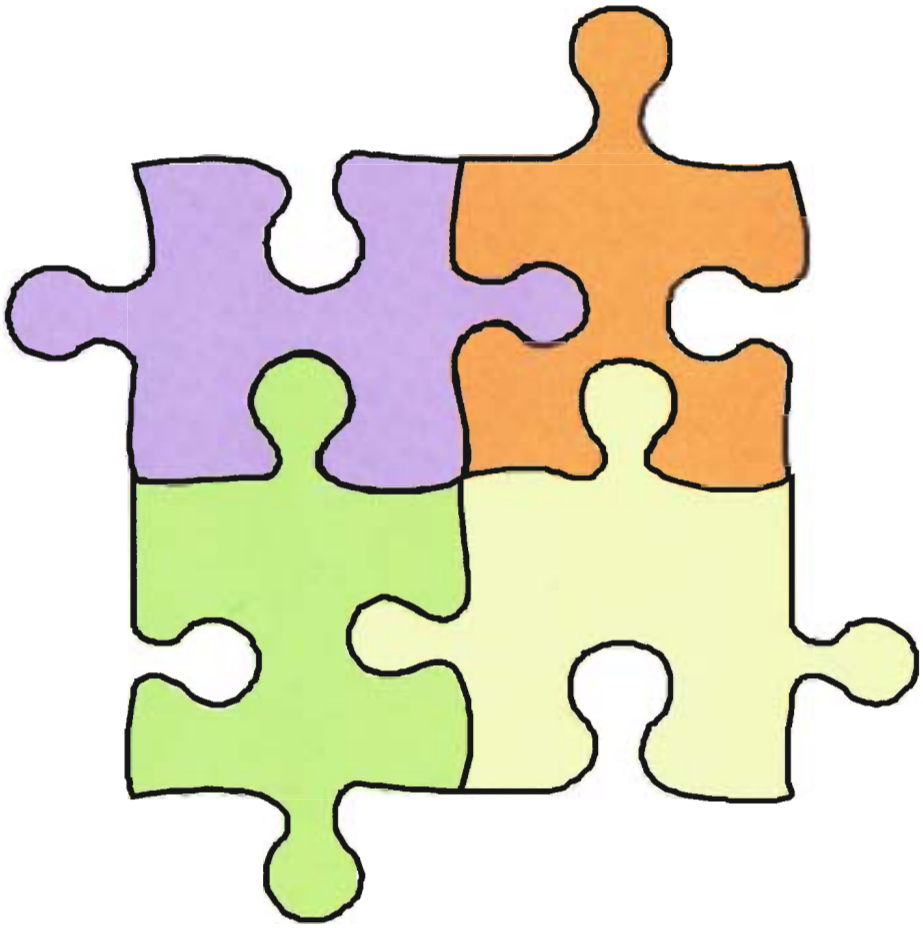
EDUCACIÓN EMOCIONAL Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA CON PERSPECTIVA DE GÉNERO

MANUAL DE SENSIBILIZACIÓN PARA DOCENTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA

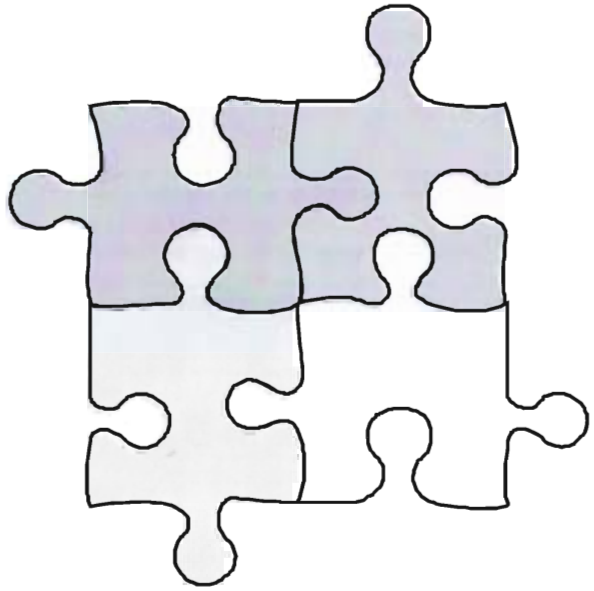
Marta Leticia Villaseñor García
María de los Ángeles González Ramírez
Leticia Serrano Méndez
Hilde Eliazer Aquino López



EDUCACIÓN EMOCIONAL Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA CON PERSPECTIVA DE GÉNERO

MANUAL DE SENSIBILIZACIÓN PARA DOCENTES DE EDUCACIÓN PRIMARIA Y SECUNDARIA

Marta Leticia Villaseñor García
María de los Ángeles González Ramírez
Leticia Serrano Méndez
Hilde Eliazer Aquino López



Educación Emocional y Prevención de la Violencia con Perspectiva de Género
Manual de Sensibilización para docentes de Educación Primaria y Secundaria
Instituto Jaliscience de las Mujeres
Primera Edición. Diciembre 2007.

Queda prohibida la reproducción parcial o total de esta publicación en forma alguna, sistema electrónico, mecánico, de fotorreproducción, sin la autorización escrita del Instituto Jaliscience de las Mujeres.

ISBN: 978-968-5843-13-3

Derechos reservados. Instituto Jaliscience de las Mujeres.
Miguel Blanco No. 883, Col. Centro, C.P. 44100,
Guadalajara, Jalisco, México.

© Copyright 2008

Talleres Gráficos de Ocho Columnas
Av. Patria 1501, Col. Lomas del Valle.
Zapopan, Jalisco, México
Impreso en México - Printed in Mexico

PRESENTACIÓN

El presente trabajo *Educación Emocional y Prevención de la Violencia con Perspectiva de Género. Manual de Sensibilización para Docentes de Educación Primaria y Secundaria,* representa una iniciativa del Instituto Jalisciense de las Mujeres para fomentar una cultura de equidad y no violencia en las niñas y en los niños jaliscienses. En nuestros días esto se ha convertido en una necesidad impostergable para prevenir el problema de la violencia en la escuela y en la familia que como sociedad enfrentamos.

Por ello nos hemos dado a la tarea de elaborar y difundir este material para trabajar desde la infancia en un ambiente de no violencia en el contexto escolar bajo la perspectiva de género y la educación emocional, permeado por los valores de respeto y tolerancia hacia el otro. Todo ello para generar un entorno social favorable para el desarrollo humano pleno de las nuevas generaciones y que promueva y garantice el respeto a los derechos de niños y niñas.

Este Manual es posible gracias al apoyo otorgado por el Gobierno Federal, a través de la Secretaría de Desarrollo Social y el Instituto Nacional de Desarrollo Social, por medio del Programa de Apoyo a Instancias de Mujeres en las Entidades Federativas 2007.

Lic. Carmen Lucia Pérez Camarena.

Presidenta del Instituto Jalisciense de las Mujeres.

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN 7

PRIMERA PARTE
Creencias culturales y sociales sobre los géneros
Conceptualización: sexo, género, roles, estereotipos, perspectiva de género, equidad, igualdad, identidad 11

SEGUNDA PARTE
Educación emocional
Conceptualización: emociones, educación emocional, autoestima 21

TERCERA PARTE
Violencia en la escuela
Conceptualización: violencia, tipos de violencia, violencia en la escuela, conflicto y negociación 29

CUARTA PARTE
Actividades para la sensibilización en educación emocional y prevención de la violencia en el aula

I-. Actividades para la educación emocional, con perspectiva de género 45

II.- Actividades para la prevención de la violencia, con perspectiva de género 77

CONSIDERACIONES FINALES 93

APÉNDICE
I.- Competencia de la SEJ ante la violencia intrafamiliar detectada en las escuelas 95

II.- Lo que el profesorado debe saber sobre la Norma Oficial Mexicana NOM-190-SSA1-1999. Prestación de Servicios de Salud. Criterios para la Atención Médica de la Violencia Familiar que se manifieste en las escuelas 98

REFERENCIAS 103

INTRODUCCIÓN

Hemos aprendido
a volar como los pájaros
y a nadar como los peces,
pero no hemos aprendido
el sencillo arte de vivir juntos
como hermanos.

Martin Luther King

El propósito del presente manual es el de plantear de manera didáctica, actividades para desarrollar habilidades, recursos, y técnicas que permitan transformar en el aula y en la comunidad escolar, tres temas transversales del sistema educativo:

1. la perspectiva de género, para visibilizar las formas de reproducción de roles y estereotipos de género que se refuerzan en la escuela,
2. la educación emocional, ya que las emociones acompañan siempre a cada persona, son co-protagonistas de todas sus interacciones sociales y con el mundo que les rodea,
3. la violencia, que también está presente en la escuela, es un problema social que impide un desarrollo integral de los individuos y de las sociedades.

En la actualidad se requiere de mucha atención en las interacciones sociales que se generan en el interior de las escuelas; adquiere gran relevancia para la comunidad la promoción de una convivencia armoniosa, pacífica y democrática como parte de las funciones fundamentales para las que fue creada la escuela.

En la primera parte de este manual se encuentran los principales conceptos de esta propuesta transversal: sexo, género, rol, estereotipo, perspectiva de género. Desde que se nace, todo lo que se vive después de que fueron vistos los genitales es género; es la construcción de la identidad de cada persona que se fue formando por la cultura y la sociedad.

En la segunda parte se habla de las emociones y cómo trabajar con ellas es también construir en la autoestima la habilidad psicológica más importante que podemos desarrollar para poder desenvolvernos con destreza en la sociedad. Se aprende, y puede enseñarse. Se basa en hechos, verdades, logros y capacidades. La educación emocional es una forma de prevención primaria para infantes y jóvenes, pues en su desarrollo hacia la vida adulta necesitan recursos y estrategias para enfrentarse con las inevitables experiencias que la vida les depara.

En la tercera parte se describe la violencia como una manifestación muy compleja que no está conformada solamente por los hechos concretos que la

expresan, sino que a estos hechos subyacen emociones. La violencia que acontece en la escuela no es producto de un solo factor, sino de distintas circunstancias individuales y sociales; las conductas violentas o agresivas, si bien son aprendidas o copiadas, también pueden ser reorientadas hacia conductas sanas para el individuo y la sociedad en que habita.

En lo que toca al concepto de violencia en la escuela, existen múltiples elementos para su caracterización. Dado que la violencia no adopta una sola forma, ni se habla de ella en un solo sentido, resulta más pertinente referirse a formas de violencia: violencia emocional, psicológica o verbal; violencia física, y violencia sexual; todas ellas tienen como característica fundamental que se presentan dentro de la propia escuela.

En la cuarta parte se incluyen actividades con las cuales se fortalecerá una educación sensible e integral sobre educación emocional y prevención de la violencia, con perspectiva de género.

En el apéndice de este manual se encuentran la norma nacional y estatal que marcan las acciones en las que el/la docente se apoyará para canalizar al alumno/a cuando presente indicadores de violencia doméstica.

Los temas aquí expuestos, género, emociones y violencia, deben constituirse en parte medular a considerar en las políticas públicas del sistema educativo, estos tres ejes, de sensibilización y reflexión, tienen que encontrar en el aula efectos multiplicadores para formar personas integrales; y no como lo hemos hecho hasta ahora, formando niñas y niños con géneros estereotipados, sin educación emocional ni autoestima y relacionándose de maneras violentas. La problemática de la violencia ha de ser vista no sólo como un tema de actualidad a investigar, sino como una de las tareas prioritarias a atender.

PRIMERA PARTE

CREENCIAS CULTURALES Y SOCIALES SOBRE LOS GÉNEROS

CREENCIAS CULTURALES Y SOCIALES SOBRE LOS GÉNEROS[1]

No podemos convertirnos
en lo que necesitamos ser
si seguimos siendo lo que somos.

Max Depree

Conceptualización: sexo, género, roles, estereotipos, perspectiva de género, igualdad, equidad, identidad.

Giroux (1990), señala que diversos autores de la teoría de la reproducción afirman que la enseñanza escolar legitima la desigualdad; que el estatuto del nivel inferior destruye la autoestima; que las escuelas, como máquinas de clasificación, preparan a los estudiantes para los roles de adultos, contribuyendo así a mantener la estructura social y los patrones organizativos de la sociedad en general; que las escuelas constituyen y distribuyen a los estudiantes de acuerdo con la raza, la clase social y el sexo, y que los estudiantes descontentos normalmente terminan en las mismas profesiones de estatuto social inferior que ya habían sido las de sus padres.

Además, es un hecho que cada sociedad y cada cultura otorga una valoración y un significado distinto a las diferencias de sexo y ha elaborado ideas, concepciones y prácticas acerca del SER Hombre y del SER Mujer, y cada generación cumple con su papel de transmitir esa enseñanza a sus hijos/as, nietos/as.

SEXO

Es el grupo de características biológicas o físicas con las que se nace, y que diferencian a las mujeres de los hombres.

- El tipo de genitales y aparato reproductor (pene, testículos, vagina, útero, ovarios).
- El tipo de hormonas predominantes que circulan en el cuerpo (estrógenos, testosterona).
- La capacidad de producir semen u óvulos
- La capacidad de parir y de amantar.

Esto significa que las únicas diferencias que existen entre hombres y mujeres son las físicas y sexuales; otras que se puedan imaginar son sociales: el comportamiento, las habilidades, las actitudes, la manera de pensar y sentir.

[1] Adaptación de: *Hombres y mujeres* ... (2004).

DIFERENCIAS ENTRE SEXO Y GÉNERO	
SEXO	**GÉNERO**
Es biológico Diferencias físicas entre hombre y mujer. Pene, vagina, ovarios, testículos, útero. Son los órganos sexuales que tienen la función de reproducción de la especie.	**Son roles y estereotipos** Responsabilidades, y comportamientos cultural y socialmente construidos.
Es universal Como depende de factores biológicos, el sexo es igual en cualquier época y lugar. Los factores relacionados con el sexo son universales, en cualquier país los hombres tienen penes y las mujeres tienen vaginas.	**Es cultural y social** Los elementos relacionados con el género varían dentro de las culturas y entre ellas; los roles de las mujeres y hombres en Kenia, pueden ser diferentes de los de los hombres y mujeres en la India.
Se nace con el sexo	**Es comportamiento aprendido**
Generalmente no cambia No cambia por sí solo. El cambio es ahora posible mediante intervención quirúrgica.	**Cambia con el curso del tiempo** En el pasado, pocas mujeres fueron abogadas o médicas; hoy es muy común encontrar mujeres en estas profesiones.
No varía	**Varía dentro de las culturas y sociedades y al interior de ellas**

GÉNERO

El género es un constructo cultural en el que juegan gran importancia para su creación todas las personas que rodean al bebé durante sus primeros años de vida y luego a lo largo de su existencia. Cuando se emplea este término se está haciendo alusión a esas características consideradas socialmente apropiadas para mujeres y varones dentro de cada sociedad concreta. El concepto género remite a las relaciones entre mujeres y hombres construidas socioculturalmente; plantear así estos términos lleva a reconocer que si género es una construcción social puede ser transformada.

El género, como construcción cultural derivada de la sexuación, es una categoría cultural impuestas sobre un cuerpo sexuado. Los géneros, como construcciones sociales se negocian a medida que se transforma la división sexual del trabajo. Se refiere a las ideas y expectativas compartidas culturalmente con respecto a mujeres y a hombres. Son las características, habilidades y valoraciones típicamente consideradas femeninas y masculinas; es decir, cómo deben comportarse las mujeres y los hombres en determinadas situaciones.

Estas ideas y expectativas se aprenden en las familias, con los grupos de amistades, de a quienes se otorga autoridad moral, de las instituciones religiosas y culturales, en las escuelas, en los trabajos, de los y las líderes de opinión, de la publicidad y de los medios de comunicación; influyen y se reflejan en diferentes roles, posiciones sociales, poder económico y político que tienen las mujeres y los hombres en la sociedad.

La estructuración del género se convierte en un hecho social de gran fuerza que incluso se piensa como natural; por ejemplo, al pensar que todas las mujeres serán madres, o que los hombres no lloran; lo mismo pasa con ciertas capacidades o habilidades supuestamente biológicas, que son construidas y modificadas social y culturalmente, por ejemplo que todas las mujeres saben cocinar, o que todos los hombres son racionales; que todos los hombres son violentos, o que las mujeres no aprenden a manejar bien.

A partir de estas diferencias de género se han originado discriminaciones, en especial en contra de las mujeres limitándoles a lo largo de la historia las oportunidades para su desarrollo personal y desmejorando su calidad de vida en relación con la de los hombres; por ejemplo, a las mujeres se les remite al espacio privado o doméstico, mientras que a los hombres se les ubica en el espacio público o político.

