Cuando los niños comenten situaciones conflictivas que tengan que ver con las reglas de casa, calle o escuela se recomienda recurrir a la escenificación o actuación de ellas, y de ésta manera promover las habilidades necesarias para su solución. El coordinador debe alentar a los niños a encontrar soluciones viables para afrontar las normas sociales y permitirá a todos intervenir en las escenificaciones para favorecer sus habilidades prácticas. Cuando los niños tienen la oportunidad recrear de manera lúdica situaciones reales, logran comprender los puntos de vista de los demás y consiguen adquirir las habilidades interactivas necesarias para resolver los problemas relacionados con las normas sociales.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)

- Concepto personal de regla.
- Habilidad para respetar las reglas.
- Interés y habilidad para hacer que los demás respeten las reglas del juego.
- Hacer trampa.
- Reacción ante las trampas de los demás.
- Medidas personales para regular la trampa.
- Habilidad para solucionar conflictos durante el juego.
- Concepto personal de justicia.

- Habilidad para negociar el cambio de reglas en juegos, escuela y familia.
- Apreciación personal sobre las reglas impuestas en casa, escuela y calle.
- Reconocimiento personal de su habilidad o inhabilidad para ajustarse a las normas.
- Reconocimiento de emociones y sentimientos más comunes ante las reglas impuestas por otras personas.

3.18 JUEGOS PARA COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO) 45 min. 10-12 años.

### PASEANDO EL ARO

#### OBJETIVO (S)

Desarrollar las habilidades de cooperación y trabajo en equipo mediante retos de grupo. Promover las habilidades para llegar a acuerdos y solucionar problemas de manera colectiva.

#### MATERIAL

Aros de plástico con distintos diámetros (120 cms., 100 cms., 90 cms.)

#### PROCEDIMIENTO

1. Todos el grupo se toma de las manos y forma un círculo; después se pide a dos participantes que suelten sus manos y se coloca un aro de plástico en el brazo de uno de ellos, se vuelve a cerrar la cadena e inicia la actividad. El juego consiste en hacer pasar el aro de un jugador a otro sin soltarse hasta conseguir regresar el aro al punto de partida. Para lograrlo los participantes deberán sacudirse, saltar, contorsionarse y pasar todo su cuerpo a través del aro pero sin dejar de sujetarse. Se permite a todos los jugadores ayudar mediante instrucciones o apoyos físicos para conseguir la meta común. Si alguien suelta sus manos el aro debe regresar al punto de partida para comenzar de nuevo. Se repite 2 o 3 veces el ejercicio antes de pasar a la siguiente fase del juego.
2. Se divide el grupo en 2 equipo iguales y se proporciona un aro a cada uno. Ahora la actividad consiste en competir entre sí para conseguir regresar el aro al punto de partida de la manera más rápida posible. Ambos conjuntos deben empezar a trasladar el aro hasta que el coordinador les de la señal y ganará aquel que realice más rápido todo el recorrido. Se otorga un punto al equipo vencedor. Se repite la competencia pero en ésta ocasión se les entrega un aro más pequeño (100 cms. de diámetro), si los equipos consiguen superar la prueba entonces se realiza una última contienda utilizando el círculo más pequeño de todos (90 cms. de diámetro). Al final se cuentan los puntos obtenidos por cada grupo y se nombra al ganador.
3. Este reto consiste en elevar el aro desde el suelo hasta la cabeza sin utilizar las manos. Se forman dos equipos de 4-5 integrantes. Cada conjunto se abraza para formar una rueda. Se pone el aro encima del empeine del pie derecho de todos de los jugadores. A la cuenta de tres comienza el reto, el objetivo es intentar subir el aro hasta la cabeza sin ayuda de las manos. El desafío está superado cuando todo el equipo logran introducir la cabeza dentro del aro (quedan engarzados).

En el primer intento no habrá competencia de velocidad entre los grupos, se trata de que la actividad se desarrolle en un ambiente de cooperación y comunicación relajada. En la

segunda oportunidad **sí** se compite entre los equipos: gana el equipo que logre la meta más rápidamente.

### **CIERRE**

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la facilidad o dificultad personal para trabajar en equipo y conseguir una meta común, (2) las ventajas del trabajo cooperativo, y (3) las consecuencias personales de contar o no con estas habilidades sociales. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron al verse obligados a trabajar en equipo? ¿A quién se le dificultó tomar acuerdos y adaptarse al trabajo del grupo? ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron al conseguir o fracasar en los retos? ¿Qué dificultades ocurrieron para poder funcionar como equipo? ¿Qué tan hábiles son para trabajar en equipo en su vida diaria (escuela, casa, calle, colonia, etc.)? ¿Qué ventajas y desventajas hay al cooperar y trabajar en equipo? ¿Creen que se pueda tener más amigos si sabemos cooperar? ¿Qué consecuencias les ha acarreado sus dificultades para cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué beneficios? ¿Qué necesitamos para poder cooperar y trabajar en equipo? Den algunos ejemplos.

El coordinador cierra la actividad destacando los puntos más relevantes de la conversación y expone brevemente sus conclusiones.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Papel activo o pasivo de cada participante durante la actividad.
- Conceptos personales de cooperación y trabajo en equipo.
- Habilidad para coordinar acciones con otros participantes para conseguir la meta.
- Agrado/desagrado por las actividades de equipo.
- Nivel de interés y dedicación en la tarea.
- Capacidad para considerar las aportaciones de los demás.
- Habilidad para afrontar las derrotas.
- Atribución del fracaso y el logro.
- Reconocimiento preciso de las consecuencias de cooperar y trabajar en equipo.



**3.19 JUEGOS PARA COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO) 60 min. 10-12 años.****RETOS****OBJETIVO (S)**

Desarrollar las habilidades de cooperación y trabajo en equipo mediante retos de grupo. Promover las habilidades para llegar a acuerdos y solucionar problemas de manera colectiva.

**MATERIAL**

2 Aros de plástico de un metro de diámetro. 4 tapetes o cobijas. 2 cubitos de madera. 2 paquetes de ropa extragrande (pantalón, playera, chamarra y sombrero).

**PROCEDIMIENTO**

1. Se forman dos equipos con el mismo número de integrantes. En el área de juego se traza una línea de arranque y se coloca un aro para cada equipo a 6-8 metros de ahí. Se entrega a cada conjunto un paquete de prendas de talla extra (pantalón, playera, chamarra y sombrero). El juego consiste en hacer una carrera de relevos usando la ropa proporcionada y llevando un cubito de madera en el dorso de la mano. Los equipos se colocan detrás de la línea inicial y a la señal del coordinador ayudan a los primeros participantes a ponerse las prendas de vestir talla extra (encima de su ropa). Cuando hayan terminado, se les coloca un cubito de madera en el dorso de la mano y salen corriendo a toda velocidad en dirección al aro, entran a él con ambos pies y retornan. Si en el transcurso del camino se les cae el cubito deberán regresar al punto de partida y volver a comenzar. En cuanto los primeros jugadores regresen a la línea de arranque serán apoyados por sus equipos para desvestirse, e inmediatamente comenzarán a disfrazar a los segundos participantes, éstos a su vez harán el mismo recorrido y después pasarán el relevo a las siguientes personas... Gana el primer equipo en conseguir que todos sus integrantes hagan el recorrido. Al terminar la primera competencia el coordinador les otorga un tiempo para que cada equipo platique lo ocurrido, y acuerden mejores estrategias de cooperación. Se aplica dos veces más la actividad y al final se declara campeón al conjunto con más competencias ganadas.

2. Todos los jugadores sentados forman un círculo y reciben una cuchara mediana que deberán sujetar con sus dientes. El juego consiste en hacer pasar un huevo de gallina de cuchara en cuchara sin utilizar las manos hasta dar una vuelta completa. Los participantes deben ponerse de acuerdo en la táctica antes de iniciar la actividad. El coordinador coloca el huevo en la cuchara de un jugador el cual lo pasará a su compañero de la izquierda, él a su vez lo dejará en la cuchara del siguiente participante y así sucesivamente hasta completar una vuelta. Durante el juego está permitido ayudar a los compañeros de cualquier manera excepto tocando las cucharas o el huevo. El grupo tienen tres oportunidades para lograr el reto.

3. Una vez más el grupo se separa en dos equipos iguales. Se traza una línea de arranque en el área de juego y otra de llegada a 10 metros de distancia. Los equipos se colocan detrás de la raya de arranque y a la señal del facilitador deberán cargar de manera colaborativa a un integrante hasta la línea de llegada, lo depositan suavemente en el piso y cargan al siguiente para trasladarlo de regreso a la línea de arranque, ahí lo bajan y transportan al que sigue y así sucesivamente hasta que todos hayan sido trasladados. Se debe transportar a los jugadores boca-arriba y con la participación de todos los integrantes, queda descalificado el equipo que no cumpla con éstas reglas. Para amortiguar el “aterrizaje” de los jugadores se recomienda poner un tapete o cobija en cada punto.

### **CIERRE**

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la facilidad o dificultad personal para trabajar en equipo y conseguir una meta común, (2) las ventajas del trabajo cooperativo, y (3) las consecuencias personales de contar o no con estas habilidades sociales. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron al verse obligados a trabajar en equipo? ¿A quién se le dificultó tomar acuerdos y adaptarse al trabajo del grupo?, ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron al conseguir o fracasar en los retos? ¿Qué dificultades ocurrieron para poder funcionar como equipo?. ¿Qué tan hábiles son para trabajar en equipo en su vida diaria (escuela, casa, calle, colonia, etc.)? ¿Qué ventajas y desventajas hay al cooperar y trabajar en equipo? ¿Creen que se pueda tener más amigos si sabemos cooperar? ¿Qué consecuencias les ha acarreado sus dificultades para cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué beneficios? ¿Qué necesitamos para poder cooperar y trabajar en equipo? Den algunos ejemplos.

El coordinador cierra la actividad destacando los puntos más relevantes de la conversación y expone brevemente sus conclusiones.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Papel activo o pasivo de cada participante durante la actividad.
- Conceptos personales de cooperación y trabajo en equipo.
- Habilidad para coordinar acciones con otros participantes para conseguir la meta.
- Agrado/desagrado por las actividades de equipo.
- Nivel de interés y dedicación en la tarea.
- Capacidad para considerar las aportaciones de los demás.
- Habilidad para afrontar las derrotas.

- Atribución del fracaso y el logro.
- Reconocimiento preciso de las consecuencias de cooperar y trabajar en equipo.



## 3.20 JUEGOS PARA COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO)

55 min. 10-12 años.

## LA ISLA

**OBJETIVO (S)**

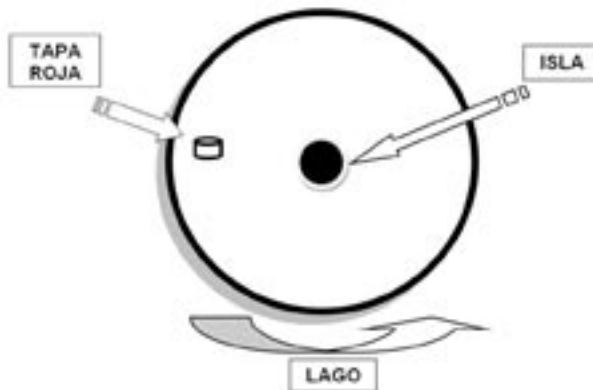
Desarrollar las habilidades de cooperación y trabajo en equipo mediante retos de grupo. Promover las habilidades para llegar a acuerdos y solucionar problemas de manera colectiva.

**MATERIAL**

Tapas grandes de plástico (de dos colores diferentes). Plastilina. Gis. Salón sin obstáculos o espacio abierto con piso uniforme.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se dibuja en el piso un círculo de 3 o 4 metros de diámetro y en el centro otro pequeño círculo de 10-15 centímetros aproximadamente.

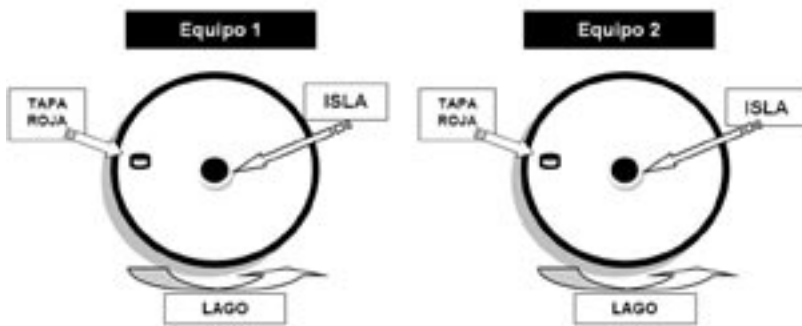


Se entregan 2-3 tapas azules de plástico a cada jugador y mediante un juego de azar se designa un jefe de equipo.

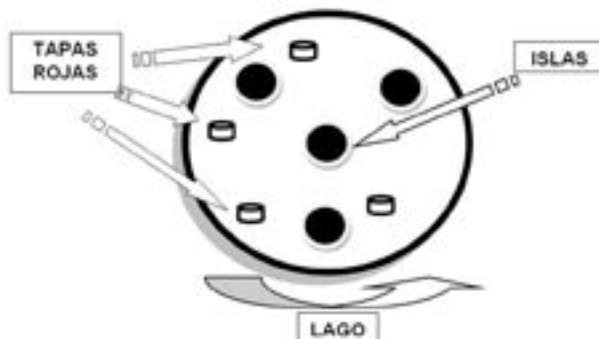
2. Para comenzar el juego todos se colocan alrededor del lago sin tocar la línea. El jefe del equipo se coloca de espaldas al lago y lanza hacia atrás una tapa roja intentando dejarla dentro de la circunferencia, si no lo logra pasará el turno al jugador de la derecha y así sucesivamente hasta que uno lo consiga. El juego consiste en lograr llevar entre todos la tapa roja hasta el círculo pequeño en medio del lago (isla), para ello deberán lanzar sus tapas azules para golpear la roja y poco a poco conducirla hasta la meta. Los participantes pueden utilizar cualquier postura y estilo de lanzamiento pero deben hacerlo sin pasarse de la línea del lago. El coordinador no está obligado a sugerirles que lo hagan en orden pues eso es parte de las estrategias que deben deducir los niños. Los jugadores pueden volver a usar

las tapas que hayan lanzado siempre y cuando no queden dentro del lago, de lo contrario deberán dejarlas en ése lugar. Será decisión de los participantes quedarse con las tapas lanzadas por otros o regresarlas a sus propietarios originales. Es opcional compartir algunas tapas con un jugador que ya no tenga. El juego termina (a) cuando el grupo consigue meter la tapa roja en la isla (sin tocar la línea perimetral), (b) cuando al golpear la tapa roja ésta sale completamente del lago o (c) cuando ya no se cuenta con tapas azules para seguir lanzando.

3. Se divide el grupo en dos equipos. Se traza un dibujo de la “isla” para cada equipo y se repite el juego pero ahora se trata de vencer al conjunto contrario. Gana el equipo que consiga primero llevar su tapa a la isla y pierde automáticamente aquel que la saque del lago.



4. El mismo juego pero en ésta ocasión se dibujan 4 o 5 islas y gana el equipo que consiga colocar primero todas sus tapas (o el mayor número). Las tapas rojas deben lanzarse al mismo tiempo. Es recomendable que el coordinador no imponga una organización a los equipos pero sí puede promover el desarrollo de las habilidades sociales necesarias para la cooperación o el trabajo en equipo.



## CIERRE

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1)

la facilidad o dificultad personal para trabajar en equipo y conseguir una meta común, (2) las ventajas del trabajo cooperativo, y (3) las consecuencias personales de contar o no con estas habilidades sociales. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron al verse obligados a trabajar en equipo? ¿A quién se le dificultó tomar acuerdos y adaptarse al trabajo del grupo? ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron al conseguir o fracasar en los retos? ¿Qué dificultades ocurrieron para poder funcionar como equipo?. ¿Qué tan hábiles son para trabajar en equipo en su vida diaria (escuela, casa, calle, colonia, etc.)? ¿Qué ventajas y desventajas hay al cooperar y trabajar en equipo? ¿Creen que se pueda tener más amigos si sabemos cooperar? ¿Qué consecuencias les ha acarreado sus dificultades para cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué beneficios? ¿Qué necesitamos para poder cooperar y trabajar en equipo? Den algunos ejemplos.

El coordinador cierra la actividad destacando los puntos más relevantes de la conversación y expone brevemente sus conclusiones.

#### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Papel activo o pasivo de cada participante durante la actividad.
- Conceptos personales de cooperación y trabajo en equipo.
- Habilidad para coordinar acciones con otros participantes para conseguir la meta.
- Agrado/desagrado por las actividades de equipo.
- Nivel de interés y dedicación en la tarea.
- Capacidad para considerar las aportaciones de los demás.
- Habilidad para afrontar las derrotas.
- Atribución del fracaso y el logro.
- Reconocimiento preciso de las consecuencias de cooperar y trabajar en equipo.

**3.21 JUEGOS PARA COOPERACIÓN (TRABAJO EN EQUIPO) 60 min. 10-12 años.****EL VIENTO SOMOS TODOS****OBJETIVO (S)**

Desarrollar las habilidades de cooperación y trabajo en equipo mediante retos de grupo. Promover las habilidades para llegar a acuerdos y solucionar problemas de manera colectiva.

**MATERIAL**

Plumas ligeras de ave con dos colores distintos. Espacio cerrado y libre de obstáculos. Cinta adhesiva para marcar la línea de arranque.

**PROCEDIMIENTO**

1. Se pide al grupo ponerse de pie y formar un círculo muy compacto abrazándose por la espalda. El juego consiste en mantener en el aire una pluma liviana el mayor tiempo posible soplando organizadamente. Deberán participar todos soplando y moviéndose en sincronía para no dejarla caer. El facilitador tomará el tiempo que logren mantener en suspensión la pluma en cada intento. El cronometro se detendrá en el momento que la pluma caiga al piso, o cuando algún miembro quede separado del grupo. Antes de comenzar tienen 1 minuto para conversar y ponerse de acuerdo en la mejor manera de realizar éste reto. Cuando estén listos el coordinador soltará una pluma liviana (de ave) en el centro del grupo y comenzará el juego.