Las características de género

- están relacionadas con lo que cada sociedad considera correcto para el comportamiento de mujeres y de hombres,
- pueden cambiar o permanecer sin modificaciones, dependiendo de la época, del lugar, de la cultura y de la sociedad,
- no están relacionadas con la apariencia física de las personas (sexo), sino con su comportamiento, sus actitudes y sus habilidades,
- el género es el resultado de una construcción y una enseñanza social que se aprende a través de las principales instituciones de la sociedad (familia, iglesia, escuela) y que se vuelve propio de la persona al aceptar esas características; el análisis de género demuestra que estos atributos y deberes simbólicos asignados a su sexo no son naturales, no se nace con ellos.

PAPEL O ROL DE GÉNERO

La manera en que se estructuran las pautas de género es en los roles, por ello resulta importante y necesario conocer cuáles son los roles asumidos por cada persona. Por rol se entienden las prescripciones, normas y expectativas de comportamiento de lo femenino y de lo masculino: lo que realizo y cómo defino mi ser persona. También existen diferencias de rol respecto a etnia y a edad, otras referidas a la división sexual del trabajo, y a las formas de expresar sentimientos.

Rol de género es el papel que nos toca hacer como hombres o como mujeres, según lo indica y espera la sociedad. Papel, función o representación que juega una persona dentro de la sociedad, basado en un sistema de valores y costumbres, que determina el tipo de actividades que ésta debe desarrollar.

Los acuerdos de las relaciones entre hombres y mujeres, cuyo origen es la familia, reflejan los roles en la división sexual del trabajo.

MUJERES	HOMBRES
Tienen hijas/os. Los crían y los cuidan.	Protegen a la mujer e hijos/as. Son proveedores de la familia.

Las actividades sociales que desempeñan las mujeres y los hombres reflejan roles en las ocupaciones y ámbitos de realización.

MUJERES	HOMBRES
Ama de casa. Maestra. Enfermera.	Político. Obrero. Científico.

Las implicaciones de los roles de género se refieren también a una serie de comportamientos y sentimientos que se han socializado de tal forma que se valoran de acuerdo al género.

MUJERES	HOMBRES
Temerosas y débiles. Sentimentales. Maternales.	Fuertes y valientes. Racionales. Agresivos.

ESTEREOTIPOS

De las expectativas de comportamiento generadas en los roles, las personas con esta información generan estereotipos de género; estos se refieren a las creencias, expectativas y atribuciones sobre cómo debe ser y cómo debe comportarse cada género. Con frecuencia son simplificaciones excesivas y reflejan prejuicios, clichés e ideas preconcebidas. El estereotipo de género, es la idea fija y repetida sobre lo que creemos, propia de todas las mujeres y sobre lo que creemos propio de todos los hombres.

Los estereotipos generan dicotomía por tratar a los sexos como diametralmente opuestos y no con características parecidas. El estereotipo de género logra convertirse en un hecho social tan fuerte que llega a creerse que es algo natural. Sin embargo, los hombres y las mujeres son dos grupos que tienen muchas semejanzas y algunas diferencias.

Estereotipos derivados de las relaciones primarias entre hombres y mujeres por la división sexual del trabajo en el ámbito familiar.

MUJERES	HOMBRES
Si es esposa y madre, entre otras cosas se espera de ella que: - se dedique sólo al hogar, - mantenga la casa aseada, - no asista a lugares donde van mujeres solteras, - sea tierna y amorosa con su familia.	Si es esposo y padre, entre otras cosas se espera de él que: - tenga trabajo remunerado, - destine todo su sueldo a los gastos familiares, - sea responsable, - proteja a su familia.

Estereotipos construidos socialmente

- Los cuerpos de las mujeres son para parir hijos/as, coser, planchar y cocinar.
- Los cuerpos de los hombres son para salir a trabajar para mantener el hogar.
- Las mujeres en los anuncios publicitarios tienen que ser jóvenes, delgadas, provocativas, sensuales, de piernas largas, con tacones, con faldas cortas, escotes, maquilladas, entre otros.
- Los hombres en los anuncios publicitarios son presentados como exitosos, fuertes, agresivos, musculosos, entre otros.

Algunos de los estereotipos más comunes para los géneros femenino y masculino.

LOS ESTEREOTIPOS CONSIDERAN	
QUE LAS MUJERES SON	QUE LOS HOMBRES SON
Amas de casa	Proveedores
Dependientes	Independientes
Débiles	Fuertes
Poco importantes	Muy importantes
Sentimentales	Racionales
Frágiles	Protectores
Volubles	Consecuentes
Tímidas	Extrovertidos
Hogareñas	Aventureros
Pasivas	Activos
Conformistas	Ambiciosos
Subjetivas	Objetivos
Secretarias	Jefes
Sobreprotectoras	Autoridad
Pacientes	Impetuosos
Cuidadoras	Guardianes
Cooperativas	Competitivos

LA PERSPECTIVA DE GÉNERO

Desarrolla una visión explicativa y alternativa de las relaciones de género, proyecta su potencial en los ámbitos académicos, en los movimientos

feministas, en las organizaciones ciudadanas, en los organismos públicos e internacionales, también en las agendas de las conferencias internacionales. Significa utilizar los elementos de la teoría de género para analizar las relaciones sociales entre hombres y mujeres, con el fin de proponer acciones tales como políticas nacionales y la ejecución de proyectos, que promuevan la construcción de relaciones más equitativas entre hombres y mujeres.

IGUALDAD

La igualdad es la semejanza de estatus social, derechos, responsabilidades y oportunidades, de las mujeres y de los hombres respecto de la ley, y en su interacción en la sociedad.

La igualdad entre mujeres y hombres está establecida en la Constitución Mexicana en el Artículo 4º, y en la Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres, pero ¿en realidad mujeres y hombres son tratados en condiciones de igualdad? Por sí misma la igualdad jurídica no genera igualdad social.

Dar trato igualitario a personas socialmente desiguales genera mayor desigualdad; por ejemplo, mujeres mayores de cuarenta años que estuvieron de amas de casa y que quieren ingresar al mundo del trabajo sin carrera y sin experiencia laboral, no ingresan al mercado laboral con las mismas condiciones que otras mujeres o que otros hombres. Otro ejemplo, las mujeres no tienen el mismo salario que los hombres por un trabajo igual, esto por la creencia de que ellas no mantienen a la familia, mientras que ellos sí. Ocurre lo mismo con respecto a ocupar puestos de mando o directivos, los puestos se los dan con mayor frecuencia a los hombres porque de las mujeres se piensa que son más inestables para tomar decisiones.

Aún cuando las leyes dictan normas de igualdad entre mujeres y hombres, las sociedades estratificadas en estereotipos de género provocan la desigualdad. Por lo que hay que modificar la vida familiar y establecer condiciones de ventaja para las mujeres a fin de avanzar en una política de igualdad de oportunidades, donde mujeres y hombres puedan realizarse física, intelectual y emocionalmente, pudiendo alcanzar las metas que establecen para su vida, esto presupone el derecho a las mismas condiciones sociales de seguridad, remuneración, oportunidades sin riesgos en el trabajo, desarrollando sus capacidades potenciales sin distinción de género, clase, sexo, edad, religión etnia, opción sexual.

Cabe recordar que la declaración mundial de la conferencia de la UNESCO Educación para Todos en su Artículo 3.3 señala que "la prioridad más urgente es garantizar el acceso y mejorar la calidad de la educación para niñas y mujeres, y suprimir cuantos obstáculos se opongan a su participación activa. Deben eliminarse de la educación todos los estereotipos en torno a los sexos." (www.oei.es/efa2000jomtien.htm).

Un sistema de educación en el que los estudiantes de ambos sexos conviven en las mismas aulas y escuelas, refleja los cambios de actitud que han acompañado el desarrollo de la experiencia humana desde estilos de vida simples a complejos. Debido a que los roles de hombres y mujeres evolucionan y se modifican dentro de una sociedad determinada, ésta debe proporcionar una estructura de educación adecuada a esos cambios.

EQUIDAD

Pretende el acceso de las personas a la igualdad de oportunidades y al desarrollo de la capacidad básica; esta significa que se deben eliminar las barreras que obstaculizan las oportunidades económicas y políticas, así como el acceso a la educación y los servicios básicos, de tal manera que las personas (hombres y mujeres de todas las edades, condiciones y posiciones) puedan disfrutar de dichas oportunidades y beneficiarse con ellas. Implica la participación de todas y todos en los procesos de desarrollo y la aplicación del enfoque de género en todas las actividades.

Cuando se habla de equidad de género se está hablando de

- democratizar los roles entre hombres y mujeres; que ninguna persona se vea obligada o limitada a hacer cosas o a asumir determinadas conductas en razón de ser mujer o de ser hombre,
- permitir y brindar oportunidades para que cada persona desempeñe diferentes tareas sin importar su sexo,
- que las mujeres y los hombres tengan las mismas posibilidades de acceder a todos los recursos del desarrollo,
- que las mujeres y los hombres participen tanto en el ámbito privado como en el público; es decir, que la participación y la toma de decisiones se den y que no sea sólo al interior del hogar, sino también en sus comunidades y a nivel social en general,
- que se establezcan relaciones de respeto e igualdad entre las mujeres y los hombres,
- que todas las personas sean valoradas de igual manera, sin importar su sexo, etnia, clase social, edad, opción sexual.

Significa justicia, es decir, dar a cada cual lo que le pertenece reconociendo las condiciones o características específicas de cada persona o grupo humano (sexo, género, clase, religión, edad); es el reconocimiento de la diversidad, sin que ésta signifique razón para la discriminación.

IDENTIDAD

Todo lo que las personas viven después de que al nacer fueron vistos sus genitales es género, pero incluso desde antes del nacimiento ya se tienen expectativas de género, del rol que se desempeñará si se es niña o niño; todo

esto lleva a la construcción de la identidad que se va formando por la cultura y la sociedad. Otras características que forman parte de la identidad de las personas son la etnia, el color de la piel, la clase socioeconómica, el estado civil, la edad, la religión, ser o no madres, la nacionalidad; algunas de estas características que conforman la identidad cambian con el tiempo: el estado civil, la religión, la edad.

La identidad es un proceso que se construye en diferentes momentos de la vida y en distintos espacios: en el hogar con el grupo familiar, padres y madres, tíos/as, abuelos/las, hermanos/as, primos/as..., en la escuela con los maestros/as, directivos, compañeros/as, y en la comunidad con dirigentes, vecinos/as... La identidad es resultado de la interacción del individuo consigo mismo, con sus semejantes y con el medio que le rodea.

Cada persona, puede desarrollar su identidad si es capaz de

- **autopercibirse** respecto a sus características físicas: etnia, color de la piel, tamaño, contextura,
- **autoconocerse** como hombre o mujer con capacidades iguales y equidad de género para compartir diferentes papeles. Conocer las propias emociones,
- **autovalorarse** como persona sensible e inteligente capaz de cumplir sus deberes y derechos,
- **autocontrol,** manejar las emociones, y la no violencia,
- **automotivación,** motivarse a sí mismo/a,
- **empatía,** reconocer las emociones de los demás.
- **habilidades sociales**, establecer buenas relaciones con los demás.

Escuela e identidad

La escuela amplía la socialización del infante, más allá de su familia, hacia una interacción regular con sus maestros/as y compañeros/as. De esta manera, los conocimientos que adquieren y las capacidades que desarrollan, se complementan en términos formativos con la interacción en base a "normas", que son pautas seguidas por los miembros de un grupo y constituyen elementos necesarios para el equilibrio de las interacciones.

Las normas y pautas de comportamiento son necesarias para regular las interacciones siempre que no sean impuestas por los adultos, sino producto de la aceptación de los mismos alumnos/as. Por ello, es importante su participación para establecer las normas y acuerdos en la institución educativa. Una adecuada consideración de las normas favorece el desarrollo de: autonomía, respeto, responsabilidad, solidaridad, colaboración, no violencia, entre otras.

SEGUNDA PARTE

Educación emocional

EDUCACIÓN EMOCIONAL

El aprendizaje se define como
un cambio en el comportamiento.
No has aprendido nada
hasta que no actúes y lo uses.

Shula y Blanchard

Conceptualización: emoción, educación emocional, autoestima.

EMOCIÓN

Si se considera como objetivo fundamental en la tarea de educar el conseguir un desarrollo integral y equilibrado de la personalidad del alumnado, no se puede dejar de lado el mundo de emociones y sentimientos que tanto influye y modela sus conductas.

Al hablar de emociones habrá que referirse a las del alumnado y a las del profesorado. Las emociones ayudan a aprender o dificultan el aprendizaje, éste es un principio elemental, frecuentemente olvidado. No hay "lógica" en las emociones. No hay obligación de sentir algo; la cuestión está en averiguar por qué alguien siente algo porque eso aumentará la tolerancia y el respeto por las demás personas. Existen múltiples factores que influyen en la vivencia de las emociones: la experiencia anterior, el momento físico, el interés, las expectativas, los sentimientos, entre otros.

Las emociones están presentes en el aula, las de los alumnos y alumnas, y las del profesorado; su interrelación emocional puede dar como resultado el crecimiento de ambas partes o el sufrimiento de alguna de ellas o de las dos. Se pueden incorporar los acentos emocionales a la práctica profesional, a la vida personal de relaciones, al propio ser, como una dimensión valiosa; o se puede temer el mundo emocional propio y el que pueda expresar el alumnado, ignorarlo o reprimirlo. A nadie se lo van a exigir por decreto, es una opción personal, pero solo se puede elegir si se conoce.

No son lo mismo sentimientos y emociones. Los sentimientos implican un proceso de reflexión sobre las propias emociones que sólo puede producirse en el ser humano. Es diferente sentir, que lo hace todo el mundo en todo momento, que expresarlo. En la reflexión interviene la parte cognitiva y, en muchas ocasiones, después de haber sentido la emoción de que se trata, en especial si es una emoción muy fuerte. La expresión es la respuesta que se da en tres campos diferentes:

1. respuesta cognitiva,
2. respuesta motora, que puede variarse y engaña (acercamiento, huida, sonrisa, etc.),
3. respuesta fisiológica que no engaña, supone una defensa.

La expresión de la emoción se hace de diversas formas. Lo positivo y negativo de las emociones es muy relativo. Todas tendrán partes positivas y negativas. Por ejemplo la tristeza se liga a algo negativo, pero una época de tristeza supone un época de mayor autoconocimiento, de revisión de valores, la misma ira tiene aspectos positivos también en ciertas ocasiones: sirve para tomar decisiones, como liberación del "tapón" que llevamos retenido dentro, para marcar los propios límites ante las demás personas.

En el mundo emocional existe riesgo de hacer o hacerse daño, por lo tanto, se hace necesario aprender a controlar las emociones y saber expresarlas sin dañarse a sí mismo ni al resto de personas. La expresión ha de ser adecuada. Es decir, ha de estar de acuerdo con lo que se siente, ha de tener en cuenta al mundo alrededor, y ha de ser saludable.

Clasificación de las emociones

Bisquerra (2006, pp 91-111), presenta una clasificación de las emociones, derivada de diversas metodologías aplicadas por diferentes autores, los cuales han coincidido en que las emociones están en un eje que va del placer displacer, o lo que es lo mismo, emociones agradables o desagradables; mismas que el autor desarrolla como **emociones positivas y emociones "negativas",** además de una tercera categoría denominada **emociones ambiguas, problemáticas o neutras**.

Las emociones positivas son agradables, se experimentan cuando se logra una meta, afrontarlas consiste en el disfrute y bienestar que proporciona la emoción. Son el resultado de una evaluación favorable respecto al logro de objetivos. Incluyen felicidad/alegría, estar orgulloso/a, amor/afecto, alivio.

Las emociones "negativas" son desagradables y se experimentan cuando se bloquea una meta, ante una amenaza o una pérdida. Son el resultado de una evaluación desfavorable respecto a los propios objetivos. Se refieren a diversas formas de amenaza, frustración, o retraso de un objetivo. Incluyen ira, susto/ansiedad, culpa/vergüenza, tristeza, envidia/celos, disgusto.

Las emociones ambiguas son aquellas que no son ni positivas ni "negativas"; o bien pueden ser ambas según las circunstancias, por ejemplo la sorpresa. Su estatus es equívoco. Incluyen esperanza, compasión, empatía/simpatía, emociones estéticas.