Cada vez que pierdan, se les informa el tiempo logrado y con la mediación del facilitador platicarán nuevamente para reorganizarse, plantear otros puntos de vista y mejorar las estrategias. Cuentan con cuatro oportunidades para conseguir el mejor resultado posible.

2. Se divide el grupo en dos equipos y se realiza la misma actividad pero ahora compitiendo entre ambos. El facilitador debe estimular el desarrollo del trabajo en equipo mediante sugerencias, observaciones, ejemplos y cualquier otro medio que le permita llegar al objetivo de la actividad. Los dos equipos deben iniciar el reto al mismo tiempo y gana el que consigue mantener la pluma en el aire por un periodo más largo. Se compete tres ocasiones y se obtiene al equipo campeón.

3. Nuevamente el grupo se separa en dos equipos para competir. En ésta fase del juego el reto consiste en conducir la pluma hasta un compañero sentado a cierta distancia de los equipos y lograr colocarla en su cabello mediante soplidos. Para iniciar, cada equipo nombra a un compañero que se colocará a diez metros de ellos sentado en el piso totalmente inmóvil, con la cabeza erguida. Todos los otros participantes se ubican detrás una línea de arranque

trazada por el coordinador. A la cuenta de tres un jugador de cada equipo comienza a soplar su pluma en dirección al “compañero meta” permitiendo que todos los integrantes colaboren con sus soplidos hasta conseguir el objetivo. No está permitido que ningún jugador sople la pluma dos veces consecutivas, por lo que están obligados a organizarse entre todos para no romper ésta regla. Si algún equipo rompiera ésta norma deberá comenzar de nuevo desde la línea de arranque. Lo mismo ocurre si durante el camino a alguien se le cae la pluma al suelo. Gana el primer conjunto en poder dejar en objeto en la cabeza de “compañero meta”.

4. Para terminar la actividad se reta a todo el grupo a llevar la pluma hasta la cabeza del facilitador, pero organizados por parejas. Ninguna pareja puede soplar dos veces consecutivas y todas deberán colaborar por lo menos una vez en la conducción de la pluma (se otorgan dos minutos para que todos se pongan de acuerdo antes de iniciar el reto).

### **CIERRE**

Para cerrar la actividad el facilitador pide a los participantes formar un círculo y sentarse para comentar las experiencias. El diálogo debe centrarse esencialmente en tres temas: (1) la facilidad o dificultad personal para trabajar en equipo y conseguir una meta común, (2) las ventajas del trabajo cooperativo, y (3) las consecuencias personales de contar o no con estas habilidades sociales. Las siguientes preguntas pueden usarse para abrir la reflexión:

¿Qué les pareció el juego? ¿Cómo se sintieron al verse obligados a trabajar en equipo? ¿A quién se le dificultó tomar acuerdos y adaptarse al trabajo del grupo? ¿Por qué? ¿Cómo se sintieron al conseguir o fracasar en los retos? ¿Qué dificultades ocurrieron para poder funcionar como equipo? ¿Qué tan hábiles son para trabajar en equipo en su vida diaria (escuela, casa, calle, colonia, etc.)? ¿Qué ventajas y desventajas hay al cooperar y trabajar en equipo? ¿Creen que se pueda tener más amigos si sabemos cooperar? ¿Qué consecuencias les ha acarreado sus dificultades para cooperar y trabajar en equipo? ¿Qué beneficios? ¿Qué necesitamos para poder cooperar y trabajar en equipo? Den algunos ejemplos.

El coordinador cierra la actividad destacando los puntos más relevantes de la conversación y expone brevemente sus conclusiones.

### **INDICADORES DE EVALUACIÓN (para cada participante)**

- Papel activo o pasivo de cada participante durante la actividad.
- Conceptos personales de cooperación y trabajo en equipo.
- Habilidad para coordinar acciones con otros participantes para conseguir la meta.
- Agrado/desagrado por las actividades de equipo.



- Nivel de interés y dedicación en la tarea.
- Capacidad para considerar las aportaciones de los demás.
- Habilidad para afrontar las derrotas.
- Atribución del fracaso y el logro.
- Reconocimiento preciso de las consecuencias de cooperar y trabajar en equipo.







# CAPÍTULO IV

## GUÍA PARA MAESTROS QUE ATIENDEN ALUMNOS CON PROBLEMAS DE CONDUCTA EN LA ESCUELA PRIMARIA

### INTRODUCCION

Este documento es una práctica guía de estrategias dirigida a los maestros de educación primaria interesados en mejorar la conducta social de los alumnos en el aula. Permite aumentar la velocidad de transferencia de las habilidades sociales adquiridas en los programas de desarrollo aplicados por el psicólogo, y es el complemento indispensable en la atención de los alumnos que presentan problemas de conducta.

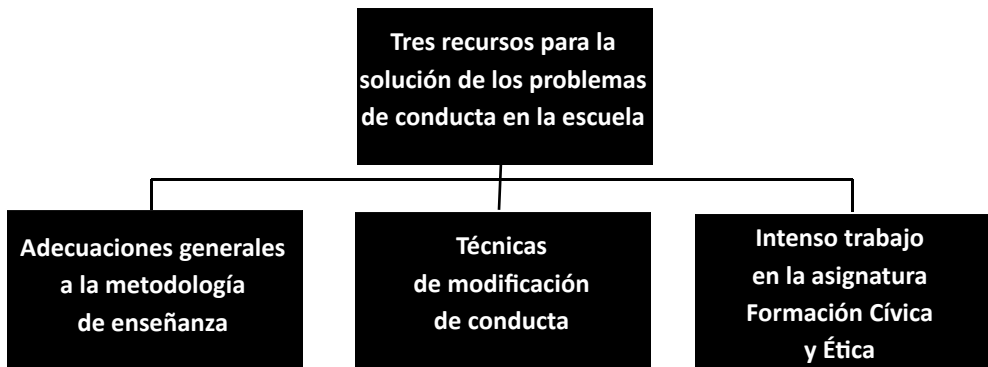
Es importante establecer desde ahora que **no** todos los problemas de conducta se originan fuera de la escuela, y aunque un estudiante haya aprendido los comportamientos inadecuados en su casa, la primaria puede jugar un papel fundamental en la solución de dichos problemas. Algunos profesores afirman que las dificultades de comportamiento social deben ser solucionados **exclusivamente** por la familia del estudiante, y que ellos pueden hacer muy poco para mejorar su conducta, ésto es francamente falso, en realidad cuando los maestros aplican intencional y sistemáticamente estrategias para la regulación de las conductas indeseables se logran avances muy significativos en su adaptación escolar; además recordemos que tres de las cinco **competencias para vida** que pretende desarrollar la actual Reforma de la Educación Básica se refieren a competencias de tipo social: **(1) competencias para convivencia, (2) competencias para la vida en sociedad y (3) competencias para el manejo de situaciones**, en todo caso las competencias de tipo social/emocional son ahora una responsabilidad compartida entre la escuela y las familias.

Ningún profesor debe darse por vencido al tratar a un *alumno socialmente* desadaptado hasta no haber agotado las estrategias

psicopedagógicas que tiene a su alcance para ayudar a estos estudiantes. Los problemas de conducta en general no pueden ser solucionados con la aplicación de medidas basadas en el “sentido común”: castigar a los estudiantes, sacarlos del salón, “sermonearlos” o mandar quejas a los padres son estrategias muy poco eficaces.

El propósito de todo plan de intervención con éste tipo de alumnos es conseguir el máximo de ajuste posible a las normas de convivencia escolar que le permitan un suficiente nivel de interacción respetuosa con sus compañeros y profesores, y en consecuencia un mejor rendimiento académico.

Para la solución de los problemas de conducta social en las escuelas es indispensable que los maestros apliquen de manera equilibrada y combinada tres grandes recursos prácticos, que a continuación aparecen en el esquema:



Los docentes que deseen regular la conducta desadaptada de algunos de sus alumnos no deben centrar su intervención en uno u otro de estos recursos, lo recomendable es usarlos simultáneamente para conseguir la mayor efectividad y rapidez en los resultados. El propósito de ésta guía es proporcionar a los maestros una serie de estrategias sencillas que puedan implementar a diario en los salones para modular los comportamientos desadaptativos de sus estudiantes.

## I. ADECUACIONES GENERALES A LA METODOLOGIA

El niño promedio pasa unas 25 horas semanales en la escuela, y el resto en casa o con sus amigos. Es lógico que quienes más recientan los efectos de su mal comportamiento sean los profesores, sin embargo también son éstos uno de los agentes cruciales para darles solución. El primer paso consiste en ajustar la metodología de enseñanza a las capacidades e intereses de los estudiantes, pues esto puede redituarse en mejores niveles de atención escolar y así reducirse los periodos de ocio que suelen marcar la oportunidad para realizar

acciones inadecuadas en todas las asignaturas. Un alumno que se **aburre** con las actividades o cuya complejidad no le permite acceder a ellas es más propenso a presentar problemas de conducta. Los maestros pueden ayudar a los alumnos a regular su conducta social, en gran medida, aplicando las siguientes estrategias:

- Programe un lapso de tiempo para hablar con el alumno; haga un compromiso privado con él para efectuar ciertos cambios en su disciplina, debe ser una conversación tranquila y razonable, prohibido utilizar el “regañó” o los reproches sobre su conducta social, sólo pregunte cuáles reglas escolares se compromete a cumplir y méncíonele lo que usted espera de su comportamiento, sea equilibrado, no le recite el “decálogo del alumno bien portado” pues sus expectativas no serían realistas. Asegúrese que las reglas estén claras y adviértale las consecuencias de una conducta no aceptable. Durante la jornada escolar retroalíméntelo sobre las conductas acordadas que vaya logrando.
- Lleven un registro muy sencillo del rendimiento y la conducta del niño en clase; este registro no debe ser una bitácora de malos comportamientos, sino una lista de los avances y retrocesos en su conducta social que permitan evaluar el proceso de mejoría (las bitácoras **nunca** debe utilizarse en contra del estudiante para justificar su posible expulsión).
- Provea la mayor estructura posible. Proveer de estructura es organizar el espacio, el tiempo y la convivencia en el salón. Respecto a la organización del **espacio**: ordene su salón disponiendo el mobiliario siguiendo patrones geométricos pero cambie por lo menos una vez al mes la distribución de los muebles para evitar la monotonía, no saturar de imágenes los muros y ventanas del aula, no permita exceso de material en la mesa del alumno (sólo el estrictamente necesario para cada actividad), utilice micas solidas de color amarillo o verde para las actividades que impliquen leer (al colocar las micas encima de cada párrafo se incrementa el nivel de atención de los alumnos en la lectura –el texto sin divisiones los agobia y distrae-), solicite a la madre que los materiales escolares sueltos sean colocados en cajitas cerradas que pueda llevar en su mochila sin perderlos, pegue una hoja de color al centro de la mesa de trabajo del alumno para enfocar su atención visual. En cuanto a la organización **temporal**: al iniciar cada día utilice imágenes para mostrarle a los estudiantes el orden de las actividades que se realizarán durante la jornada escolar, sincronice el reloj del estudiante con un reloj de pared para delimitar el tiempo de cada actividad (sea flexible), programe la duración de las actividades según las habilidades motrices e intelectuales del niño desatento, hiperactivo o inadaptado (el exceso de presión para terminar a tiempo un trabajo puede provocar ansiedad y terminará abandonando las tareas abrumado por esa exigencia); si las reglas de la escuela lo permiten, modifique las tareas o las horas

de trabajo en clase, ya sea reduciéndolas, cambiando tareas escritas por orales y dando más tiempo de lo estipulado para un ejercicio si es necesario.

- Proporcione y maneje estrategias de enseñanza creativa e interactiva que motiven y mantengan la atención del niño. Recuerde que los estímulos nuevos y llamativos así como la capacidad de expresarse hacen la tarea más interesante y mantienen al alumno entusiasmado. Por ejemplo, utilice actividades de “aprender jugando” para cautivar la atención del estudiante en todas las asignaturas, esto le permitirá diversificar su metodología para todo el grupo y no sólo para los menores desatentos y “mal portados”; **no** centre sus formas de enseñanza exclusivamente en ejercicios rígidos de lápiz y papel ya que esto incrementa la probabilidad de generar aburrimiento en algunos alumnos, lo cual favorece la distracción y la realización de conductas disruptivas (que rompen el orden de un grupo). Recuerde que **no** todos los estudiantes se interesan y aprenden a través de la presentación auditiva y visual de los contenidos, otros ocupan de estímulos táctiles y asimilación a partir del movimiento corporal. Acomódese a los intereses del alumno para captar su atención por más tiempo, salga del salón para practicar otras competencias más interesantes para los estudiantes, no centre el aprendizaje en conocimientos exclusivamente académicos, infuncionales y poco significativos. Cuando el aprendizaje es divertido y estimulante los alumnos se mantienen motivados para asistir a las clases y realizar las actividades que les solicitan sus profesores.
- Limite las tareas en casa a una cantidad adecuada para que el chico no se pase todo el día haciendo trabajo escolar o reponiendo el trabajo no completado en clase; disminuir la tarea no es fomentar la “holgazanería”, la idea es comenzar con una cantidad de tarea tal que nos garantice que el alumno sí la va a realizar, y progresivamente elevar el nivel de exigencia hasta solicitarle lo mismo que al resto de los compañeros; cuando los estudiantes experimentan la sensación de logro por las actividades completadas se verán motivados a continuar.
- De ser necesario, haga una modificación ambiental que incluya situar al niño en un lugar donde haya menos estímulos distractores y donde el maestro pueda tener contacto visual con él. Elija entre sus compañeros a algunos mediadores con un estilo de interacción asertivo y paciente para que lo apoyen en las actividades, si logra trabajar suficientemente con estos mediadores permítale integrarse con sus amigos preferenciales en otras tareas.
- No humille al niño frente a los demás, no lo ridiculice ni lo haga ver o sentirse incapaz; recuerde que su autoestima es aún frágil y por esto debe cuidarse. Avergonzar en público al estudiante con problemas de conducta es una medida desesperada de los profesores para controlarlo, pero frecuentemente es inútil e inadecuada para su

autoconfianza. Pasarlos al frente en honores a la bandera, descalificarlos frente a sus amigos o insinuar que tienen un bajo nivel intelectual (“burro”) son estrategias pésimas para mejorar su adaptación escolar.

- Valore las diferencias del estudiante y trabaje aumentando sus áreas fuertes. De ser posible no le suprima la clase de educación física o artística como castigo pues estas asignaturas podrían ser sus únicas fortalezas curriculares. Muchos profesores piensan que al suprimirle sus actividades favoritas el alumno se comportará adecuadamente para evitar perderlas nuevamente, no obstante el beneficio que obtienen los estudiantes al realizar las asignaturas de su gusto puede ser mucho mayor que el que se obtiene al quitárselas, pues esto mantiene su motivación para seguir yendo a la escuela.
- Asuma una postura crítica y cauta respecto al uso de medicamentos para controlar la conducta desadaptada de los alumnos, recuerde que son de uso delicado y que las consecuencias orgánicas y psicológicas pueden ser devastadoras; infórmese sobre efectos secundarios de los psicofármacos (especialmente los efectos de los psicoestimulantes como el metilfenidato –Ritalín-) y no se someta pasivamente a la opinión médica. Aún cuando los efectos de las drogas psiquiátricas pueden ser espectaculares, los riesgos son enormes; para todos los educadores debe quedar claro que el uso de psicofármacos representa la última alternativa para modular el exceso de movimiento y la inconsistencia atencional en los estudiantes, nunca debe sugerirse como primera opción.
- No ordene el salón agrupando a los alumnos según su buen o mal rendimiento pues aunque esta es una medida que puede alentar el esfuerzo por ocupar un lugar junto a los mejores de la clase, también puede ocasionar una terrible competencia entre los integrantes del grupo, provocando peleas fuera de la escuela e incluso generando discriminación mutua entre los estudiantes más avanzados y los más atrasados.
- Identifique los intereses específicos del alumno que presenta problemas de conducta, y cada que sea posible integre esos temas a su asignatura. Por ejemplo si el alumno está particularmente interesado en los autos, en la música o en ciertos tipos de programas televisivos, incorpore esos contenidos a sus actividades sin que eso implique desviar el objetivo de su asignatura. Si a medio ciclo escolar usted no ha conseguido captar el interés de un alumno por los temas que implica su clase, seguramente es el momento de incluir temas más pertinentes a los intereses de éste, como medida temporal para capturar su atención en clase.
- Tenga siempre presente que así como una par de estudiantes son suficientes para provocar un desorden generalizado en un salón de clases, también invertir un poco

de tiempo para lograr regular a esos dos alumnos le puede redituarse en el control de todo el grupo durante todo un ciclo escolar. Para los maestros es imposible conocer a fondo a todos sus alumnos, pero centrar su atención en dos o tres es una medida realista que puede modificar la dinámica de trabajo en todo un grupo.

## II. ESTRATEGIAS DE MODIFICACIÓN DE CONDUCTA Y DESARROLLO SOCIAL.

### Cómo mantener la atención y la disciplina

#### 1. Enfóquese en lo positivo

- A. En vez de amonestar únicamente los errores del niño, trate de descubrir sus talentos, habilidades, lo que le gusta hacer y lo que le disgusta.
- B. Descubra lo que el alumno ya sabe y lo que va aprendiendo.
- C. Pregunte a otras personas, padres o compañeros qué destrezas posee el estudiante, qué le gusta más y en qué está interesado.
- D. Haga al estudiante una encuesta de intereses personales: ¿qué es lo que más le gusta hacer?, ¿cuáles son sus características más sobresalientes?, ¿qué revistas ha leído últimamente?, ¿qué le gustaría ser de grande?, ¿a qué le gusta jugar?
- E. Una vez que tenga una lista de cualidades e intereses del alumno, empiece a trabajar con base en ella: entregue beneficios a cambio de conductas socialmente adecuadas (en la *“teoría de los estilos de aprendizaje”* a esto se le llama **motivación externa**). Seguramente el más inadaptado de sus alumnos presenta a diario algunas conductas socialmente adecuadas pero éstas quedan opacadas por la gran cantidad de comportamientos incorrectos, sin embargo los programas más efectivos de modificación de conducta no consisten en castigar sistemáticamente las conductas indeseables sino en reforzar las adecuadas.