Una "cuarta" clasificación que presenta Bisquerra es la de las **no-emociones.** Se trata de estados indefinidos que se prestan a múltiples interpretaciones. Aquí incluye estados complejos como la depresión y el dolor; estados ambiguos positivos como confianza, determinación, reto, respeto, satisfacción; estados "negativos" como amenaza, desvalimiento, pavor;

confusión mental como estar aturdido, perplejo, confuso; excitación de descontento como trastorno, contratiempo, nerviosismo, desgracia, tensión, agitación; pre-emociones como interés, curiosidad, asombro, sorpresa, anticipación, alerta, sobrecogimiento, alarma.

Emociones positivas

1. **Alegría.** Entusiasmo, euforia, excitación, contento, deleite, diversión, placer, estremecimiento, gratificación, satisfacción, capricho, éxtasis, alivio, regocijo.
2. **Humor.** Provoca sonrisa, risa, carcajada, hilaridad.
3. **Amor.** Afecto, cariño, ternura, simpatía, empatía, aceptación, cordialidad, amabilidad, afinidad, respeto, devoción, adoración, veneración, enamoramiento, gratitud, reconocimiento, admiración, agasajo, atención, esmero, cuidado.
4. **Felicidad.** Gozo, tranquilidad, paz interior, dicha, placidez, satisfacción, bienestar, deleite, complacencia, agrado, sosiego, júbilo, serenidad, contentamiento.

Emociones "negativas"

1. **Ira.** Rabia, cólera, rencor, odio, furia, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, acritud, animosidad, irritabilidad, hostilidad, violencia, enojo, celos, envidia, impotencia.
2. **Miedo.** Temor, horror, pánico, terror, pavor, desasosiego, susto, fobia.
3. **Ansiedad.** Angustia, desesperación, inquietud, estrés, preocupación, anhelo, desazón, consternación, nerviosismo.
4. **Tristeza.** Depresión, frustración, decepción, aflicción, pena, dolor, pesar, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desgano, abatimiento, disgusto, preocupación, nostalgia, añoranza.
5. **Vergüenza.** Culpabilidad, timidez, inseguridad, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo.
6. **Aversión.** Hostilidad, desprecio, acritud, antipatía, resentimiento, rechazo, recelo, asco, repugnancia, animadversión, rencor, resentimiento, odio, malquerencia, enemistad, ojeriza, antipatía aborrecimiento, tirria, malevolencia, despego.

Competencia emocional

Es la habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; la habilidad para comprender emociones y el conocimiento emocional y la habilidad para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual.

Goleman (1999), señala que la competencia emocional se entiende como **la capacidad de expresar nuestros propios sentimientos del modo más adecuado y eficaz, posibilitando la colaboración en la consecución de un objetivo común**. A su vez, la competencia emocional se puede dividir en dos apartados o categorías relacionadas: competencia emocional-personal y competencia emocional-social.

COMPETENCIA EMOCIONAL-PERSONAL Hace referencia a la relación que tenemos con nosotros mismos, por ejemplo: la conciencia de mi misma/o y de mis emociones, la motivación, el autocontrol, la autoconfianza.		**COMPETENCIA EMOCIONAL-SOCIAL** Hace referencia a las relaciones que se establecen con nuestros semejantes, por ejemplo: la capacidad de entender diferentes puntos de vista, la predisposición a ayudar altruistamente, la tolerancia y la flexibilización de planteamientos, la cooperación y el dinamismo grupal.	
Conciencia de uno/a mismo/a.	Reconocer las propias emociones y sus efectos.	Empatía	Comprensión e interés por los demás.
	Conocer las propias fortalezas y debilidades.		Predisposición a ayudar.
	Seguridad en sí y en sus capacidades.		Conciencia de las relaciones jerárquicas de un grupo.
Autorregulación.	Control de impulsos.		Aprovecharse de la diversidad.
	Sinceridad e integridad.	Habilidades sociales	Comunicación eficaz.
	Flexibilidad para afrontar cambios.		Inspirar y dirigir a grupos.
Motivación.	Hacia la consecución de logros.		Canalización de cambios.
	Compromiso con el grupo.		Capacidad de negociación y resolución de conflictos.
	Iniciativa. Optimismo.		Habilidades de equipo: colaboración y cooperación.

EDUCACIÓN EMOCIONAL

Para Bisquerra (2006, p 243), la educación emocional es un "proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral. Para ello se propone el desarrollo de conocimientos y habilidades sobre las emociones con objeto de capacitar al individuo para afrontar mejor los retos que se plantean en la vida cotidiana. Todo ello tiene como finalidad aumentar el bienestar personal y social".

La educación emocional es una forma de prevención primaria para infantes y jóvenes, pues en el transcurso del proceso vital hacia la vida adulta necesitan recursos y estrategias para enfrentarse con las inevitables experiencias que la vida les depara. Se trata de capacitar a todas las personas para que adopten comportamientos que tengan presente los principios de prevención y desarrollo humano. Prevenir pensamientos y comportamientos inapropiados como consecuencia de una falta de control emocional. La concepción del desarrollo humano comprende el desarrollo personal y social; es decir, una personalidad integral que contenga educación emocional y su aplicación en las situaciones de la vida.

La educación emocional tiene por objeto generar habilidades y competencias emocionales, mismas que están en función de las experiencias vitales que se han tenido, entre las cuales están las relaciones familiares, con las y los compañeros, etc. Favorecer la competencia emocional mediante procesos educativos, requiere de objetivos concretos que incluyan conocimientos teóricos y prácticos sobre las emociones.

MODELO PARA LA EDUCACIÓN EMOCIONAL
Conciencia de sí mismo Capacidad para darse cuenta y tomar conciencia de sí.
Autogestión Capacidad de automanejo, control y autorregulación.
Conciencia social Capacidad de darse cuenta de los otros, de su comportamiento y del impacto del nuestro sobre ellos.
Gestión de las relaciones Capacidad para influir y manejar las relaciones con los demás.

Lo educativo respecto a las emociones no está en las variaciones de las mismas, que son aspectos personales que forman parte de la propia historia. Uno de los aspectos que sí es educable es el aprender a expresar lo emocional adecuadamente: capacidad de reconocer las propias emociones, de "ponerles nombre", de controlarlas: de hacer que "entren" en el pensamiento.

La educación emocional supone reconocer las propias emociones y saber expresarlas, por ejemplo viendo las emociones en otras personas mediante dramatizaciones. Saber controlar las propias emociones, dándoles una vía de salida como elemento de autorregulación: la ira es una emoción que se siente, pero la salida violenta es "no saludable", ni conveniente. Reconocer y expresar las emociones requiere de desarrollar las siguientes competencias.

- Adquirir un mejor conocimiento de las propias emociones.
- Identificar las emociones de los demás.
- Desarrollar la habilidad de controlar las propias emociones.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Desarrollar una mayor competencia emocional.

- Desarrollar la habilidad de automotivarse.
- Adoptar una actitud positiva ante la vida.
- Prevenir los efectos perjudiciales de las emociones negativas.
- Aprender a fluir.

AUTOESTIMA

La autoestima es la habilidad psicológica más importante que se puede desarrollar para lograr desenvolverse con destreza en la sociedad. Se aprende, y puede enseñarse. Se basa en hechos, verdades, logros y capacidades.

La autoestima es **la suma de la confianza y el respeto por uno/a mismo/a**. Refleja el juicio implícito que cada uno/a hace de su habilidad para enfrentar los desafíos de la vida y de su derecho a ser feliz. Es un sentimiento de capacidad personal, un sentimiento de valía personal. Es la valoración que tiene una persona de sí misma y tiene tres componentes.

1. **Componente Cognitivo**. Es la idea, opinión, creencia o percepción que se tiene de sí mismo. En otras palabras, es el autoconcepto.
2. **Componente Afectivo.** Es la valoración de lo positivo o negativo, de lo favorable o desfavorable y de lo agradable o desagradable que hay en cada persona. Es decir, sentirse a gusto consigo mismo/a.
3. **Componente Conductual.** Es la intención y decisión de actuar y de llevar a la práctica un comportamiento consecuente y coherente. Es la autoafirmación y autorrealización dirigida hacia el propio yo, en busca de consideración y reconocimiento por parte de los demás.

Para tener autoestima, es necesario desarrollar en infantes y adolescentes el sentido de la propia identidad, ayudándoles a conocerse, a saber quiénes son y cómo son, para descubrirse y aceptar sus propias capacidades y limitaciones.

Por ello es importante

- un clima emocional positivo, de aceptación y respeto mutuo,
- el afecto y cariño, evitando el castigo y las actitudes violentas,
- el ejercicio de la responsabilidad, encargándoles tareas de acuerdo a su capacidad,
- estimular su creatividad y la autonomía,
- Evitar reproducir estereotipos y roles de género, así como una educación sexista y discriminatoria.

La educación emocional y la autoestima ayudan a que en la persona aflore libremente la razón y el sentimiento, para así conquistar la libertad y la felicidad.

TERCERA PARTE

Violencia en la escuela

VIOLENCIA EN LA ESCUELA

La violencia es el último
recurso de la incompetencia.

Isaac Asimov

Conceptualización: violencia, tipos de violencia, violencia escolar, conflicto y negociación.

VIOLENCIA

"La violencia es coacción física, perjuicio, daño, atentado directo, corporal, contra las personas cuya vida, integridad o libertad individual están en juego. Está en la cumbre de la jerarquía de las amenazas." (Antaki, 2000, p 257).

Es comprendida como actitud o comportamiento que constituye una violación o un arrebato al ser humano de algo que le es esencial como tal: integridad física, psíquica, moral, derechos y libertades; puede provenir de personas o instituciones y realizarse en forma activa o pasiva.

La violencia en México es un factor determinante de la deserción escolar e incluso, una causa importante de muertes infantiles. Miles de niños, niñas y adolescentes crecen en un contexto de violencia cotidiana que les deja secuelas profundas e incluso termina cada año con la vida de centenares de ellos. Gran parte de esta violencia, que incluye **violencia emocional o psicológica y verbal, física, sexual, patrimonial, negligencia y abandono**, permanece oculta y en ocasiones, es aprobada socialmente.

Ninguna violencia contra los niños y las niñas está justificada y toda violencia puede ser prevenida. Todos los países pueden y deben poner fin a la violencia contra los infantes y adolescentes. Eso no significa limitarse a castigar a los agresores, sino que es necesario **transformar las creencias** de la sociedad y las condiciones económicas y sociales subyacentes ligadas a la violencia.

El Índice de los Derechos de la Niñez y Adolescencia Mexicana de UNICEF México y de su Consejo Consultivo para el rango comprendido entre los 12 y 17 años de edad, muestra preocupantes datos de muertes violentas, especialmente de adolescentes varones. Según datos de la Secretaría de Salud utilizadas para el Índice, en 2004 cada semana 12 adolescentes fueron asesinados y otros 10 se suicidaron.

Violencia por parte de madres y padres

Casos de violencia se dan en todos los grupos sociales, étnicos, religiosos, y en todas las áreas geográficas. La preocupación generalizada ante el creciente número de denuncias de violencia infantil ha llevado a aprobar leyes específicas

que pretenden identificar, registrar y tratar este tipo de casos, aunque cada vez la atención está más enfocada a la prevención.

La puesta en marcha de soluciones a corto plazo para el cuidado de menores y de servicios de ayuda a padres y madres, ha puesto de relieve que la violencia infantil a menudo tiene lugar cuando los padres se encuentran bajo una fuerte y continua tensión producida por problemas familiares que no pueden controlar. Para frenar la división de las familias e intentar resolver el problema de los infantes violentados es necesario que la sociedad entienda mejor el papel vital que juegan aquí las fuerzas sociales y económicas.

La prevención eficaz requiere un cambio fundamental de los valores sociales y de las prioridades públicas que permita aliviar las condiciones de pobreza, desempleo, vivienda inadecuada y mala salud de la gran mayoría de familias con este tipo de problemas. También es necesario poner un mayor énfasis en los derechos de los niños, niñas y adolescentes y en las responsabilidades de los padres y las madres hacia sus hijos e hijas.

Actitudes y actos de violencia

Son constructos que median las acciones de las personas y que se encuentran compuestas de tres elementos básicos: cognitivo, afectivo y conductual. Algunos autores han destacado la importancia del componente evaluativo en las actitudes, señalando que éstas implican una cierta disposición o carga afectiva de naturaleza positiva o negativa hacia objetos, personas, situaciones o instituciones sociales.

Las actitudes son experiencias subjetivas que implican juicios evaluativos, que se expresan en forma verbal o no verbal, que son relativamente estables y se aprenden en el contexto social. El aprendizaje de las actitudes es un proceso lento y gradual, donde influyen distintos factores, tales como: las experiencias y aprendizajes personales previos, las actitudes significativas de otras personas, la información que se recibe y el contexto sociocultural.

Los actos de violencia son: la coacción física, perjuicio, daño, atentado directo, corporal, contra las personas cuya vida, integridad o libertad individual están en juego.

TIPOS DE VIOLENCIA

La violencia infantil es cualquier acción violenta o negligente contra un niño, niña o adolescente, tanto en el plano físico como psicológico y bajo cualquier propósito. Es el uso intencionado de la fuerza física u omisión de cuidado por parte de los padres, madres o tutores que tienen como consecuencia heridas, mutilación o incluso la muerte del menor. Sin embargo, el tipo de violencia infligido varía según la edad del menor. La violencia en bebés e infantes en edad preescolar suelen producir fracturas, quemaduras y heridas intencionadas.

Tal vez el tipo más común de violencia es el abandono, es decir, el daño físico y emocional a causa de deficiencias en la alimentación, el vestido, el alojamiento, la asistencia médica o la educación por parte de los padres, madres o tutores. Una forma común de abandono entre los niños/as es la sub-alimentación, que conlleva un desarrollo deficiente e incluso a veces la muerte. A continuación se definen cuatro tipos de violencia y los indicadores para reconocerla en la escuela.

1. **Violencia emocional o psicológica y verbal**. Cualquier acción u omisión intencionalmente destinada a causar daño psicológico o emocional: ofensas, insultos, injurias, desprecios, maltratos, humillaciones. Acción u omisión directa o indirecta cuyo propósito sea controlar o degradar las acciones, comportamientos, creencias y decisiones de otras personas, por medio de intimidación, manipulación, amenaza directa o indirecta, aislamiento o cualquier otra conducta u omisión que produzca un perjuicio en la salud psicológica, la autodeterminación, el desarrollo integral y las posibilidades personales.

   Indicadores
   - Problemas de inapetencia, sueño y control de esfínteres.
   - Conductas extremas (agresividad o pasividad).
   - Miedos excesivos. Desazón.
   - Trastornos en el lenguaje o tartamudeo.
   - Dificultad para jugar con otros niños, niñas o adolescentes.
   - Baja autoestima, inseguridad, poco entusiasmo, problemas de aprendizaje, tartamudeo, tics, pesadillas, depresión, desgano.

2. **Violencia física**. Cualquier acción u omisión intencionalmente destinada a causar daño físico: golpes al cuerpo, agresiones, castigos corporales, privación de alimentos. Acciones, comportamientos u omisiones que amenazan o lesionan la integridad física de una persona.

   Indicadores
   - Hematomas o contusiones.
   - Cicatrices de objetos (hebillas, correas, etc), o de quemaduras.
   - Laceraciones.
   - Magulladuras.
   - Moretones.
   - Traumatismos.
   - Lesiones.
   - Fracturas.

3. **Violencia o abuso sexual.** Es toda actividad sexual realizada a un niño, niña o adolescente a través de engaños, chantaje o a la fuerza.
   - Insinuaciones y acoso verbal. Palabras o gestos relacionados con la actividad sexual o partes del cuerpo de la víctima.

- Contacto físico. Rozamientos, besos o caricias en diversas partes del cuerpo de la víctima o contacto con las partes íntimas del abusador.
- Penetración. Introducción del pene u otro objeto en la vagina, ano o boca de la víctima.
- Actos de exhibicionismo frente al niño, niña o adolescente.

Indicadores

- **Físicos**. Entre los indicadores y lesiones de este tipo se encuentran: sangrado en genitales o ano, fisuras anales, moretones, infección urinaria, dolor al sentarse o al caminar, insomnio, falta de apetito y embarazo.
- **Conductuales**. Aislamiento social, desconfianza, conocimiento y/o prácticas de conductas sexuales no propias de la edad, lenguaje sexual inadecuado, masturbaciones excesivas, agresividad, bajo rendimiento escolar, delincuencia, uso de drogas.
- **Emocionale**s. Síntomas de ansiedad, terrores nocturnos, depresión, sentimientos de culpa, miedo a los adultos o a alguien específico, agresión, recelo, desconfianza, sobresalto, conflictos con la familia o amigos.

4. **Negligencia o abandono**. Cualquier acción u omisión personal o institucional que prive al niño, niña o adolescente, de protección contra cualquier peligro que atente contra su desarrollo: negación de alimentos, de educación, de atención médica.

Indicadores

- Retardo en el desarrollo psicomotor.
- Hambre permanente.
- Llanto injustificado.
- Trastornos o retardo en el habla.
- Descuido en la presentación personal.

Para apoyar a niños, niñas y adolescentes víctimas de violencia o abuso sexual, se ha de

- escuchar a los niños y darles confianza: "puedes tener confianza en mi", "puedes contarme lo que sea",
- no cuestionar la veracidad de los hechos,
- dejar claro que él o ella no tiene ninguna culpa y que el responsable es el agresor,
- asegurar que no le ocurrirá nada, que el abuso no se repetirá y no habrá represalias,
- expresarle afecto para que sienta seguridad,
- comunicar lo sucedido a la familia o a los servicios de protección de menores para buscar la ayuda necesaria y proteger al niño o niña.

Se ha de evitar

- culpar al niño, niña o adolescente del abuso,
- abordarlo con preguntas como: ¿por qué te dejaste?, ¿por qué no me lo contaste?, ¿por qué no te alejaste?,
- negar que el abuso ha ocurrido: ¿estás seguro?, "no es verdad, debe ser un malentendido", "no inventes esas historias",
- tratar al menor de forma diferente o sobreprotegerle.

Tener en cuenta que

- todas las víctimas deben recibir tratamiento psicológico,
- las niñas, niños y adolescentes víctimas de abuso sexual necesitan apoyo y ayuda de su familia,
- creer, escuchar y apoyar emocionalmente a las víctimas de abuso sexual, es una forma de brindarles ayuda, aunque a veces resulta insuficiente.

Un abusador sexual

- busca un acercamiento paciente con las víctimas a través de halagos o contacto físico,
- busca estar a solas con la víctima,
- en su mayoría son varones,
- frecuentemente son personas conocidas por la víctima (amigos o familiares).

Acciones para prevenir la violencia o abuso sexual en la escuela

- enseñarles a decir "no" cuando alguien quiera tocar su cuerpo, invadiendo así su intimidad.
- enseñarles a identificar el abuso, reconociendo las situaciones inadecuadas (los que tienen intención sexual), sin fomentar el miedo al contacto con los seres queridos,
- enseñarles a afrontar la situación y denunciar al agresor,
- romper el silencio y comentar el hecho con una persona de confianza.

En casi todos los casos de acoso o abuso sexual el agresor suele ser un hombre y la víctima una niña en edad escolar o adolescente. Sin embargo, en los últimos tiempos está aumentando el número de niños varones en edad escolar que sufren este tipo de violencia.

VIOLENCIA ESCOLAR

Todas las personas socializan de modo diferente según su sexo y desde su nacimiento. En todas las culturas, incluso rurales, se marca la diferencia sexual, especialmente a partir del año de vida cuando se empieza a caminar y explorar el mundo. La persona no se identifica sólo con el padre o la madre, pasa por un proceso más complejo. Aprende sobre ambos géneros y de diversos modelos, donde la escuela juega un papel importante al igual que los amigos, la

comunidad y la vida cotidiana. La conducta interpersonal se aprende y se desarrolla y mientras más temprano se inicien los procesos de su enseñanza y aprendizaje, mejores serán los resultados.

La escuela es el núcleo básico de la socialización junto a la familia, y juega un papel trascendente en la sociedad, ha de emprender un camino de reflexión y de transformación de la realidad, que es un reto educativo impostergable porque los próximos ciudadanos se enfrentan a la incompetencia o analfabetismo emocional y social, y a una educación discriminatoria y sexista en la construcción de estereotipos de género. Nos hemos convertido en analfabetos emocionales, incompetentes sociales, mujeres y hombres incapaces de escuchar y dialogar.

La función social de la escuela, consiste en responder a la nueva realidad de nuestras comunidades, estas deberían estar preparadas también para desarrollar las habilidades sociales en el alumnado, como una estrategia para prevenir el aprendizaje de conductas violentas y su des-aprendizaje en caso de presentarlas. La escuela es el termómetro social de la violencia. Las autoridades escolares consideran que los reglamentos y sanciones a los hechos de indisciplina y violencia bastan para que mejore el clima escolar, pero las investigaciones han comprobado que aquellos no modifican las conductas violentas.

Al mismo tiempo, el sistema educativo tiene la potencialidad de modificar aquellos modelos culturales y sociales que promueven la violencia para resolver conflictos. Es necesario hacer una nueva lectura de la sociedad para buscar transformaciones en las actitudes humanas que sirvan para configurar una mejor civilización.

Las múltiples violencias que estamos viviendo en nuestra sociedad, se deben a que como adultos no hemos aprendido a estar bien con los demás, así lo hemos aprendido y así lo estamos enseñando a nuestros hijos-hijas y alumnos. El fenómeno de la violencia es multicausal y por este motivo enfatizamos que la escuela no puede y no debe hacerse cargo sola de esta tarea. Es necesario que todos los agentes educativos primordialmente, familia y escuela, encaren la formación de la competencia emocional-social en infantes y jóvenes.

Las intervenciones a nivel individual no serán efectivas si no se toman en cuenta todos los escenarios en los que nuestros hijos, hijas y alumnado se desenvuelven y por ello se debe promover el desarrollo social de infantes como grupo de alto riesgo, así como la prevención de la violencia. Esta doble tarea educativo-preventiva exige por lo menos dos cambios necesarios:

1. que las y los docentes acepten que educar es mucho más que transmitir conocimientos,

2. y que la familia y demás miembros de la sociedad se involucren más profundamente en la actividad escolar.

La diversidad social que se manifiesta dentro de las escuelas debe acompañarse de cambios significativos en los procesos formativos. Es necesario que las y los educadores reciban la capacitación para hacer una nueva lectura de la realidad infantil y juvenil, y una preparación para comprender y desarrollar la personalidad básica de las y los alumnos con quienes se relacionan.

Violencia y Derechos Humanos

La Comisión Estatal de Derechos Humanos de Jalisco, cuenta con una relación de las dependencias que son objeto de quejas por parte de la ciudadanía. La Secretaría de Educación del Estado encabeza la lista, seguida por la Dirección de Seguridad Pública. Así, en el Módulo de Operación de la Comisión, se encuentran 182 quejas presentadas en contra de la Secretaría de Educación por supuestas violaciones a los derechos humanos. A continuación se anotan las violaciones más frecuentes.

- Violación al derecho a la educación.
- Violación a los derechos del niño.
- Prestación indebida del servicio público.
- Lesiones.
- Ejercicio indebido de la función pública.
- Violación a los derechos, a la igualdad y al trato digno.
- Amenazas.
- Intimidación.
- Hostigamiento sexual.
- Discriminación.
- Violación.
- Violación a los derechos laborales.
- Abuso sexual.
- Violación a los derechos de personas con algún tipo de discapacidad.

Una queja puede contener a más de una autoridad. Una queja puede contener más de un tipo de violación. Una queja puede abarcar a uno o más agraviados.

Tipos de maltratos o violencia empleados por las y los docentes

Blanca Edith Gómez Corona, visitadora de la Comisión Estatal de Derechos Humanos, presentó la ponencia "Necesidad de adecuar la ley general de educación para capacitar a los docentes, a efecto de evitar el maltrato escolar", en el XXXIV Congreso y Asamblea Nacional, realizado en Aguascalientes en el 2006. El trabajo es resultado de visitas a planteles educativos, con énfasis en lo

que se considera disciplina en el aula y en la escuela. En dicha ponencia, Gómez Corona hace una clasificación de los maltratos practicados por las y los docentes, a continuación se anotan.

Intimidantes

- Amenaza de: reprobar, llamar a los padres, de pegarles.
- Regaños. Gritarles.
- Golpear el escritorio o el pupitre con algún objeto o miembro del cuerpo.
- Exhibirle si no paga.
- Llorar para hacerle sentir culpable.
- Mandar recados a los padres.
- Llevarle a la dirección.
- Separarle de su amiguito-ta/No hablarles.
- Ignorarles a propósito para hacerles sentir que no les importa.
- No darles dulces o regalos que a otros/as sí les da.
- No prestarles el material didáctico.
- Decirles groserías o hablarles por apodos.
- Provocar que las y los demás les hablen por apodos y que se burlen.
- Decirle al padre o madre que le castiguen.
- Levantarle falsos para que el padre o la madre le castiguen.
- Ponerle orejas de burro/Raparlo.
- Subirle sentado/a en una silla al frente del salón.
- Sentarle en su escritorio o pegado al pizarrón.
- Simulacro de ahorcamiento.
- Vestirle con babero (o de mujer) y exhibirle.
- Provocar que se orinen por la presión.
- Decirle que le van a quemar las manos.
- Exhibirle películas no aptas para menores de edad.
- Atemorizarle con que se acabará el mundo, que debe convertirse a X religión.

Carcelarios

- Salir tarde al recreo/No salir al recreo.
- No salir a la clase de educación física.
- Encerrarle en el salón de clases.
- Salir después de la hora estipulada.

Excluyentes

- Suspensión de clases por uno o varios días.
- Condicionar su ingreso al pago de una aportación "voluntaria".
- Impedir el ingreso por no portar el uniforme, o la falda corta, o no traer el uniforme de deportes, o estar maquillada, con aretes, peinados modernos, por no portar gafete.

- Expulsión/Negar reinscripción.
- Sacarle del salón porque no pagó la clase especial.

Prácticos

- Hacer el aseo del salón.
- Barrer el patio o jardín.
- Limpiar los baños.

Esforzados

- Planas para su casa en exceso, en gran cantidad.
- Trabajar fuera del horario de clases.
- Privarle de comer porque está castigado/a.
- Hacer ejercicios de castigo: sentadillas, lagartijas, cuclillas, trabajar parado/a.
- Silla invisible: sentarse en el aire y que se le avienten los compañeros/as.
- Hincarle en el salón, sólo o con dos ladrillos en cada mano y en la cabeza/ Sobre un hormiguero.
- Sacarle fuera del salón, al sol o a la lluvia/Ponerle a correr en el sol.
- No permitirle salir al baño (provoca que en ocasiones se orinen).
- Recoger basura del suelo, con la mano o boca.
- Darle a comer chile piquín.

Directos

- Jalarle el cabello hacia arriba, en forma de remolino, o las patillas.
- Jalarle el brazo/las orejas/la ropa.
- Levantarle de las orejas/Despegarle las orejas.
- Rayarles la cara/ Mojarles.
- Ponerles una bolsa de plástico en la cabeza.
- Nalgadas, normal o sin ropa/Cachetadas/Manazos.
- Reglazos de diferentes materiales, hasta varillas.
- Lanzarles el borrador/gises, en diversas partes del cuerpo.
- Golpes con objetos: llaves, periódico, cuaderno, libro, bolso, tablas.
- Ligazos/Fajazos/ Varazos con distintos materiales: membrillo, pino.
- Rodillazos en los glúteos/Azotes.
- Permitir que un tercero le golpee/Instar a que otros le peguen.
- Golpes con cables de luz o teléfono/Pellizcos/Coscorrones.
- Golpes en la cabeza con la mano abierta, empuñada, con anillo.
- Aventar su cabeza para que se estrelle en el pizarrón, pared, butacas.
- Meterle al aljibe o pozo/ Discriminar.
- Gritarle al oído hasta sangrar.
- Hacer rueda para que se pelee con otro compañero.
- Lavarle la cara con agua o aceite de pescado/Camisa escolar.
- Ponerle lazos en el pantalón en lugar de cinturones.

De descuido

- Dejarles solos en el salón, puede haber accidentes.
- Dejar que les cuiden otros alumnos/as que les maltratan.
- Mandarles a comprar objetos fuera del plantel.
- Ordenar que vayan en su bicicleta a su casa a llevar la leche.
- Tener en el interior de la escuela material inflamable.
- Tener estufa, boiler, en la escuela.
- Dejar material de construcción en el patio donde juegan.
- No supervisarles a la hora del recreo/Dejar la puerta abierta.

Ecológicos y de salud

- No tomar precauciones con el uso de fumigantes.
- Pintar en hora de clase/Tener basura en la escuela.
- Tener perros que convivan con los educandos.
- Criar aves de corral/Tener gatos o ratas.
- No lavar los baños/No hacer el aseo del salón o de la escuela.
- Hay charcos/Coladeras destapadas.
- Hay zanjas de aguas negras en el plantel o en las inmediaciones.

Sexuales

- Besos en la boca, mejilla u otra parte del cuerpo.
- Sentarlas sobre sus piernas/Cargarlas.
- Mirarles las piernas u otra parte del cuerpo con morbo.
- Abrazarlas y tocarles los senos/Tocar sus genitales/Invitarlas a salir.
- Tocar en forma erótico-sexual, alguna parte del cuerpo.
- Obligarles a que lo toquen/Mostrarles material pornográfico.
- Tomarles fotos, normales o de abajo hacia arriba, o desnudas/os.
- Decirles que le gustan, que son bonitas, princesitas, muñequitas.
- Regalos costosos a cambio de poder tocarles.
- Caricias en cualquier parte del cuerpo, principalmente en la cara.
- Obligarlas a que se desvistan en su presencia.
- Copular por ano o vagina/Masturbarse en su presencia.

Cuando la relación entre adultos y los niños, niñas y adolescentes se sustenta en el castigo físico o en el insulto, ellas y ellos aprenden a ser autoritarios y violentos, se genera miedo, angustia, desconfianza y pérdida de autoestima y provoca daños en la autopercepción y autovaloración.

CONFLICTO Y NEGOCIACIÓN

Los estudios sobre violencia en la escuela son cada vez más relevantes, debido a que entre las funciones esenciales de las instituciones educativas está la de crear los espacios pertinentes que favorezcan aprendizajes tendientes al desarrollo individual y comunitario, productivo, confiable, eficiente y eficaz de sus alumnos/as; para lograrlo requieren incluir propuestas que contribuyan a disminuir las actitudes y los actos de violencia en todas sus manifestaciones, ya

que ésta obstaculiza la paz y justicia social, la capacidad productiva y la convivencia armónica del individuo. A continuación se presenta la definición y las características de los tipos de conflicto y las etapas de la negociación, para resolver de manera no violenta los desacuerdos que tienen las personas.

CONFLICTO

Conflicto: afligir, infligir, choque, combate, antagonismo. Estado emotivo y doloroso producido por una tensión entre deseos opuestos y contradictorios.

Tipos de conflicto

- De intereses, opiniones e ideologías.
- Directos e indirectos.
- Psicológicos, sociales, legales.
- Institucionalizados.

Motivos del conflicto

- La subjetividad de la percepción.
- Información incompleta.
- Falta de comunicación eficaz.
- Desproporción entre necesidades y satisfactores.
- Presiones que causan frustración.
- La pretensión de igualar a los demás.
- Intimidad e interdependencia.

Etapas del conflicto

- Preconflicto.
- Confrontación.
- Escalamiento.
- Crisis.
- Desescalamiento.
- Resultado.
- Postconflicto.
- Preconflicto.

Formas de enfrentar conflictos

- **Competir:** preocupación sólo o principalmente por el logro de sus objetivos y metas, sin importarles los y las demás.

YO GANO, LOS DEMÁS PIERDEN

- **Ceder:** nula preocupación por alcanzar los objetivos y metas propios, dejar que el otro/a o los otros/as ganen.

YO PIERDO, LOS DEMÁS GANAN

- **Evitar:** poca preocupación por alcanzar los objetivos y metas propias o ajenas.

TODOS PIERDEN

- **Acomodar:** muy poco interés por alcanzar sus objetivos y metas, pero con interés en el logro de las ajenas.

GANAR EN FUNCIÓN DE LOS DEMÁS

- **Convenir/Negociar:** esfuerzo por conciliar sus objetivos y metas con las ajenas.

NADIE PIERDE TODO, TODOS GANAN ALGO

- **Colaborar:** deseo de alcanzar los objetivos y metas propias y ajenas.

TODOS GANAMOS

NEGOCIACIÓN

- Involucra a dos o más partes del conflicto.
- Las partes se someten a decisiones que están dispuestas a aceptar, aunque no siempre con el mismo grado de satisfacción.
- Intercambio de concesiones que dejará a ambos satisfechos, no significa mentir o engañar.
- No siempre es posible resolver un conflicto mediante la negociación.