#### 2. Las reglas deben ser claras y breves

Dé las instrucciones en forma específica, en diez palabras o menos, pues esto facilita la obediencia. Si le dice muchas cosas el niño se distrae, se pierde, y por tanto no obedece. Dígale explícitamente lo que espera de él, con pocas palabras y repita las consignas sólo una vez para que resulte eficaz. Ud. puede realizar los siguientes pasos para asegurarse que el estudiante ha entendido una instrucción: a) dígale la instrucción o la regla. b) explíquele de qué se trata, y c) pídale al estudiante que la repita y que le diga qué va a hacer y cómo. Dé una instrucción, espere a que la cumpla y sólo entonces pídale la siguiente. No use lenguaje ambiguo como “pórtate bien” o “quiero que trates bonito a tu compañero”. Apoye sus



indicaciones mostrando imágenes de lo que quiere que haga el alumno, incluso puede pegar las reglas del salón cerca del niño para que éste recuerde lo que debe hacer, las imágenes son mucho más efectivas que un reglamento por escrito pegado en la pared.



Antes de la clase, hable con el alumno y negocie con él la obtención de ciertos permisos personales que no impliquen provocar un desorden en el salón, por ejemplo puede permítale levantarse de su lugar cierto número de veces pero a cambio pídale que mantenga un volumen bajo al hablar. Contrario a lo que se piensa: **las instituciones con menos índice de problemas de conducta no son aquellas que muestran una actitud rígida ante las normas, si no aquellas que toman en cuenta las opiniones de sus estudiantes y negocian con ellos; no se trata de dejar en manos de los alumnos todo el reglamento de comportamiento adecuado en las escuelas, si no de ajustar algunas normas que no impacten demasiado el orden de los grupos y que en cambio proporcionen a los alumnos la oportunidad de sentirse parte activa de su escuela.** Lo más adecuado es hacer sentir a los estudiantes que ellos son partícipes también en la definición de algunas normas, y con ello alentar la sensación de corresponsabilidad y no sólo de obligatoriedad autoritaria.

### 3. Recompense la conducta sin contraponer sus expresiones

Al ver al estudiante trabajando en una tarea, atento e involucrado en ella, no lo interrumpa, espere a que termine de trabajar y entonces acérquese a él y dígame: “Muy bien, vi que estabas trabajando muy bien en tu tarea”. Esto es una valiosa recompensa para el alumno. No mitigue sus palabras agregando frases como: “ya ves que si podías”, “te felicito, estás trabajando muy bien...no como ayer”, “¡muy bien! ojalá siempre estuvieras así”, “me gustó mucho tu trabajo, nomás es que quieras y todo te sale bien, pero cuando no...”. Cuando el profesor aplica frases positivas pero inmediatamente las acompaña de un reproche, descalificación o regaño termina por inutilizar su estrategia motivacional, esto se debe a que primero refuerza al niño e inmediatamente lo “castiga” aplicando un estímulo aversivo (desfavorable-negativo). La próxima vez que vaya a estimular a un alumno por estar sentado, por haber traído su tarea o por respetar su turno en una actividad, recuerde detenerse antes de agregar comentarios negativos extras.

**4. La recompensa regular** ayuda al estudiante a aprender una conducta nueva, mientras que **la recompensa ocasional** le ayuda a mantener conductas que ya ha aprendido. Algunos ejemplos de refuerzos o recompensas que puede usar con un niño, además de los elogios, son:

- Permítale leer algunas historietas preferidas durante el tiempo libre, fije un lapso de tiempo para que no se resista a abandonar la historieta cuando Ud. necesite regresarlo a una actividad académica; pregúntele sobre la trama o contenido de la historieta e interétese genuinamente en ello, esto suele ser muy apreciado por los estudiantes y aumenta la “capacidad de reforzamiento” del profesor.
- Que el niño seleccione un documental o película breve para verla con todo el grupo la próxima clase.
- Que el niño gane tiempo extra de descanso.
- Que el niño gane tiempo para jugar en la computadora (sólo si es posible)
- Que el niño pueda realizar una actividad artística especial de su interés.
- Que el niño pueda usar el pintarrón para dibujar o jugar.
- Tareas privilegiadas en la clase, como ayudar al maestro a repartir material, borrar el pizarrón o decidir el juego que la clase jugará.
- Si la escuela lo permite, permítale llevar un juguete de su casa para exponerlo o usarlo en cierta asignatura (no en todas).

#### **5. Refuerce la obediencia y los pequeños logros**

Podemos reforzar la obediencia cuando el estudiante obedezca las órdenes, siga instrucciones o realice una conducta deseada, entregándole reconocimiento social, mostrando otras formas de atención positiva o afecto. El objetivo consiste en aumentar la frecuencia de la conducta deseada cada vez que ésta ocurre, ya sea en el salón de clases, en casa o en otro ambiente. Es importante identificar primero las conductas que se reforzarán y cuáles serán los reforzadores preferidos por el estudiante, un reforzador no es necesariamente algo físico que se entregará a los alumnos a cambio de sus conductas adecuadas: **los elogios y las expresiones de aprobación son un reforzador poderosísimo**. Todos los humanos nos reforzamos a diario mediante comentarios, expresiones gestuales, interés, atención, reconocimiento social etc., y son precisamente estos estímulos los reforzadores más eficaces para conseguir el mayor nivel de “obediencia” en los salones de clase. Pequeños cambios en la expresión verbal y corporal del profesor pueden provocar grandes cambios en la motivación de sus alumnos, por ejemplo, la Teoría del Aprendizaje Social ha comprobado que las expresiones de implicación afectiva son mucho más efectivas que las que se realizan de manera habitual y monótona; por lo tanto es mucho mejor usar expresiones verbales como: “lo hiciste muy bien”, “estoy contento por tus avances”, “me gustó como te salió tu

trabajo”, “te felicito”, en lugar de solo pasar por las filas repitiendo “muy bien”, “correcto”, “bien”, “mal”, “está bien” al revisar el trabajo de los muchachos.

Un **reforzador** es un estímulo que es atractivo para el alumno, de manera que lo motiva a repetir la conducta que se asocia a esta “recompensa”. Si a un estudiante no le gusta salir a las canchas deportivas entonces no le ofrezca llevarlo ahí si termina su trabajo, pues no le interesará. Si tiene un alumno que casi nunca participa en plenaria porque se avergüenza en público, entonces no pida a los compañeros que le den un aplauso cuando ocasionalmente participe en clase, pues esto en lugar de motivarlo será un estímulo que bajará su tasa de participación.

Cerciórese de que sus expectativas hacia el estudiante sean realistas, y no cree expectativas inapropiadas de disciplina para su edad y desarrollo que él no pueda cumplir.

No trate de trabajar muchos aspectos al mismo tiempo, es mejor ser selectivo y enfocarse en los más importantes. Por ejemplo, muchos maestros batallan para desarrollar en ciertos alumnos el hábito de cumplir con las tareas, para lograrlo primero enfóquese en que el chico las lleve, puede comenzar disminuyendo la cantidad de trabajo que encarga a ése estudiante en particular, así es más probable que cumpla, una vez que comience a cumplir con las tareas es importantísimo **siempre** revisarlas, si usted olvida éste punto el alumno se desmotivará, al principio céntrese en reconocerle el acto de cumplir con sus deberes y muéstrese un tanto indulgente en cuanto a la calidad de su trabajo, no ponga “palomitas” si algún ejercicio es incorrecto mejor dibuje “estrellas” o escríbale mensajes de reconocimiento, recuerde que en éste momento lo importante es el esfuerzo del chico por cumplir con las tareas, lo que necesitamos es que él experimente la sensación frecuente de logro. Poco a poco incremente la cantidad de trabajo a realizar en casa y sea un tanto más exigente al revisar la calidad; una vez que el muchacho logre un buen nivel en el cumplimiento y extensión de las tareas, usted podrá ahora dedicarse a mejorar la calidad poniendo más atención y severidad en la buena realización de sus trabajos. Observe cómo se avanza en el proceso motivacional comenzando por lo más simple y avanzando hacia las conductas más complejas: “primero que el estudiante lleve la tarea, luego que la lleve bien”, sin embargo los profesores frecuentemente quieren obtener ambas al mismo tiempo y por eso muchas veces fracasan. Si uno de sus alumnos casi nunca ha cumplido con las tareas en lo que va del ciclo, y cuando la hace la lleva incompleta y mal ¿qué le hace pensar que dejarle el doble de trabajo o tacharle toda la tarea va a estimular su “responsabilidad”? No se trata de ser indulgente o “blandito” con los alumnos sino de actuar sistemáticamente para la creación de hábitos mediante aproximaciones sucesivas. En lugar de “castigar” las conductas incorrectas refuerce a los jóvenes cuando se presenten los comportamientos adecuados.