Etapas de la negociación

- **Preparación**. Establecer objetivos, metas y condiciones.
- **Intercambio o negociación**. Aclarar las reglas y procedimientos informando sobre el contenido y la negociación.
- **Acuerdos y cierre**. Resumir de forma clara lo que cada una de las partes ha logrado, redactar los acuerdos señalando los compromisos y los mecanismos de seguimiento.
- **Seguimiento**. Definición de responsables, plazos y compromisos concretos.

Obstáculos para la negociación

- Mala comunicación.
- Prejuicios.
- Percepciones erróneas.

Factores que facilitan la negociación

- Develar los intereses de cada una de las partes ayuda a entender el contexto y a revisar las alternativas para negociar.
- Centrarse en los intereses.
- Plantear el conflicto desde los dos puntos de vista.

TIPOS DE NEGOCIADORES/AS		
SUAVE	**DURO/A**	**BASADOS EN PRINCIPIOS**
Suave con la persona y suave con el conflicto	Duro con la persona y duro con el conflicto	Suave con la persona y duro con el conflicto
Busca el acuerdo	Busca la victoria	Busca el intercambio
Son amigos	Son adversarios	Son personas
Confía en los otros. Pierde	Su finalidad es derrotar a otro. Ganar-Perder	Su objetivo es lograr las mejores condiciones a las que pueden llegar ambas partes. Ganar-Ganar
Acepta pérdidas para alcanzar acuerdos	Demanda ganancias para alcanzar acuerdos	Formula opciones de mutuo beneficio
Cede ante la presión	Presiona	Construye una alternativa

El conflicto implica que existe una confrontación de intereses individuales o colectivos que pueden ser personales, económicos o políticos. La manera de enfrentar el conflicto tiene varias soluciones posibles, no es que no existan conflictos, están presentes en todas las relaciones interpersonales en los diferentes grupos e instituciones como la familia, la escuela, el estado y/o las organizaciones sociales. La agresividad es la primera respuesta al conflicto, el sentimiento que se ha de aprender a manejar es la ira y la agresividad, así como las diferentes maneras de negociación.

CUARTA PARTE

ACTIVIDADES PARA LA SENSIBILIZACIÓN EN EDUCACIÓN EMOCIONAL Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN EL AULA

ACTIVIDADES PARA LA SENSIBILIZACIÓN EN EDUCACIÓN EMOCIONAL Y PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA EN EL AULA

Para mover al mundo
debemos primero movernos
nosotros mismos.

Sócrates

I. ACTIVIDADES PARA LA EDUCACIÓN EMOCIONAL[2]

Una persona con elevada autoestima aprende de manera eficaz, es creativa, desarrolla relaciones gratas, posee gran capacidad para aprovechar las oportunidades que se le presentan, tiene claridad en las metas que desea alcanzar, incrementando la probabilidad de llevar una vida satisfactoria.

Las actividades que se presentan en esta parte, propician el desarrollo de **relaciones no violentas** al estimular el conocimiento de la niñez y adolescencia entre sí, al incrementar:

- la interacción multidireccional, amistosa, positiva, constructiva, con compañeros y compañeras de grupo, y la participación grupal;
- las relaciones amistosas, las habilidades de comunicación verbal y no verbal;
- las conductas sociales: liderazgo, jovialidad, sensibilidad social, respeto y control, disminuyen las conductas de agresividad, terquedad, apatía, retraimiento, ansiedad, timidez;
- la conducta prosocial: dar, ayudar, cooperar, compartir, consolar, las relaciones de ayuda y la capacidad de cooperación grupal: dar, recibir ayudar para construir un fin común;
- el desarrollo moral al aceptar normas sociales implícitas en las instrucciones de los juegos: turnos, estructura cooperativa, roles..., y normas sociales que el grupo dispone para la realización de los juegos, fomenta valores: diálogo, tolerancia, igualdad, respeto, solidaridad.

También favorecen la **educación emocional** al promover:

- la identificación de distintas emociones;
- la expresión de emociones a través de la dramatización, las actividades con música y movimiento, el dibujo y la pintura;
- la comprensión de las diversas causas o situaciones que generan emociones positivas y "negativas";
- afrontar o resolver emociones "negativas";
- el desarrollo de la empatía ante los estados emocionales de otros seres humanos;

[2] Adaptación de Caruana (2005).

- la mejora del autoconcepto-autoestima;
- sentimientos de placer y de bienestar personal.

DINÁMICAS

Collage
Dibujando al dictado
El ovillo
La balanza
Rueda de la verdad
Autorretrato
Carta de mi amiga/o
¿Cómo soy?
Pantallas de proyección
Paseo por el bosque
Barómetro de valores
El trueque de un secreto
Nos reconocemos
Una situación conflictiva
El regalo de la alegría
La agresión
Una pelea de grupo
El rechazo
Opuestos y negociación
Te aprecio-me aprecias
Ira, agresividad, agresión
Expresando críticas de forma adecuada
La ira
La fuerza de la ira
Lectura del pensamiento
¿Puedes controlar la frustración?

Collage

Objetivos

- Promover una imagen positiva de sí mismo/a y de los/as demás miembros del grupo.
- Desarrollar la competencia de trabajo en equipo.
- Desarrollar la competencia de hablar de los sentimientos.
- Promover hábitos de escucha activa.

Descripción

Se divide el grupo en equipos de 6 a 8 alumnos/as y se les entrega el material para hacer un *collage*. Se pide previamente a cada equipo que traiga al salón el material que va a necesitar.

Se dan las instrucciones: "Van a hacer un *collage* que represente las cualidades positivas que tiene cada uno de los miembros del grupo". Para ello, dediquen unos minutos a dialogar sobre qué cualidades positivas definen mejor a cada uno de ustedes y cómo las van a representar. Construyan un *collage* que exprese ese conjunto de cualidades, pero ninguna persona del grupo debe quedar excluida, han de representarse cualidades de todas; elijan sólo cualidades positivas; expresen solo cualidades que realmente tengan las personas; elijan el mismo número de cualidades positivas para cada persona: una, dos, o tres a lo sumo. Una vez finalizados los *collages*, se realiza una puesta en común. Por turnos, un representante de cada equipo expone al resto el *collage* que realizaron y dice lo que expresa y cómo lo hicieron.

Cuando todos los equipos terminen, el/la docente guía la reflexión y el diálogo en grupo en torno al desarrollo del *collage*, del trabajo en equipo, de la dificultad o facilidad de encontrar cualidades positivas de los compañeros/as, si descubrieron cualidades positivas de algún compañero/a que antes desconocían. Los *collages* realizados pueden quedar expuestos para decorar el aula. (Dos horas).

Material.

Tijeras, marcadores, pegamento, fotos, recortes de prensa, revistas, cartulinas, para cada equipo.

Dibujando al dictado

Objetivos

- Mostrar dificultades en la comunicación.
- Analizar la importancia de hacer preguntas en la comunicación.
- Expresar la importancia de la actitud de escucha activa.

Descripción

Fase de preparación
La/el docente selecciona a dos estudiantes y les prepara previamente dándoles las instrucciones necesarias. Se les presenta un dibujo a cada uno y se les pide que, primero uno y después el otro, traten de explicar al grupo cómo realizar ese dibujo.

1ª Fase. Ejercicio de comunicación sin preguntas
La/el primer estudiante que dicta se sitúa delante del grupo, de espaldas y sentado. Explica el dibujo que tiene de manera que el resto del grupo pueda reproducirlo con exactitud. Explica su dibujo despacio, con pausas suficientes para que todos sigan sin dificultad sus instrucciones. No se le puede interrumpir ni hacer preguntas, tampoco puede enseñar el dibujo ni hacer ningún gesto. Sólo debe utilizar la palabra. El resto del alumnado reproduce en una hoja lo que le van dictando. Deben hacerlo con la mayor perfección posible. El/la

docente anotará el tiempo que tarda el grupo en realizar la actividad. Una vez terminado el dibujo, pide que den la vuelta a la hoja.

2ª Fase. Ejercicio de comunicación con preguntas

Se hace inmediatamente después de la primera fase. El siguiente alumno/a explica su dibujo a sus compañeros/as, pero en esta ocasión se sitúa al frente del grupo, de cara a los demás y sentado/a. Explica su dibujo despacio y con pausas suficientes. Se le puede interrumpir y preguntar cuantas veces se quiera. Lo único que no pude hacer es mostrar el dibujo ni dibujarlo en el pizarrón. Todas sus intervenciones deben ser orales. El/la docente anotará el tiempo que tarda el grupo en realizar la actividad.

3ª Fase. Reflexión en grupo

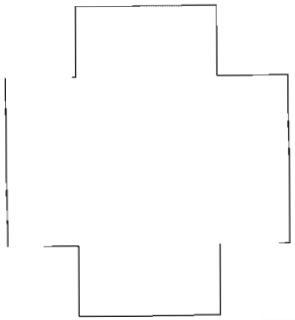
Al alumno/a que dictó se le pregunta cómo se sintió, con comodidad, con inseguridad, ¿por qué? Al conjunto del grupo se le pregunta cuándo tuvo mejor rendimiento, con el primer dictado o con el segundo. Se reflexiona sobre ¿cómo influyen las preguntas en la comunicación?, ¿qué pasa cuando una persona habla sin esperar a recibir información del interlocutor?, ¿qué pasa cuando una persona no escucha activamente cuando le hablan? Normalmente, los dibujos de la fase con preguntas se ajustan más a la realidad que los dibujos de la primera fase. La comunicación con preguntas requiere más tiempo. (Una hora).

Material.

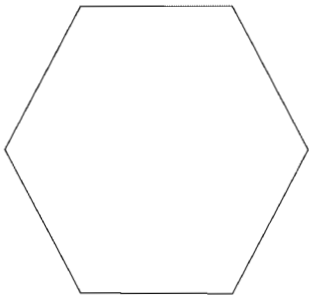
Lápiz, dos hojas para cada alumno/a.

Ficha de trabajo

Dibujo fase 1. Dictado sin preguntas.



Dibujo fase 2. Dictado con preguntas.



El ovillo

Objetivo

- Fomentar la automotivación, mediante la valoración propia y la de los demás.

Descripción

Se sienta todo el grupo formando un círculo. El/la docente comienza lanzando el ovillo a alguien sin soltar la punta. Al tiempo que le lanza el ovillo, dice algo positivo que le guste o valore de la persona a quien se lo lanza. Quien recibe el ovillo agarra el hilo y, diciendo también algo que valore o le guste de otro compañero/a, se lo lanza. Y así sucesivamente, siempre sin soltar el hilo, para que se vaya formando una telaraña. Para finalizar la dinámica, una vez que cada integrante vuelve a su lugar, la/el docente, puede hacer preguntas al grupo para comentar la actividad: ¿cómo se sintieron?, ¿cómo recibieron las valoraciones?, ¿se reconocieron en ellas?

Material.

Una madeja de estambre, papel, plumas.

La balanza

Objetivos

- Fomentar el autoconocimiento.
- Ser capaz de reflexionar sobre sí mismo.
- Utilizar el autoconocimiento para mejorar las relaciones personales.

Descripción

El/la docente explica que las personas de su entorno tienen una opinión sobre ellos, pero que nadie les conoce mejor que ellas/ellos mismos. Es importante reflexionar sobre las características personales, lo que cree que es realmente.

Cada estudiante escribirá diez características que le definan. A un lado describe alguna situación donde demuestre que las tiene, siguiendo el modelo de la ficha de trabajo 1. (10 minutos).

A partir del dibujo de una balanza, la y el alumno/a deben reflexionar sobre sus características personales. Estas características han de ser las que le hacen sentir bien, las positivas, y las escribirá en el plato izquierdo de la balanza. Posteriormente que escriba en el plato derecho tantas características personales como hay en el primero, eligiendo las que le parezcan negativas o aquellas que le hacen sentir mal. Es necesario equilibrar la balanza. Ficha de trabajo 2. (10 minutos).

Con esto se pretende que el alumnado tome conciencia de que a veces sólo se fijan en los aspectos negativos, los que les hacen sentir mal. Pero tienen otras características personales, las del plato positivo de la balanza, para hacerle sentir bien. Han de valorar sus aspectos positivos y reflexionar sobre cómo pueden transformar sus aspectos negativos.

Una vez que equilibraron su balaza, de todas las características personales, que seleccionen aquellas que crean que explican mejor cómo son. (5 minutos). En equipos de cuatro estudiantes, con los compañeros/as que se conozcan más, explican al grupo las características que mejor los define, y el resto les dará su opinión. Se nombra a un secretario/a para que tome nota de las características más representativas de los miembros de su equipo. (10 minutos).

Se hace una puesta en común en el grupo. El secretario/a de cada equipo expone las cualidades positivas y negativas que reconocieron entre los componentes de su equipo. (10 minutos). Para terminar, el/la docente puede establecer un diálogo general sobre el tema. (10 minutos).

Material.

Reproducción de la ficha de trabajo, papel, lápiz.

Ficha de trabajo 1

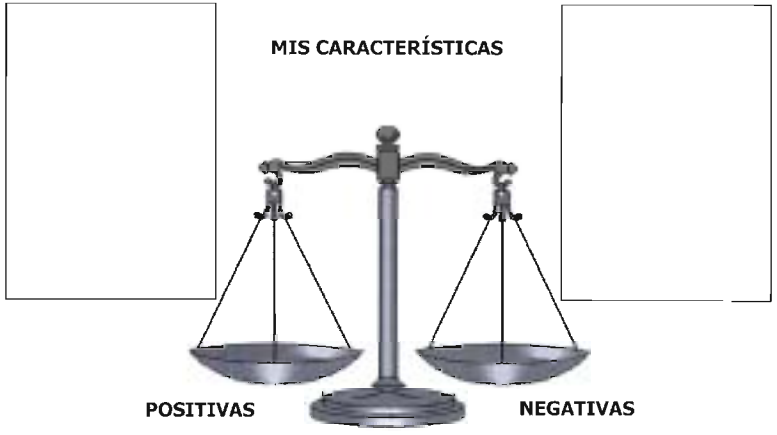
Tabla para ser llenada por cada alumno/a
Escribe 10 características que te definan. A un lado describe alguna situación donde has demostrado que las tienes. (15 minutos).

Yo soy	**Situaciones donde lo demuestro**
1.- Ejemplo. Soy sociable.	Ejemplo. Tengo buena relación con los compañeros/as de grupo. Tengo amigos y amigas en la escuela y fuera de ella.
2.-	

3.-	
4.-	
5.-	
6.-	
7.-	
8.-	
9.-	
10.-	

Ficha de trabajo 2

Dibujo de la balanza
Escribe en el plato izquierdo de la balanza las características positivas, y en el plato derecho las negativas.



Rueda de la verdad

Objetivos

- Expresar gráficamente la conciencia que uno/a tiene de cómo se conoce y le conocen los demás en este momento.
- Trazar, para un futuro inmediato, objetivos para lograr conocerse a sí mismo/a y abrirse a los otros/as.
- Ampliar el autoconocimiento y el conocimiento de los demás miembros del grupo.

Descripción

El/la docente leerá y explicará los objetivos de la actividad y luego leerá las preguntas con que se va a trabajar; pregunta si hay alguna que el alumnado quiera quitar o añadir. La/el docente repartirá las preguntas de la ficha de trabajo, una hoja en blanco y plumas; les pide que retiren las mesas y formen un círculo grande y otro pequeño dentro.

Una vez colocados en círculos y mirándose unos a otros se les pide que con la pareja que tienen enfrente comiencen a contestar la primera de las preguntas escritas. Una vez contestadas por ambos, se gira en sentido contrario y con el compañero/a que ahora se tiene delante se contesta la segunda pregunta. Así se procede sucesivamente hasta terminar de girar y de contestar a todas las preguntas. Si se acaban los compañeros/as antes que las preguntas volverán a la primera. Las respuestas se anotan en la hoja de preguntas. Para girar a la vez, el/la docente dará una palmada y contará dos minutos para contestar cada pregunta.

La puesta en común consiste en que cada alumno/a trate de contestar a las preguntas en función de las respuestas que le hayan dado. Y comprobar lo diferente que son en cuanto a personalidad, intereses, vivencias, de quienes le contestaron. El/la docente preguntará en forma aleatoria sobre las preguntas del cuestionario y así conocerán las respuestas que han anotado.

Material.

Ficha de trabajo para la/el docente con la lista de preguntas por realizar; hojas en blanco para los alumnos/as y plumas.