El refuerzo de conductas deseadas, además de aumentar la frecuencia con que el alumno se comporta de manera satisfactoria, aumenta su estima personal y el respeto por él

mismo. Es importante que todos los maestros sepan que el mejor momento para corregir la desobediencia es justo cuando el niño no la presenta, es decir cuando obedece; la pregunta que deben hacerse los profesores **no** es ¿qué debo hacer cuando mi alumno no obedece mis indicaciones? Si no ¿qué hago cuando el alumno si obedece mis instrucciones?, no espere a que el estudiante desobedezca o rompa las reglas, mejor actúe reforzando cuando éste se encuentra tranquilo y cumpliendo sus órdenes.

## 6. Costo de respuesta

Esta es una estrategia conductual efectiva sobre todo cuando un niño necesita más estructura y rutina. El costo de respuesta es una estrategia que consiste en suprimir privilegios cuando la persona a cometido una falta, también se le conoce como castigo negativo y si se aplica correctamente puede incluso servir para el desarrollo moral de los chicos. Un ejemplo sería cuando se ha repartido un material para realizar un ejercicio de ciencias naturales o matemáticas, supongamos que el alumno que presenta problemas de conducta ignora el material y se mantiene jugueteando con otros compañeros, usted puede ordenarle (sólo una vez) que comience a trabajar y adviértale que de no hacerlo le retirará el material, si el estudiante no realiza la orden entonces retire el material por un tiempo limitado (3 min. por ejemplo) y pídale que se mantenga sentado y callado para poder regresarle su material, transcurrido el tiempo devuélvaselo. Observe que los puntos cruciales para que el costo de respuesta sea efectivo son:

- A. Que se advierta al alumno claramente la consecuencia que recibirá si no cumple con la regla.
- B. Que **inmediatamente** se cumpla la consecuencia advertida: **nunca** amenace con dar consecuencias que de antemano sabe que **no** va a poder cumplir pues éste el camino más directo para perder su autoridad a través de las palabras, las consecuencias deben ser justas y aplicarse realmente. Amenazar con consecuencias graves sólo sirve parcialmente, pues en un principio atemorizan a los estudiantes (como amenazar con expulsarlo) pero al no poder aparejarse con la realidad éstas se convierten en “letra muerta”, y van mermando la autoridad del maestro pues sólo se convierte en una “amenazador” que casi nunca cumple.
- C. Que la sanción tenga relación con la falta cometida: esto permite al niño desarrollar una noción clara de justicia. Si constantemente eliminamos privilegios que no tienen relación con la falta cometida entonces sólo entrenamos para la obediencia pero no desarrollamos moralmente a nuestros alumnos. Esto ocurre cuando por ejemplo quitamos puntos de calificación a un alumno por lanzar papelitos a los compañeros o

por rayar las bancas, o cuando pedimos a los padres que no lo dejen usar su consola de videojuegos por haber roto un vidrio del salón (observe cómo la consecuencia carece de total relación con la falta cometida); en el primer ejemplo lo correcto sería hacer que el estudiante recoja inmediatamente todos los papelitos lanzados y solicitarle que pida disculpas a los compañeros “agredidos”, en el segundo, lo adecuado es hacer que el alumno recoja el material dañado y darle un plazo razonable para que pague con su presupuesto ordinario el vidrio roto, o para que él mismo lo adquiera y lo coloque. También se recomienda, cuando sea posible, conversar en privado con el niño, no para “sermonearlo” ni para “amenazarlo”, si no para preguntarle si hay algo más que él se comprometa a hacer para reparar los daños o la falta cometida, estos compromisos se dejan por escrito, se firman y cada persona implicada se queda con una copia (incluido el alumno).

**NOTA:** *Nunca solicite el apoyo de los demás compañeros para delatar los malos comportamientos de un estudiante, pues esto no sólo lo etiquetará permanentemente como un chico mal portado, sino que además usted se verá paulatinamente abrumado por la inmensa cantidad de “denuncias” y “chismes” del resto de los compañeros; sin darse cuenta muchos profesores alientan la conducta delatora de sus alumnos al atender todas y cada una de sus quejas, pero poco después se sienten agobiados e intentarán controlar ese comportamiento que en un principio ellos mismos estimularon.*

## 7. Regulación de la conducta social mediante economía de fichas o puntos

La técnica consiste en “jugar” a una microeconomía donde el niño obtiene puntos o fichas (de plástico o “fomi”) por realizar conductas socialmente adecuadas que después podrá intercambiar por los beneficios o reforzadores predilectos, obviamente también se le retirarán fichas por cometer acciones indeseables. Según la cantidad de puntos obtenidos éstos pondrán “canjearse” por beneficios tales como: calcomanías o estampas coleccionables, tiempo para leer una historieta favorita, elegir un juego para practicar con todo el grupo, tiempo para dibujar o armar un rompecabezas, etc. A través de ésta técnica se busca que el estudiante vaya adquiriendo la habilidad de autorregularse para no perder fichas y al mismo tiempo la de esforzarse por recolectar el máximo posible. Esta técnica es de uso individual y debe acordarse previamente con el alumno en lo privado, puede aplicarse sólo en unas asignaturas o en todas, pero siempre se debe considerar que es una medida temporal para mejorar la situación adaptativa del alumno, pues se corre el riesgo de generar dependencia a las fichas si no se desvanece correctamente este procedimiento. Si el chico termina dependiendo de las fichas para comportarse adecuadamente en la escuela, entonces se ha cometido un error grave en la aplicación de ésta técnica, para que esto no ocurra los profesores primero deben entregar fichas de manera constante y abundante todos los días

de la semana ante cualquier conducta correcta (por insignificante que ésta sea), después de 2 ó 3 semanas de “reforzamiento constante” se irán alternando los días en que sí se utilizan fichas con otros en que **no** se utilizan, al principio deben ser más los días de la semana en que sí se entregan fichas que los que **no**, y cuando los maestros observen que el estudiante mantiene un comportamiento adecuado a pesar de no recibir fichas entonces se aumenta el número de días **sin** fichas, y así paulatinamente hasta que ya no sea necesario recompensar al alumno para que se conduzca con propiedad durante toda la jornada escolar.

La economía de fichas también puede aplicarse de manera grupal y consiste en motivar a todo un grupo a conseguir un cierto número de fichas para obtener un beneficio común, las fichas las entregará el profesor cada vez que alguno de los alumnos realice una conducta socialmente adecuada dentro de su clase, y las irá suprimiendo si algún estudiante comete acciones socialmente incorrectas, por supuesto el profesor debe tener perfectamente definidos los criterios para entregar o suprimir puntos, de lo contrario se pueden generar conflictos serios entre los compañeros. Un ejemplo de economía de fichas grupal podría ser el siguiente: el docente podría decidir llevar de excursión a cierto grupo de alumnos que tienen especial predilección por la convivencia fuera de la escuela, para ello se puede establecer un periodo de 3 semanas en el cual se otorgarán fichas a todos los alumnos que emitan conductas socialmente adecuadas, y se quitarán a aquellos que realicen comportamientos indeseables, el grupo entero obtiene la excursión sólo si en ése lapso se consigue el número de fichas preestablecido; la condición indispensable para que todos los estudiantes se vean beneficiados con este procedimiento es fijar una cuota mínima de fichas a obtener por cada integrante, de lo contrario sólo algunos compañeros recolectarán las fichas mientras que los demás estarán atendidos al esfuerzo de los otros (para más información investigue respecto a la técnica “economía de fichas” en cualquier manual de modificación de conducta o pregunte a un psicólogo).

## 8. Automonitoreo

El **automonitoreo** consiste en darse cuenta del propio comportamiento y evaluar su significado y sus consecuencias de acuerdo con la situación, a fin de lograr un mejor control sobre sí mismo y sobre la relación con el medio. Existen estrategias de automonitoreo y autocontrol para que un alumno aprenda a observar su propia conducta, reduzca sus problemas de comportamiento y así aumente su éxito académico. Con tales estrategias, además se aumenta la responsabilidad del niño en su propio aprendizaje y conducta. Usted puede trabajar automonitoreo y autocontrol aplicando el siguiente procedimiento:

- A. Establezca un sistema de señales o claves, entre los dos, que haga saber al estudiante cuándo es necesario el automonitoreo.

- B. Identifiquen las conductas que van a ser monitoreadas.
- C. Diseñe una hoja de registro o tabla que incluya las conductas problema.
- D. Es importante proporcionar copias al niño para que las llene en situaciones acordadas, como en la clase.

Algunos apartados de la tabla pueden ser:

AFIRMACIÓN		SI	REGULAR	NO
1	Estoy poniendo atención al maestro	<input checked="" type="checkbox"/>		
2	Estoy pensando en otras cosas que no son de la clase.			<input checked="" type="checkbox"/>
3	Me estoy sintiendo inquieto.		<input checked="" type="checkbox"/>	
4	He estado agrediendo a mis compañeros con palabras o golpes.			<input checked="" type="checkbox"/>
5	Estoy respetando las reglas del salón.		<input checked="" type="checkbox"/>	
6	Estoy interrumpiendo el trabajo de mis compañeros.			<input checked="" type="checkbox"/>
7	Estoy realizando las actividades que me encargó el profesor.	<input checked="" type="checkbox"/>		
8	Estoy siendo grosero con mis compañeros o el profesor.			<input checked="" type="checkbox"/>
9	Me he estado haciendo el gracioso para provocar las risas de mis compañeros	<input checked="" type="checkbox"/>		

Llenar la tabla facilita al estudiante darse cuenta de su conducta y el efecto de ésta, lo cual le da lineamientos para poder modificar su comportamiento y autocontrolarse. En el caso de niños pequeños deben utilizarse imágenes, fotografías o dibujos en lugar de oraciones.

- E. Al dar las hojas de registro, explique al alumno, poniéndose usted en su lugar y representando roles y situaciones de la clase, para ejemplificar cómo llenar la tabla y en qué momento.
- F. Póngase de acuerdo con el alumno para elegir una señal que signifique que debe sacar su hoja de registro y llenarla, dos golpecitos en el escritorio dados por el profesor o decirle su nombre mientras el maestro se toca la barbilla pueden funcionar; el propósito de las señales ocultas es que los demás compañeros no estén pendiente de los comportamientos inadecuados del alumno con problemas de conducta.

## 9. Advierta las consecuencias negativas de la conducta

Comunique al estudiante (solo 1 o 2 veces), en forma clara, lo que ocurrirá si no obedece. Es muy importante ser consistente en la aplicación de la consecuencia, pues así el chico aprenderá a hacer lo que se espera de él sólo con la advertencia y sin necesidad de aplicar

excesivamente las consecuencias. La mejor manera de dar una advertencia es mediante una frase condicional de “Si... entonces...”; por ejemplo, dígame: “Si no trabajas con tu material ahora, entonces te lo retiraré”; use tono de voz firme pero calmado y sin gesticular excesivamente, no grite ni intente impartir al niño lecciones de conveniencia social o moral (“sermones”), eso de nada sirve. Frecuentemente la inversión positiva de las condicionales ayuda al alumno a sentir las sanciones de una manera menos severa y amenazante por ejemplo es más conveniente decir: “si terminas tu lección puedes salir al recreo” que decir “si no terminas tu trabajo no vas a salir al recreo”. Las consecuencias deben cumplirse, ya sean leves o intensas, y deben consistir en algo que realmente le importe al niño para que sean efectivas, por ejemplo sacar del salón a un alumno que no le gusta estar en clase no será para él una sanción, sino una recompensa; sea justo y proporcionado en el castigo, no se exceda.

## 10. Claves preventivas

Son una buena estrategia para detener una conducta inadecuada antes de que comience, y así evitar una confrontación vergonzosa para el estudiante o una reprimenda frente a todo el grupo. Establezca claves o señales con el alumno, de manera que una señal o una palabra signifique que ponga o mantenga la atención, o que deje de platicar o molestar. Por ejemplo, dibuje un semáforo y colóquelo en el escritorio: mostrarle la luz roja indica “cálmate” o “detente”, la luz verde significa que su comportamiento es adecuado. Otras claves que pueden utilizar los maestros son: tocar el hombro del estudiante, darse pequeños toques en la barbilla o golpear con el dedo sobre el escritorio para indicarle al niño que su comportamiento es incorrecto; si los profesores utilizan estas señales ocultas en cuanto empiezan a observar los primeros signos de inquietud podrán aún detener la emisión de conductas indeseables.

## 11. Revitalice el recreo escolar: convierta el recreo en una oportunidad para favorecer la socialización adecuada y para transformarse en un agente “motivante” para sus alumnos

Desgraciadamente los tiempos de recreo en las escuelas de educación básica están sumamente desaprovechados, y se han convertido en un tiempo muerto donde profesores y alumnos se dedican a “descansar” unos de otros; sin embargo se ha comprobado que los grupos docentes que invierten ciertos días de la semana a mejorar la convivencia entre la comunidad escolar durante el recreo, muestran un mejor nivel de control de grupo durante las clases formales. Cuando el docente de un grupo no es socialmente importante para sus estudiantes, sino solo representa el papel del profesor que castiga, controla y obliga,



suelen observarse niveles muy pobres de control sobre la conducta social/adaptativa de su grupo (el grupo solo se comporta adecuadamente mientras está el profesor, en cuanto el maestro se retira reaparecen todos los comportamientos indeseables que aparentemente habían sido solucionados, en éste caso los estudiantes sólo han aprendido a inhibirse para evitar los castigos pero eso no implica que se les haya enseñado a realizar las acciones socialmente correctas). Cuando un maestro adquiere el estatus de “agente reforzante” los alumnos suelen intentar conductas correctas con el fin de agradarlo para recibir sus elogios, reconocimiento o estímulos emocionales, y esto se consigue recurriendo a dos estrategias básicas: (1) implicarse en juegos organizados durante los lapsos de descanso, esto consiste en aplicar y participar en sencillos juegos durante el descanso, la idea es disfrutar el juego con chicos de diferentes grupos, el propósito es jugar para divertirse sin el objetivo de conseguir algún aprendizaje en particular, y (2) vinculándose con conversaciones personales que no impliquen contenido educativo sino que traten sobre los gustos, intereses y problemas de sus alumnos fuera de la escuela. Cuando los profesores se ganan la confianza de sus alumnos éstos suelen aumentar su nivel de disciplina pues se sienten comprometidos a respetar sus reglas y a no “quedar mal” frente a ellos.

## 12. Aumente las conductas adecuadas para disminuir las inadecuadas

Preste atención y refuerce el comportamiento positivo del estudiante cada vez que se presente, para diferenciarlo del negativo e indeseable. En esta forma, se incrementa la posibilidad de que el niño se comporte de las maneras deseables, mientras que se disminuye la frecuencia de las conductas inadecuadas, ya que él se da cuenta de que no gana nada con ellas, en contraposición a lo que obtiene con las buenas.

Aunque sea contradictorio muchos profesores y padres sancionan las conductas correctas de los estudiantes disminuyendo así la probabilidad de que estas vuelvan a ocurrir, por ejemplo cuando un alumno que inusualmente cumple con las tareas por fin cumple con ella, es común que el maestro le diga expresiones como “¡que milagro!”, “¿Qué te picó? ¡¡” etc., *esto es totalmente incorrecto e infuncional pero el profesor parece no darse cuenta de ello*; otro ejemplo podría ser cuando un alumno sumamente inquieto un día por fin permanece callado y trabajando en su lugar, aunque el maestro le ha solicitado una y otra vez durante todo el ciclo escolar que permanezca así, cuando esto finalmente ocurre es probable que el estudiante solo reciba a cambio expresiones sarcásticas como: “¿Por qué tan callado?”, “¿estás enfermo?”, “¿Te dieron de desayudar tortuga o por qué estas tan quietecito hoy?” etc. ***Resulta increíble cómo la escuela y la familia piden afanosamente conductas adaptativas a sus niños y cuando estas ocurren en lugar de reforzarlas o motivarlas suelen castigarlas verbal o socialmente.***

### 13. Utilización de consecuencias negativas para reducir la “mala” conducta

Resulta lógico que un alumno que no cuenta con las competencias mínimas para adecuarse a las normas básicas de interacción social en la escuela comience a ver mermado su rendimiento académico, sobre todo cuando el único recurso estratégico que utiliza la comunidad escolar para “adaptar” a estos niños es el castigo: sacarlo del salón, reprenderlo verbalmente, eliminarle beneficios, recluirlo en la dirección, impedirle la convivencia con otros compañeros etc. Las investigaciones en Psicología Conductual conducen a una conclusión inequívoca: la peor manera de tratar los problemas de conducta en la escuela es utilizar exclusivamente los procedimientos sancionadores, pues esto traerá consigo consecuencias altamente desfavorables sobre la conducta futura, la motivación para el aprendizaje y el autoconcepto de los estudiantes. Un claro ejemplo de ésta manera de proceder es la añeja tradición de los reportes en las secundarias.