Ficha de trabajo

Lista de preguntas

- Ponte un adjetivo que comience por la misma letra de tu nombre.
- Si tuvieras que cambiarte de nombre, ¿cuál escogerías?, ¿por qué?
- ¿Quién es tu héroe preferido?, ¿por qué?, ¿y tu heroína?, ¿por qué?
- ¿Quién es la persona que más ha influido en tu vida?, ¿por qué?
- ¿Qué recuerdas de cuando tenías 4 años?
- Las mejores vacaciones que has pasado han sido en... ¿con quién o quiénes?

- Si te concedieran la posibilidad de estar una hora hablando con una persona famosa a tu elección, ¿a quién elegirías?
- Di una cosa que te hace feliz.
- ¿Cuál es tu programa favorito de televisión?, ¿y tu grupo musical o cantante favorito?
- Si tuvieras que llevarte a una isla desierta sólo tres cosas ¿qué te llevarías?
- Di uno o varios pasatiempos que tienes o practicas.
- Si te dieran un premio que consistiera en ir a vivir un año al lugar que quisieras, ¿a dónde irías?, ¿por qué?
- Di una cosa buena que te haya sucedido últimamente.
- ¿Quién es tu mejor amigo/a?
- ¿Qué te gustaría ser de mayor?
- Si pudieras convertirte en animal, ¿en qué animal te convertirías?, ¿por qué?
- Si pudieras convertirte en otra persona, ¿en quién te convertirías?, ¿por qué?
- Si pudieras cambiar algo del mundo, ¿qué cambiarías?
- ¿Cuál es la época de tu vida que recuerdas con más alegría?, ¿y la de más tristeza?
- Si te encontraras un genio que te concediera tres deseos, ¿qué le pedirías?

Autorretrato

Objetivos

- Promover el conocimiento de sí mismo/a.
- Desarrollar la habilidad para hablar de los sentimientos.
- Valorar la apertura y la confianza en las relaciones interpersonales.
- Estimular la empatía hacia los estados emocionales de los otros/as.

Descripción

Se entrega al grupo imágenes de personas –o paisajes- expresando emociones, postales, recortes de revistas en gran número y variedad. Las fotografías deben ser sugerentes, atractivas, simbólicas, que permitan la identificación, la proyección y la expresión de pensamientos, sentimientos, valores, emociones. Las imágenes serán representativas: rostros, situaciones, paisajes, objetos, animales.

Se invita a que cada miembro del grupo elija tres imágenes que expresen algún aspecto de su persona. La elección se hace en silencio. Tomará las imágenes cuando sea su turno. Las mostrará a los compañeros/as y explicará el motivo de su elección. Se pueden elegir las mismas fotografías que otros/as, por motivos iguales o distintos.

Sentados, por turnos, quienes quieran comentan en forma verbal su elección al resto del grupo, el cual estará atento para comprender a quienes se están expresando; sólo se pueden hacer preguntas de aclaración, excluyendo cualquier clase de juicio, objeción, crítica o desacuerdo.

La o el docente evaluará la actividad con las siguientes preguntas. ¿Cómo se sintieron al hablar al grupo de su yo?, ¿cómo se sintieron al escuchar a los compañeros/as?, ¿cómo valoran la actividad?

Material. Imágenes, fotografías, recortes de revistas, que sugieran distintas emociones.

Carta de mi amiga/o

Objetivos

- Propiciar la reflexión sobre las cualidades personales más significativas, considerarlas importantes para enfrentar con facilidad la vida.
- Elevar el autoconcepto para fomentar la autoestima y la automotivación.

Descripción

Se propone un juego en el que van a emplear su fantasía y su capacidad de autoconocimiento. Se trata de que examinen sus cualidades personales para el desarrollo de su autoestima. Que se imaginen que están dando un paseo por el parque, gozando de su tranquilidad, les gusta ver los árboles y las plantas que crecen ahí. De pronto se encuentran una carta que alguien perdió.

La carta va dirigida a una persona que no conocen; en cambio, quien la envía es su mejor amigo/a. El sobre no está cerrado y, movido por la curiosidad, sacan la carta y empiezan a leerla. La carta habla de ustedes: su amigo/a describe cinco cualidades que ve en ustedes y que les ayudan a enfrentarse con seguridad a la vida.

A lo largo de la carta se dan algunos ejemplos del modo en que han usado esas cualidades y de lo que han logrado gracias a ellas. Es una carta preciosa y quedan encantados/as con ella. En ella hay palabras sinceras de aprecio y estima hacia ustedes, que les hacen felices.

Toman una hoja y escriben la carta que hayan encontrado en su fantasía, según las características anteriores. Disponen de 25 minutos. Después las leerán a sus compañeros/as formando pequeños equipos de cuatro o cinco integrantes, y comentaran qué les parecen las cartas de los/as demás: qué es lo que les ha gustado de ellas, si hay elementos que se parecen, si tienen cualidades completamente diferentes de los otros/as. Disponen de 15 minutos para trabajo en equipo. Para finalizar la actividad, el/la docente puede hacer preguntas al grupo. ¿Les ha gustado este juego de interacción?, ¿por qué? ¿Su mejor amigo/a podría haber escrito una carta así? ¿Tienen algún amigo/a que conozcan tan bien? ¿Qué sienten después de haber escrito esa carta? ¿Les ha

sido fácil encontrar cinco cualidades importantes con los correspondientes ejemplos? ¿Para qué les ha servido esta actividad?

Material.

Papel y plumas.

¿Cómo soy?

Objetivo

- Fomentar la automotivación a través de la autoafirmación y la autoestima.

Descripción

Todo el grupo está sentado en círculo. El/la docente invita a que cada uno/a, sin hablar ni ver a nadie, escriba las características positivas que más valora de sí mismo, en media cuartilla, al menos cuatro características. Se pueden expresar mediante una frase, un dibujo o una palabra. La/el docente también participa y estimula al grupo afirmando que todos/as tienen más de cuatro.

A continuación se pegan el papel en el pecho, y en silencio se pasean por el salón para que el resto de compañeros/as pueda leerlo. A una señal dada por el/la docente, que puede ser una palmada, se forman parejas o tríos que quieran preguntar detalles de lo que tienen escrito. Para finalizar la actividad, se hace una puesta en común, comentando las siguientes preguntas que hace la/el docente. ¿Cómo se sintieron? ¿Les cuesta encontrar valores positivos de sí mismos/as? ¿Qué imagen propia tienen? ¿Se aceptan y se quieren?

Material.

Hojas, plumas, cinta adhesiva, seguros o alfileres.

Pantallas de proyección

Objetivos

- Promover el autoconocimiento y desarrollar la competencia para hablar de los sentimientos.
- Valorar la apertura y la confianza en las relaciones; reconocer cuando uno/a puede arriesgarse a hablar de los sentimientos más profundos.
- Estimular la empatía ante los estados emocionales de otros seres humanos.

Descripción

Se entregan al grupo fotos, imágenes, recortes de revistas, en gran número y variedad. Se invita a que cada miembro elija dos de entre las expuestas. Por turno, quienes lo deseen describen o explican a los/las demás el significado que para ellos/as tienen las fotos elegidas. Por qué las ha elegido, qué le sugieren o

evocan, qué valores o ideas se reflejan en la imagen. Evaluación de conjunto al finalizar la actividad.

Material.

Imágenes, fotografías, recortes de revistas sobre personas, situaciones, hechos, paisajes.

Paseo por el bosque

Objetivos

- Fomentar la automotivación mediante el descubrimiento de las cualidades propias.
- Favorecer el conocimiento propio y de los/as demás.
- Estimular la valoración positiva de los/as demás.
- Aumentar la confianza y comunicación del grupo.

Descripción

Cada alumno/a dibuja un árbol, el que más le guste, con sus raíces, ramas, hojas y frutos. En las raíces escribe las cualidades y capacidades que cree tener. En las ramas pone las cosas positivas que hace y en las hojas y frutos, los éxitos o triunfos. Se les pone música de fondo para ayudarles a concentrarse y relajarse. Al terminar, escriben su nombre en la hoja. Forman equipos de cuatro y cada uno pondrá en el centro del equipo su dibujo y hablará del árbol en primera persona, como si él/ella fuera el árbol. (20 minutos).

A continuación los alumnos/as se sitúan en un gran círculo y sujetan el dibujo sobre el pecho de modo que los otros lo puedan ver. El/la docente les invita a que den un paseo por el bosque y que cada vez que encuentren un árbol, lean en voz alta lo que hay escrito sobre el dibujo, diciendo: "*María eres... tienes...*" Es decir, se dice el nombre del compañero/a y luego sus características. (5 minutos).

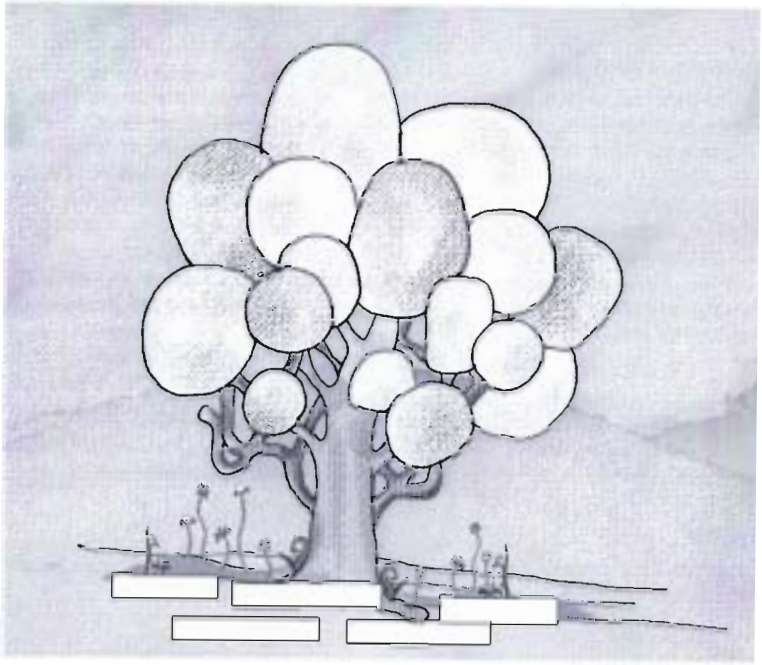
Después se ponen los árboles en común y cada participante puede añadir raíces y frutos que el resto reconoce y sugiere. Para comentar la actividad el/la docente puede hacer las siguientes preguntas. ¿Les ha gustado el juego de interacción? ¿Cómo se han sentido durante el paseo por el bosque? ¿Cómo han reaccionado cuando han oído decir a sus compañeros/as sus cualidades y características? ¿Qué árbol, además del suyo, les ha gustado? ¿Qué compañero/a ha dibujado un árbol parecido al suyo? ¿Cómo se sienten después de este juego?

Material.

Cartulinas, marcadores. Música de fondo (opcional). La música clásica puede resultar adecuada. Reproducción del modelo de árbol.

Ficha de trabajo

Hoja con el modelo de árbol para todo el grupo.



Barómetro de valores

Objetivos

- Hacer que los/as participantes, tomen conciencia de lo que les une y de lo que les distingue a unas/os de otras/os.
- Favorecer la formación equilibrada de equipos, practicar un ejercicio de escucha activa.

Descripción

Las consignas de partida, serán las siguientes: garantizar al grupo la total libertad y respeto a la hora de optar por una postura ante las proposiciones formuladas. No puede haber actitudes neutrales, cada cual debe pronunciarse.

Hay que tomar las afirmaciones tal como se comprenden, no se puede pedir ningún tipo de explicación. Una vez formados los grupos y a lo largo de las argumentaciones que formulen quienes integren las dos posturas, el/la

docente puede ayudar a que vaya tomando cuerpo la postura con matices complementarios. La toma de postura con relación a las proposiciones corresponde a un desplazamiento en el espacio: a favor a la derecha, en contra a la izquierda. Siempre comenzarán los que se encuentran en el espacio de posiciones a favor.

La/el docente presenta las reglas del juego y determina los lugares correspondientes a las diferentes posibilidades y observa las proporciones en la que se reparten a favor y en contra. Su objetivo es el de buscar la proposición que divida al grupo en fracciones más o menos equilibradas. Puede ocurrir que las proposiciones no consigan ese reparto o eventualmente una de las posiciones no es elegida por nadie, en tal caso realizará las oportunas matizaciones a la proposición con el fin de movilizar a integrantes de una posición hacia la otra. Una vez que se han comprendido bien las reglas del juego o actividad, el/la docente propone frases que incidan en el tema en los puntos discutidos durante la sesión.

A cada frase, quienes participan, han de situarse en el espacio y decir por qué. Una vez escuchadas razones de ambos lados, se abre la posibilidad de cambiar de posición, así como de hacer una propuesta de reformulación, una nueva frase, que sin salirse del contexto de la inicial, pueda conseguir un mayor consenso. Cuando lo crea conveniente la/el docente puede pedirles que vuelvan al centro y enunciar otra frase.

Material.

Dos cartulinas, cada una con un letrero: A FAVOR, y EN CONTRA, para anotar los argumentos. Lista de proposiciones.

Ficha de trabajo

Lista de proposiciones

- Los problemas con sus compañeros/as se resuelven con golpes.
- La televisión les educa.
- Es buena la televisión, por ello...
- Las niñas son más inteligentes que los niños.
- Los niños son violentos.
- Es bueno decir groserías.
- En mi familia van a comprar una T.V., yo opino cual comprar, tienes derecho a opinar cuando tu familia va a comprar una T.V.
- Cuando los adultos platican, tú opinas.
- Cuando juegas hablas mal de las mujeres.
- Niños y niñas deben arreglar el salón de clases.
- Si estás enfermo/a te tienen que llevar al médico/.

El trueque de un secreto

Objetivos

- Desarrollar la competencia de empatía en los miembros del grupo.
- Desarrollar la competencia de hablar de los sentimientos.
- Promover hábitos de escucha activa.

Descripción

El/la docente distribuye una papeleta a cada alumno/a. Escribirán en ella una dificultad que encuentran en la relación y que no les agrada exponer oralmente en público. La/el docente puede poner un ejemplo para facilitar la comprensión del ejercicio.

Se recomienda que disimulen la letra para que no se sepa de quién es, o pueden escribir todo con mayúsculas. Se doblan de forma idéntica las papeletas, se mezclan y se distribuyen aleatoriamente entre los alumnos/as. Cada cual lee el problema que le ha tocado en voz alta, utilizando la primera persona (yo), viviendo el problema y haciendo como si fuera el autor/a.

No se permite debate ni preguntas durante la explicación. Al finalizar, si lo considera conveniente, puede aportar una solución a su problema. Por último, el/la profesor/a, dirigirá el debate sobre las reacciones provocadas, utilizando las siguientes preguntas. ¿Cómo te sentiste al describir tu problema? ¿Cómo te sentiste al exponer el problema de otra persona? ¿Cómo te sentiste cuando otra persona relataba tu problema? A tu parecer, ¿comprendió bien esa persona tu problema? ¿Consiguió ponerse en tu situación? ¿Crees que llegaste a comprender el problema del otro/a? Como consecuencia de este ejercicio, ¿crees que vas a cambiar tus sentimientos hacia otras personas?

Material.

Hojas y plumas.

Nos reconocemos

Objetivo

- Desarrollar el autoconocimiento mediante la toma de conciencia de las propias emociones.

Descripción

A través del torbellino de ideas se van recogiendo las aportaciones del alumnado sobre las siguientes cuestiones. ¿Qué son para ustedes las emociones? ¿Qué es una emoción? Lo expresado por el grupo se anota en el pizarrón, procurando finalmente llegar a una definición y sentido compartido por todos/as sobre lo que se entiende por emoción.

A continuación se les entrega un documento donde aparece un número de emociones. Se leen y se comprueba que conocen y comprenden el

significado de las palabras propuestas. De forma colectiva se seleccionan diez emociones a partir del criterio de facilidad para reconocerlas y vivirlas. Se cuelgan doce fotografías de rostros o bien de situaciones (conviene numerarlas para su posterior comentario). Le pedimos al alumnado que vayan observándolas e identifiquen las distintas emociones escritas en la hoja con las fotografías expuestas. Realizan una puesta en común de la actividad de reconocimiento y asociación de las emociones con las expresiones.

Seleccionan de la lista de palabras propuestas referidas a emociones, tres de ellas: **miedo, felicidad y angustia.** Se les pide que describan tres situaciones en las que hayan sentido estas emociones y pueden expresar sus vivencias y la reacción que tuvieron ante cada situación. Se forman equipos de tres o cuatro integrantes para que compartan las experiencias que han reflexionado y descrito individualmente. Puesta en común de todos los equipos.

Material.

Listado de emociones, fotografías.