No obstante la utilización ocasional, prudente y precisa de las **técnicas punitivas** es siempre una opción para los profesores. Se sabe que cuando una conducta es seguida consistentemente por consecuencias negativas para el alumno, la conducta disminuye en frecuencia e intensidad; esto es lo que se llama **castigo**, y debe ser, además de consistente, breve, inmediato y no emocional:

- **Consistente:** significa que cada vez que ocurra la conducta indeseable debe aplicarse la sanción correspondiente, de lo contrario la conducta se afianza aun más. De ahí la importancia de que haya acuerdos entre los profesores, por ejemplo, si un maestro de educación física ha retirado parcialmente de un juego a uno de los estudiantes por no estar participando como se le indica, no puede llegar el director de la escuela y reincorporar inmediatamente al alumno a la actividad argumentando “que nadie puede estar fuera de la clase”, el director debe respetar estrictamente la sanción del profesor y esperar a que el tiempo de “castigo” trascurra antes de regresar al alumno al juego; observe que en éste caso la sanción es justa y que la interrupción del director vuelve a poner en ventaja al alumno y en desventaja al maestro.
- Ser **consistente** también significa **no rendirse**: evite que el estudiante consiga lo que quiera cuando no se lo merece y manténgase firme en sus sanciones (siempre y cuando sean justas, razonables y fundamentadas). No preste atención a las llamadas de atención inapropiadas para la edad del chico como gemidos, berrinches y gritos, ignore lo inadecuado; muchos profesores generan terquedad y altísimos niveles de oposición verbal entre sus estudiantes al “**engancharse**” con sus argumentos, algunos niños que presentan problemas de conducta tienen una gran habilidad para “envolver” a sus profesores en su discurso con el fin de evitar ser castigados, lo peor es que algunas veces ésta estrategia les resulta efectiva por lo cual intentarán repetirla en lo futuro; resulta curioso observar cómo algunos docentes se enfrentan

verbalmente a sus alumnos en discusiones públicas que no van a ninguna parte, incluso en ocasiones da la impresión de estar viendo a dos compañeros que se aferran a sus explicaciones para ver quién gana; esto es completamente inadecuado, por eso si usted tiene evidencias contundentes sobre la conducta inapropiada de un estudiante, lo mejor es explicarle brevemente la falta cometida, cumplir la consecuencia e ignorar cualquier intento del alumno por justificar su conducta incorrecta. NO es que el chico nunca pueda quedarse callado cuando se le castiga sino que el profesor alienta las impertinencias al ponerse a discutir al nivel del alumno, el cual a veces consigue evitar las consecuencias al abrumar con palabras a un profesor que se presta a ello. Claro que hay que permitir la réplica en un alumno que desea defenderse de una acusación de la que no estamos seguros, pero no es correcto “engancharse” cuando el propio docente ha observado en directo el mal proceder.

- Inmediato: significa que las consecuencias negativas tienen que ocurrir a los pocos segundos de realizado el comportamiento inadecuado. Es mucho más eficaz que los profesores apliquen sus propios correctivos en vez de esperar a darle la queja a la madre, o esperar a que el director se desocupe para mandárselo. Las áreas de dirección, psicología y orientación poco pueden hacer si usted les manda al niño para que “platicuen con él” o para que “lo hagan consciente de su mala conducta”, éstas medidas son raramente útiles en casos graves. Aplicar consecuencias inmediatas lo protege a usted de alterarse y al alumno de ser castigado desproporcionadamente. La típica estrategia de “te hablo por la buenas, luego por las malas, pero como no me obedeces me haces enojar y tengo que castigarte” es una pésima forma de aplicar las sanciones, pues el alumno no sabe cuando detenerse, ya que los límites de tolerancia están determinados por la disposición emocional del maestro, la cual es sumamente irregular en las personas.
- No emocional: significa que el profesor debe evitar alterar su propio comportamiento en busca de que el niño obedezca. Aunque no es sencillo, trate de controlar su enojo y frustración para no excederse en los castigos y dañar con ello al estudiante. Los maestros firmes, tranquilos, justos y silenciosos son los más efectivos al modificar la conducta

No está demás repetir que es importante no insistir demasiado en las consecuencias negativas, pues el estudiante se desmotiva si se le castiga con mucha frecuencia, y pierde el interés por la educación en general.

#### **14. Promover la simulación de las conductas inadecuadas que ocurren en el salón y sus soluciones**

Esta es una estrategia sumamente efectiva que consiste en solicitar a algunos estudiantes que participen voluntariamente en la “actuación” de situaciones socialmente inadecuadas

observadas en el salón de clase. Puede decirse que los alumnos serán los “actores” de las “conductas problema” que han ocurrido en el aula, el objetivo es que todo el grupo observe mediante una improvisada “obra de teatro” los comportamientos inadecuados de ciertos integrantes y encontrar soluciones entre todos para que no sigan ocurriendo. Primero deben actuarse las “situaciones problema” y luego las soluciones propuestas por el grupo, es decir las formas apropiadas de comportarse. Se recomienda usar la actuación inmediatamente después de que el docente haya observado la conducta indeseable, éste deberá detener unos minutos la clase y captar la atención de todo el grupo para organizar una pequeña “obra”. Primero, el profesor debe pedir a tres o cuatro alumnos “voluntarios” que actúen la situación conflictiva que acaba de ocurrir (por ejemplo una pelea entre tres compañeros), el maestro debe describir con detalles lo ocurrido y designar los roles que adoptarán lo “actores voluntarios”, una vez observada la primera actuación se piden opiniones respecto a lo ocurrido y se rescatan otras formas más adecuadas de solucionar el problema, deben actuarse tantas soluciones como sea necesario antes de dar por concluido el asunto. Es importante que los protagonistas del evento incorrecto sean al principio sólo espectadores de la “actuación” y después solicitarles que participen actuando una mejor forma de comportarse. La función del maestro es guiar el debate para encontrar soluciones y cerrar la actividad obteniendo conclusiones. Cuando los alumnos observan desde fuera sus conductas inadecuadas aumenta la probabilidad de poder controlarlas al hacerse concientes de ellas. Ésta estrategia es exponencialmente más efectiva que el clásico regaño de los maestros cuándo algunos niños se comportan inadecuadamente en la escuela; la actuación de los comportamientos inadecuados, al ser más concreta y experiencial, suele ser más efectiva que la palabra, recuerde que ser socialmente competente significa poder realizar las acciones correctas para la convivencia y no sólo comprender que se ha actuado mal.

## Conclusiones

Al ayudar a un estudiante a aprender a controlarse, enfocar su atención y medir sus acciones, usted no sólo obtendrá de él buena conducta y buen rendimiento académico, sino que le estará comunicando su afecto e interés, lo cual le dará la seguridad necesaria para un buen autoconcepto y autoconfianza. Si el niño ve que usted cree en él, lo respeta y lo comprende, él podrá tener los mismos sentimientos hacia sí mismo. El trabajo con alumnos que presentan problemas de conducta requiere de mucha paciencia y compromiso, pero el objetivo es invaluable. No se dé por vencido, ni se culpe por alguna falla o cuando las cosas no salen como lo esperaba, ya que esto puede limitar el trabajo y cambiar las expectativas de mejoría. Sabemos que la ausencia del chico en el salón se siente, se nota, todo parece estar más tranquilo sin él, pero si Ud. no favorece su mejor adaptación al ambiente es casi seguro que sus padres no podrán hacerlo solos. Recuerde que Ud. es el profesionalista y más indicado para ayudarlo, los padres poco pueden hacer si Ud. al final de clases solo les da

la queja de lo mal que se portó el alumno, recuerde que ningún padre puede tener un control remoto para regular a distancia la conducta de sus hijos. Es función de la familia contribuir corresponsablemente a la mejoría de los chicos, pero también, como lo vimos en este documento, es labor de los docentes habilitarse en el manejo sistemático de los problemas de conducta en su trabajo cotidiano. La expulsión escolar de un chico que presenta problemas de conducta no contribuye en nada a su futuro personal, y sólo lo hace más proclive a la vagancia, la pobreza y en casos extremos a la delincuencia, por ello la función de los maestros juega un papel importantísimo en vida de sus alumnos. Tenga presente que no se trata de buscar a quien culpar por el mal comportamiento de algunos jóvenes, sino de ayudar a ciertos estudiantes para quienes las cosas son algunas veces un poco más difíciles.





# BIBLIOGRAFÍA

BETANCOURT, J. (2008) *Atmosferas creativas 2: rompiendo candados mentales*. Manual moderno. D.F., México.

CASCON SORIANO P., MARIN BERISTAIN, C. (2005) *La alternativa del juego (1) Juegos y dinámicas de educación para la Paz*. Catarata. Madrid, España.

CASCON SORIANO, P. MARIN BERISTAIN, C. (2006) *La alternativa del juego (2) Juegos y dinámicas de educación para la Paz*. Catarata. Madrid, España.

CORTES ZUÑIGA, N. DE SANTIAGO, R.A. (1997) *Programa de estimulación integral para el desarrollo psicológico infantil*. UAA. Aguascalientes, México.

DELVAL, J. (1986) *La psicología en la escuela*. Aprendizaje Visor. Madrid, España.

SOTO TORO, J. SUMELZO LISO, J.I. CAMPAÑA TORRES, J.L. (2004) *Juegos en la educación física*. Noriega Editores. Madrid, España.

VIGOTSKY, L.S. (1956) *Aprendizaje y desarrollo intelectual en la edad escolar*. Leontiev-Luria. Moscú, Rusia.

ZAPATA, O. (1995) *Aprender jugando en la escuela primaria: didáctica de la psicología genética*. Pax. D.F. México.

**PROGRAMAS DE DESARROLLO  
SOCIAL/AFFECTIVO  
para Alumnos con Problemas de Conducta**  
Instituto de Educación de Aguascalientes  
Aguascalientes, Ags.

---