Ficha de trabajo

Listado de emociones

- **Ira.** Una ofensa degradante contra mí o los míos.
- **Ansiedad**. Enfrentarse a una amenaza incierta, existencial.
- **Miedo/Temor**. Un peligro físico real o inminente, concreto y arrollador.
- **Culpa**. Haber transgredido un imperativo moral.
- **Vergüenza.** No haberse mantenido a la altura de los propios ideales. Fracasar en el intento de vivir de acuerdo a un ideal.
- **Tristeza**. Experimentar una pérdida irreparable.
- **Envidia.** Querer o desear lo que otro tiene.
- **Celos**. Resentimiento frente a una tercera persona por la pérdida o amenaza del afecto o favor de otra persona.
- **Repugnancia/Asco.** Tener o estar demasiado cerca de un objeto o una idea desagradable.
- **Felicidad**. Hacer progresos razonables hacia el logro de un objetivo.
- **Orgullo**. Mejorar la identidad personal por el logro de algo valorado y deseado (rendimiento, un honor, un mérito), bien por sí mismo o por alguien con quien nos identificamos.
- **Alivio**. Una condición molesta o dolorosa con nuestro objetivo personal que cambia a mejor o se ha eliminado.
- **Esperanza.** Temer lo peor y anhelar algo mejor.
- **Amor.** Desear o participar en el afecto, habitualmente aunque no necesariamente recíproco.
- **Compasión.** Sentirse conmovido por el sufrimiento ajeno y desear ayuda.

- **Gratitud**. Aprecio por una donación altruista que aporta un beneficio personal.

Una situación conflictiva

Objetivos

- Desarrollar la competencia para reflexionar ante un dilema moral.
- Fomentar el respeto hacia las opiniones y emociones de los demás compañeros/as.
- Desarrollar la competencia de expresar las propias decisiones de forma adecuada para la resolución de un conflicto.

Descripción

Preparar al grupo, motivar, establecer normas de intervención y discusión. Ofrecer dilemas, escoger aquellos que sean significativos para el alumnado. Presentar el dilema de forma narrada o escrita. Es importante constatar que han comprendido los elementos centrales.

Pedirles que adopten una posición inicial, escribirán su postura y una o dos razones del por qué. Después manifestarán alzando la mano su opinión. Discusión en equipos de cuatro o cinco estudiantes. Pueden agruparse en función de la elección hecha o bien entre los que toman diferente opción. Han de llegar a una decisión.

Discusión en grupo, los/las portavoces informan sobre las opciones de los equipos y sus razones. Intervenciones individuales espontáneas en grupo. Resumen final del/la docente, de las razones y opciones aportadas por los equipos. Reconsideración individual de las posiciones iniciales, es interesante solicitarles que manifiesten al grupo si el debate ha modificado su opinión inicial y en qué.

Situación conflictiva No. 1. "Un caso de robo"

Preguntas de sondeo

- ¿Debe callarse María?
- ¿Es superior el bien general a cualquier otro bien?
- ¿Estaría bien acusar a su amigo?
- ¿Es justo pagar entre todos los daños de la escuela?

Valores enfrentados

- Amistad - revelar la verdad.
- Respeto a la propiedad – libertad.
- Seguridad personal – civismo.

Material.

Hoja para cada alumno/a con la situación conflictiva planteada.

Ficha de trabajo

Situación conflictiva: UN CASO DE ROBO

En la escuela se está cometiendo una serie continuada de robos. Las y los afectados son estudiantes de 5º de primaria, que han sido amenazados con daños mayores si hacen algo. Padres, madres y profesorado están indignados por lo que ocurre, pero nadie dice nada sobre los/as agresores/as y por tanto las medidas por tomar son variadas. Han amenazado con cerrar el plantel y con registrar a todo el alumnado.

María, alumna de 3º de secundaria, conoce a los ladrones. Son estudiantes de 3º y de 2º, y quien los dirige es amigo de ella. Ha comentado con su amigo que está muy mal que les roben y, sobre todo, que les amenacen; él le dice que no se meta en sus asuntos si quiere que sigan siendo amigos.

María se está planteando si debe decir lo que sabe para que termine de una vez esta situación desagradable para todos. Pero si los denuncia, su amigo, que es considerado como un buen alumno, será expulsado, dada la gravedad de los hechos; si calla el daño puede ser aún mayor.

El regalo de la alegría

Objetivos

- Promover un clima de confianza personal, de valoración de las personas y de estímulo positivo en grupo.
- Desarrollar la habilidad para generar emociones positivas.
- Dar y recibir comunicación positiva en ambiente grupal.

Descripción

El/la docente forma los equipos y reparte hojas. Luego, hace una breve presentación: "Muchas veces apreciamos más un regalo pequeño que uno grande. Otras, estamos preocupados por no ser aptos para realizar cosas grandes y dejamos de lado hacer cosas pequeñas, aunque quizás tendrían un gran significado. En la experiencia que sigue vamos a poder hacer un pequeño regalo de alegría a cada miembro del grupo".

La/el docente invita a las y los participantes a que escriban cada uno/a un mensaje, que despierte en cada estudiante sentimientos positivos respecto a sí mismo. El/la docente presenta sugerencias, procurando animar a todos a que envíen un mensaje a cada miembro de su grupo, incluso a aquellos por quienes puedan no sentir gran simpatía.

Respecto al mensaje, les dirá lo siguiente. "Se muy concreto, por ejemplo: *Me gusta como ríes cuando...* y no, *Me gusta tu actitud*, que es demasiado general. Utiliza un mensaje específico y bien ajustado a la persona a que va dirigido, y que no sea válido para cualquiera. Envía un mensaje a

todos/as, aunque no les conozcas a fondo; en todos/as podrá encontrar algo positivo. Procura decir a cada cual algo que hayas observado en el grupo, sus mejores momentos, sus éxitos; y haz siempre la presentación de tu mensaje de un modo personal: *A mí me gusta en ti...*, *Yo veo que tú...* Di a la otra persona lo que tú ves en ella que te hace sentir más feliz."

Las y los participantes pueden anotar su nombre, aunque se recomienda el anonimato. Escritos los mensajes, se doblan y se ponen los nombres a quienes van dirigidos por el exterior, luego se colocan en una caja y se pasa con cada miembro del grupo para que tome sus mensajes. Cuando todos los hayan leído, se tiene una puesta en común para comentar las reacciones de todos y cada uno de los y las participantes.

Material.

Papel, plumas, una caja.

La agresión

Objetivos

- Confrontar una situación en la que una persona es injustamente agredida físicamente por otra.
- Estimular la comunicación en el grupo con relación a distintas perspectivas posibles frente a ese conflicto.
- Analizar distintas técnicas de resolución de la situación problemática, diversas formas de responder a la agresión.
- Expresar emociones a través de la dramatización.

Descripción

Se plantea al grupo la siguiente historia: "Jorge está jugando en el patio con una pelota y Luis lo empuja, lo hace caer al suelo y le quita la pelota. Jorge intenta levantarse del suelo pero Luis lo empuja de nuevo y vuelve a caer." ¿Qué sientes en esa situación? ¿Qué podrías hacer? Se hace una reflexión y respuesta individual, durante unos minutos. Dividir el grupo en equipos de siete a ocho estudiantes.

Listar todas las posibles formas de responder a esta situación conflictiva en la que una persona es agredida gratuitamente mediante un torbellino de ideas. Posteriormente cada equipo selecciona la forma de responder que considera más adecuada. (Fase de evaluación de ideas). Cada equipo razonará por qué juzga esa solución como la más adecuada.

En grupo se elige la opción más adecuada. Puede suceder que no se llegue a un consenso, entonces el/la docente valorará resolver la situación o bien seleccionar una opción por votación, o dejar el número de opciones que reflejen el sentir y comportamiento real del grupo.

Cada equipo dramatiza una escena en la que se pone de relieve la solución que considera más adecuada. La dramatización debe contener la historia y la solución elegida. De nuevo se vuelve al debate en grupo a partir de lo dramatizado.

Material.

Hojas y plumas, objetos para la dramatización.

Una pelea de grupo

Objetivos

- Estimular la comunicación dentro del grupo con relación a las expectativas o pensamientos aparecidos en un conflicto en el que interviene la agresión.
- Aprender mecanismos de resolución de situaciones de agresión, reflexionando sobre la adecuación de diversas formas de afrontarlo.

Descripción

Se le explica al alumnado que por la escuela corrió el rumor de que al terminar las clases habrá una pelea en la que participarán sus mejores amigos. Se les formula la siguiente pregunta. ¿Qué pensarían al oír esto? Aportar a cada miembro una lista de pensamientos ante esta situación. Individualmente deben seleccionar tres de estos pensamientos en función del grado de aprobación que tienen respecto a ellos, es decir, los tres pensamientos que creen que tendrían frente a esa situación.

Dividir el grupo en equipos de siete a ocho miembros. Nombrar un secretario/a por equipo. Los miembros de cada equipo comunican al secretario/a su selección, anotan las frecuencias de los pensamientos en una hoja de síntesis de las respuestas de equipo. Posteriormente, en grupo se realiza el mismo proceso de integración de resultados (frecuencia de cada pensamiento en el grupo). Se debate en grupo y se realiza un proceso de integración de resultados (frecuencia de cada pensamiento en el grupo). Los resultados se sintetizarán en el pizarrón.

Material.

Hoja de respuesta individual. Hoja de respuesta de equipo, plumas.

Ficha de trabajo

Hoja de respuesta individual

Selecciona y marca con una cruz, de este grupo de pensamientos tres, que con mayor probabilidad tú tendrías en esta situación.

- Magnífico, resultará muy interesante.
- Me preocupa que hieran a mi amigo/a.
- Temo que si peleo salga herido/a.

- Si peleo, puedo hacer daño a otros.
- Veré lo que hacen mis otros amigos/as.
- Es justo que pelee por mis amigos/as.
- Pelear es una pérdida de tiempo.
- Debo tratar de detener la pelea.
- No me interesa.

Hoja de respuesta de equipo

- Magnífico, resultará muy interesante.
- Me preocupa que hieran a mi amigo/a.
- Temo que si peleo salga herido/a.
- Si peleo, puedo hacer daño a otros/as.
- Veré lo que hacen mis otros amigos/as.
- Es justo que pelee por mis amigos/as.
- Pelear es una pérdida de tiempo.
- Debo tratar de detener la pelea.
- No me interesa.

El rechazo

Objetivos

- Confrontar una situación en la que uno/a es rechazado y desvalorizado por los compañeros/as, analizando los sentimientos subyacentes a esta situación.
- Reflexionar sobre distintas técnicas de resolución de la situación problemática, y diversas formas de responder al rechazo.
- Estimular la empatía hacia compañeros/as rechazados/as o marginados/as por el grupo.
- Fomentar la expresión emocional a través de la dramatización.

Descripción

Se le cuenta al grupo la siguiente historia. "Ana tiene problemas en su grupo de amigos. Sus compañeros no la dejan participar en sus juegos, la rechazan. Un día el grupo estaba haciendo planes para acudir el sábado a la fiesta de cumpleaños de Rosa. Ana se acerca al grupo y les dice que le gustaría ir a la fiesta. Alguien del grupo le responde que no puede ir porque no está invitada." La/el docente hace las siguientes preguntas. "¿Qué siente Ana en esta situación? ¿Qué podría hacer?".

Se divide el grupo en equipos de siete a ocho estudiantes. Se hace una lista con todas las posibles formas de responder a esta situación conflictiva en la que una persona es rechazada y marginada por los demás mediante un torbellino de ideas. Cada equipo seleccionará la forma de responder que considera más adecuada, debatiendo las conductas posibles. Cada equipo razonará la solución que considera más apropiada. Debe llegarse a un consenso

en grupo sobre la mejor opción. En caso de no llegar por consenso hacerlo mediante votación por mayoría.

Cada equipo realizará una representación dramática en la que se pone de relieve la solución que han considerado más adecuada. La dramatización debe mostrar brevemente la situación de la historia y la solución seleccionada por el equipo. Al finalizar la dramatización se inicia el debate, fase de discusión. Como variante, y una vez finalizada esta actividad puede plantearse un debate complementario a partir del dilema del nuevo compañero/a.

Material.

Hojas, plumas, objetos para la dramatización.

Ficha de trabajo

El dilema del nuevo compañero

Un día en clase el/la docente comenta que va a integrarse un nuevo compañero/a al grupo y que éste es un enfermo de SIDA. Explica los aspectos relacionados con el SIDA, las vías de contagio, y aclara que no ocurre nada por jugar o trabajar con él/ella. ¿Cómo te comportarías tú al llegar el nuevo compañero/a? ¿Le ofrecerías tu ayuda para que pueda integrarse en el grupo como cualquier otro alumno/a? ¿Jugarías con él/ella? ¿Te mantendrías al margen de relacionarte con él/ella? ¿Qué valores están en juego en este dilema? ¿Cómo crees que se sentiría el compañero/a si fuera rechazado/a por todo el alumnado?

Opuestos y negociación

Objetivos

- Reflexionar en grupo sobre un aspecto de la violencia y el papel del diálogo y la comunicación como mecanismo de control.
- Promover la comunicación en el grupo con relación a puntos de vista contrapuestos potenciando la negociación, el acercamiento de posturas: resolución de conflictos.
- Estimular la descentración cognitiva. Poner de relieve distintos puntos de vista frente a una situación o hecho.

Descripción

Se distribuye el grupo en cuatro equipos. Se plantea un tema que contenga dos posturas opuestas; en este caso violencia – no violencia como mecanismo de resolución de problemas humanos, conflictos entre individuos, conflictos entre grupos, por cuestiones personales, territoriales, religiosas...

Dos equipos preparan durante 15 minutos argumentos a favor de la violencia y otros dos en contra. Se plantea que argumenten a favor de pelear como medio para resolver un problema o en contra de tomar actitudes violentas como medio de resolución de conflictos.

Se abre una discusión en grupo donde cada equipo expone sus conclusiones. Se anotan en el pizarrón dos columnas con argumentos a favor y en contra. En la fase de aproximación de posturas se intenta negociar soluciones de forma que se llegue a una aceptable para ambos puntos de vista.

Material.

Lápiz, papel.

Te aprecio-me aprecias

Objetivos

- Comprender la necesidad de apreciarse a sí mismo/a.
- Manejar tanto el autoconcepto y la autoimagen como el sentido de valía de los compañeros/as del grupo y el respeto a los/las demás.
- Comprender la necesidad de apreciar a los/las demás.

Descripción

El/la docente empezará por explicar los objetivos de la sesión al alumnado. Posteriormente, entregará la hoja de actividades que se adjunta en el anexo que se llenará de forma individual y anónima. Leerá esta hoja con ellos y ellas e irá aclarando cada una de las dudas que surjan. De cada pregunta se hará una puesta en común con lo más interesante que haya contestado cada cual.

Material.

Hoja con actividades, plumas.

Ficha de trabajo

Actividades

1. Lee con atención lo siguiente:
   - Conoce y valora tus cualidades, como persona eres única e irrepetible.
   - Desarrolla y pon en práctica tus cualidades, puedes realizarte y servir a los/las demás con eficacia.
   - No te estimes en exceso pues serás un/a pedante y egoísta.
   - No te subestimes pues serás rechazado/a o manipulado/a fácilmente.
   - Aprecia a los demás tanto como quieres que te aprecien a ti.

Contesta

1. ¿Estás de acuerdo con estas afirmaciones? ¿Por qué?
2. ¿Qué entiendes por *apreciarse a sí mismo*? ¿Cómo se manifiesta ese autoaprecio?
3. ¿Qué entiendes por *apreciar*? ¿Cómo y cuándo se manifiesta ese aprecio?
4. Redacta las frases o expresiones que te gustaría oír de:
   - tu padre y tu madre,

- tus hermanos/as,
- tus profesores/as,
- tus amigos/as.

5.- ¿Qué puedes hacer para mostrar tu aprecio a:

- tu padre y tu madre,
- tus hermanos/as,
- tus profesores/as,
- tus amigos/as.

Ira, agresividad, agresión

Objetivos

- Ofrecer una definición sobre la agresividad, distinguir sus componentes y analizar su origen.
- Explicar e identificar de forma práctica el mecanismo desencadenante de la agresividad.
- Valorar de forma personal la utilidad de la agresividad a través de la identificación de sus ventajas y desventajas a corto y largo plazo.

Descripción

Con el grupo clase y de forma consensuada se elegirá una situación habitual en la que la respuesta agresiva sea frecuente. Se comentará y se analizará el proceso que sigue y las diferentes partes. De forma voluntaria se elegirán los protagonistas que la representarán mediante juego de roles. Se representa la historia deteniéndose en cada punto que permita la introducción de los diferentes elementos teóricos del contenido.

Identificar el patrón agresivo en la historia. Identificar los pensamientos desencadenantes de la agresividad. Identificar los estados emocionales ligados al patrón de la agresividad. Identificar la apariencia que cobra la agresividad en la situación representada; añadir otras.

Reunidos en equipos de cinco o seis alumnos/as, discutir sobre A*lgunas ideas equivocadas sobre la ira y la agresividad.* Nombrar un representante de grupo. Compartir en grupo las valoraciones realizadas sobre los discutido y valorado por grupos. En grupo realizar una exposición sobre *El origen de la agresividad.* De nuevo en equipos, debatir y completar el cuadro *Ventajas e inconvenientes que puede tener la agresión a corto y a largo plazo*, referida a la situación representada en el juego de roles. Puesta en común en grupo.

Material.

Papel, plumas. Tres fichas de trabajo que darán pie a las actividades a realizar en equipo. Ficha 1 con contenidos teóricos sobre la agresividad. Ficha 2 con Algunas ideas equivocadas sobre la ira y la agresividad. Ficha 3 con el cuadro

de Ventajas e inconvenientes que puede tener la agresividad a corto y largo plazo.

Ficha de trabajo 1

Contenidos teóricos

¿Qué es la Agresividad? Viene definida por un conjunto de respuestas o comportamientos destructivos, muchas veces dirigidos contra otras personas, con la intención de causarles daño, ya sea físico o psicológico. La agresividad tiene un componente referido a una serie de pensamientos *tu tienes que..., no es justo, tengo razón...*, que van a ser determinantes en el desencadenante de la agresividad.

La agresividad aparece junto a determinados estados emocionales: ira, frustración, dolor, estrés... Se tiene intención de causar daño a otra persona. La agresividad puede manifestarse de varias formas: daño físico (pegar, golpear...), daño psíquico (hacer sentir mal al otro "chantajes emocionales"), con palabras (insultos, dar de gritos...), con gestos (poner cara de desprecio...)

¿Cuál es el origen de la agresividad? La conducta agresiva se realiza con el objetivo de modificar la realidad para ajustarla a la visión que nosotros tenemos de cómo deberían ser las cosas.

Ante la necesidad que todos tenemos de explicar la realidad de forma coherente, cuando percibimos que la realidad no se ajusta a nuestras construcciones y que además no somos capaces de elaborar otras construcciones nuevas que den sentido a esa realidad, pensamos que las cosas *deben ser como creemos*, que *no hay otra alternativa* y tendemos a reducir y doblegar los acontecimientos, a las personas, etc. La agresividad impide evolucionar y adquirir nuevas categorías para explicarnos la realidad.

Si en una situación agredimos a otra persona, y *nos salimos con la nuestra* tenderemos a utilizar la agresión para manejarnos en esas situaciones. La agresividad por tanto, no es una necesidad ni un instinto, es algo aprendido y consecuentemente, podemos aprender otras formas de afrontar esas situaciones. Muchas de estas respuestas de agresión las hemos aprendido viendo a otras personas que las hacían.

Los pensamientos juegan un papel determinante en la agresividad. El origen de la agresividad son los propios pensamientos, y no los demás como la gente suele creer. No arremete quien quiere, sino quien puede y es uno/a mismo/a quien decide si los demás pueden o no.

También la agresividad aparece en ocasiones como culturalmente pautada, bajo la regla de que ante determinada provocación es inexorable responder agresivamente o sentirse dañado. Ejemplo, la regla del *ojo por ojo* conllevaría ante una agresión percibida un *tengo que sentirme agredido* y un *es injusto, tengo que responder.*

Ficha de trabajo 2

Algunas ideas equivocadas sobre la ira y la agresividad

Es un error pensar que la agresividad es provocada sólo por causas biológicas (hormonas, química del cerebro...), lo psicológico juega un papel determinante. No es cierto que la ira y la agresividad sean un instinto en la especie humana. Es incorrecto creer que la frustración provoca siempre la agresividad. También es un error pensar que descargar o liberar la agresividad es una necesidad o que vaya a tener efectos benéficos más allá del corto plazo.

Ficha de trabajo 3

Ventajas e inconvenientes que puede tener la agresividad a corto y a largo plazo.

Ventajas a corto plazo	Inconvenientes a corto plazo
Ventajas a largo plazo	Inconvenientes a largo plazo

Expresando críticas de forma adecuada

Objetivos

- Expresar críticas o desacuerdos de forma que la otra persona no se sienta agredida, impidiendo el comienzo de una "espiral de discusiones".
- Responder a otra persona que nos está criticando o insultando.

Descripción

Se explica al alumnado que a veces expresamos nuestras críticas hacia el comportamiento de otra persona o nuestro desacuerdo con sus ideas de una forma poco útil, ya que estamos tan alterados/as que lo único que hacemos es insultar o atacar a la persona (*eres un...*), lo cual hace que interprete que le estamos amenazando y que nos responda de forma agresiva. El resultado es que la discusión se agrava y, entre otras cosas, la persona aún no sabe por qué estamos molestos exactamente ni qué le estamos pidiendo.

Hoy vamos a practicar una forma alternativa de expresar críticas sin atacar a las personas, sino su comportamiento, a la vez que permitimos al otro/a conocer cuáles son nuestras emociones y qué le pedimos. Así evitaremos malentendidos y probablemente alcancemos una solución satisfactoria para ambas partes.

Es aconsejable cambiar los *mensajes tú* por los *mensajes yo,* enviados en primera persona. La esencia de estos mensajes es saber hablar por uno/a mismo/a sin imputar o atribuir al otro/a las opiniones, sentimientos o los cambios de conducta. Es un mensaje sumamente respetuoso, y que además facilita la expresión de las diferencias y del desacuerdo. Vamos a practicar la expresión de críticas según el modelo siguiente.

- Describe la situación, da información de qué es lo que te molesta sin emitir juicios sobre la otra persona y sin evaluarlo, expresa tu crítica de forma concreta (*cuando/ cada vez que...*).
- Expresa tu emoción con un tono calmado (*eso hace que me sienta...).*
- Dile lo que quieres que haga, sugiere o pide cambios (*me gustaría que...*).
- Haz notar que tú también te vas a esforzar para que todo vaya bien (*por mi parte, me comprometo...*).
- Expresa tu agradecimiento por escucharte (*te agradezco...*).

Ejemplo. Cuando continuas leyendo el periódico mientras yo te estoy hablando, eso hace que me sienta ignorado/a y menospreciado/a, me gustaría que me pusieras atención y que me veas cuando te digo algo, por mi parte me comprometo a esperar si no es el momento adecuado. Muchas gracias.

Cada vez que me llamas *enfermo* me siento excluido, me gustaría que te dirijas a mí de un modo más amable por ejemplo llamándome por mi nombre, eso hará que te ponga atención. Me gusta que podamos hablar así.

Trabajo por parejas

- Ejercicio 1: tienes una serie de situaciones (ficha de trabajo 1). Elige de entre todas ellas dos y elabora el *mensaje yo*.
- Ejercicio 2: de la segunda lista (ficha de trabajo 2) elige tres *mensajes tú* y elabora tu *mensaje yo*. Este trabajo se puede presentar en un acetato.

Trabajo en grupo

Cada pareja comenta su trabajo utilizando acetatos.

Reflexión. Para terminar, el el/la docente/a puede hacer las siguientes preguntas. ¿Cómo se sintieron cuando les critican con *mensajes yo*? ¿Cómo se siente el otro cuando le expresan una crítica de forma adecuada? ¿Entiende mejor el otro de esta manera, por qué molesta su comportamiento? ¿Se puede llegar más fácilmente a acuerdos?

Material.

Acetatos, marcadores, fichas de trabajo.

Ficha de trabajo 1

Busca los mejores mensajes yo en las siguientes situaciones.

- Un profesor/a te llama la atención muy fuerte hoy en clases y te has sentido muy molesto/a.
- Un profesor/a te deja muchos ejercicios para la casa, pero ya tenías muchas cosas que hacer y te sientes muy sobrecargado/a.
- Un amigo/a te devuelve el libro que le prestaste maltratado. Está subrayado, con anotaciones escritas con plumas en diferentes hojas y algunas de ellas sueltas.
- Un compañero/a te ha pedido que le hagas un favor, pero de muy mala manera: "Oye, tu, dame los apuntes de Español. Los necesito ahora."
- Un compañero/a te devuelve uno de los discos de un programa de computadora roto.
- En el trabajo que estás haciendo en grupo, a ti te han puesto a hacer más cosas que a los/as demás.
- Cada vez que le haces una pregunta a un profesor/a, un compañero/a trata de humillarte riéndose de ti.
- Cuando le pides a un compañero/a que te explique cómo se hace un ejercicio, te ha dicho: "no me des lata".
- Un amigo/a te dijo que no podía salir porque tenía que estudiar y luego te enteraste que se fue al cine con otro amigo/a del grupo.
- Un compañero/a te ridiculiza por no saber usar un determinado programa de computadora.
- Un compañero/a o amigo/a te quita algo sin pedírtelo.
- Tienes que hacer un trabajo con un compañero/a, pero éste es totalmente pasivo y no participa en nada.
- Un amigo/a está continuamente pidiéndote favores, pero es incapaz de hacerte alguno.
- Un profesor/a te puso un examen para el día siguiente y estás muy preocupado/a y nervioso/a porque no sabes si te dará tiempo para estudiar.
- Un compañero/a no deja de hablarte en la biblioteca. Te cuesta concentrarte.

Ficha de trabajo 2

Busca los mejores mensajes yo a los siguientes mensajes tú

- No te pienso volver a prestar alguna cosa. Siempre lo rompes todo.
- ¿Quién te dijo eso? Eres un mentiroso; pero todo el grupo se lo creyó.

- Siempre estás haciendo tonterías y no nos dejas trabajar. Deja ya de hacer desorden o vete a otra parte.
- Si que eres maloso/a. Siempre poniendo apodos a los demás.
- No voy a volver a confiar en ti. Siempre dices cosas y nunca las cumples.
- Participas como los demás o te vas del grupo.
- No tienes derecho a tratarme así delante de los demás.
- Aquí cada uno hace su trabajo. Siempre quieres que los demás trabajen por ti.
- Todo lo que tengas que decir sobre mí dímelo a la cara.
- Eres incapaz de hacer un favor.
- No te voy a volver a contar nada, porque se lo cuentas a todo el mundo.
- ¿Por qué siempre me llama la atención a mí? ¿Me trae de ojeriza o qué?
- ¡Otra vez lo mismo! ¿No puede decirnos algo interesante?
- Llevo la mano levantada 5 minutos y no me ha preguntado.
- ¿Por qué siempre nos deja tanto trabajo a última hora y sin previo aviso?

La ira

Objetivos

- Identificar y expresar sentimientos de ira, rabia y agresividad.
- Analizar causas y consecuencias de los sentimientos agresivos y formas adecuadas de manejar estos sentimientos.
- Fomentar la comunicación en el grupo.

Descripción

Torbellino de ideas: se enumeran situaciones concretas que generan ira, rabia. Se recogen todas en el pizarrón y al final se leen. Cada alumno/a dibuja en una hoja una situación personal que le generó sentimientos de ira. Escribe una frase debajo que clarifique el dibujo. Se tapa el dibujo y sucesivamente cada alumno/a muestra y comenta su dibujo. Se recomienda que pongan el nombre en el dibujo para analizarlos posteriormente. Se reflexiona sobre las conductas que se pueden derivar de ese sentimiento. (Consecuencias de la ira).

Se seleccionan algunas situaciones concretas de ira y en grupo se enumeran formas de responder adecuadamente a las mismas. Se motiva a que los/os participantes enumeren formas distintas de expresar la rabia clarificando formas positivas que no hieren al otro, de manejar estos sentimientos ante cada situación concreta que haya generado esta emoción.

Material.

Papel, lápiz.

La fuerza de la ira

Objetivos

- Reconocer que la ira puede manejarse.
- Tomar conciencia de que la ira es un estado emocional que se puede controlar.

Descripción

¿Alguna vez has tenido ganas de romper algo, de hacerlo muy lejos, o has estado muy enfadado/a? Créeme, no sirve de nada. Lo mejor es saber reconocer que esta situación o momento hay que tomarlo con mucha calma y sabiendo manejar tu ira.

Trabajo individual. El profesor/a expone una definición de ira y la explica. Invita al alumnado a identificar una situación reciente que les haya provocado enfado. Les pide que identifiquen cuál ha sido esa situación y si les provocó ira.

Trabajo en grupo. Se divide al alumnado en equipos de tres o cuatro participantes para que compartan, durante diez minutos, sus experiencias. Les pedimos que eviten utilizar el nombre del algún compañero de clase que pudiera estar involucrado en sus experiencias.

Trabajo individual. El alumnado responde al cuestionario.

Trabajo en grupo. El profesor/a promueve un debate con las respuestas del cuestionario, ficha de trabajo.

Material.

Cuestionario, papel, plumas, apuntes del grupo.

Ficha de trabajo

Cuestionario

1. ¿Son tus situaciones de ira similares a las de tus compañeros/as?
2. ¿Crees que los demás se habrían enojado si ellos hubieran vivido tu misma situación? ¿Por qué crees que algunas cosas producen enfado a unas personas y no a otras?
3. Las razones por las cuales te enfadas ¿son similares a las razones que dan las demás personas?
4. En las situaciones comentadas, ¿has sentido ira?, ¿qué más hubieras podido sentir?
5. ¿Sueles sentirte enfadado/a o más bien no? ¿Es la ira un sentimiento positivo para ti?
6. La próxima vez que te sientas enfadado/a y decidas no estarlo, ¿qué crees que podrías hacer para conseguirlo?

Lectura del pensamiento

Objetivos

- Estimular la empatía.
- Desarrollar el autocontrol.
- Desarrollar habilidades sociales.

Descripción

La "lectura del pensamiento" es una forma inadecuada de manejar la información que consiste en creer firmemente que la intención o el pensamiento de otra persona está relacionado con nosotros cuando puede que no lo esté o, en caso de estarlo, que no tenga el matiz negativo que nosotros creemos.

Explicación del supuesto. "Historia del hombre que buscaba un martillo"; (ficha de trabajo). ¿Qué conclusión sacas de la historia? ¿Por qué el hombre actúa de forma agresiva con su vecino? Buscar ejemplos cotidianos. Puesta en común.

Material.

Papel, lápiz.

Ficha de trabajo

"La historia del hombre que buscaba un martillo"
Un hombre quería colgar un cuadro en la pared de su casa, pero se dio cuenta de que le hacía falta un martillo y él no tenía ninguno. Entonces decidió pedírselo prestado a su vecino, cuya casa estaba a medio kilómetro de la suya.

Mientras iba de camino a casa del vecino, el hombre comenzó a darle vueltas a la cabeza, preguntándose si su vecino le prestaría la herramienta: "¿será tan amable de prestarme su martillo?, ¿me hará el favor?"... Pero empezó también a creer que, al ir a su casa, podía molestar a su vecino: "seguro que mi vecino está descansando y lo voy a molestar al timbrar", se iba diciendo, "eso le disgustará probablemente", así que de mala gana abrirá la puerta, me gritará: iqué diablos quieres a estas horas," "bueno -se dijo el hombre- entonces yo le diré: ¿puedes prestarme tu martillo para colgar un cuadro?", y mi vecino -continuaba pensando el hombre- me responderá con un ino! Rotundo", como venganza por haber interrumpido su descanso. "Me gritará: i¿para esa tontería vienes a molestarme?!"

Entre tanto pensamiento, este hombre había llegado ya caminando hasta la puerta de su vecino. Timbró. Su vecino abre y nuestro hombre, sin dejarle decir palabra, le grita: "¿sabes que?, ¡vete al diablo tú y tu maldito martillo!"

¿Puedes controlar la frustración?

Objetivos

- Favorecer una buena percepción de las propias emociones.
- Analizar las propias emociones.
- Desarrollar estrategias positivas para la solución de situaciones adversas.

Descripción

Se trata de hacer un análisis de lo que sucedió la última vez que, ante una situación entre amigos/as, nos sentimos mal, decepcionados/as, frustrados/as... no supimos qué hacer, nos bloqueamos. En trabajo individual, se indicará al alumnado que describa en la ficha de trabajo, las experiencias más frustrantes que le hayan ocurrido últimamente. En trabajo en grupo, los alumnos/as en equipos de tres o cuatro, pondrán en común sus experiencias. A continuación, por consenso, elegirán una entre todas las experiencias propuestas. Analizarán la experiencia elegida siguiendo las pautas de la ficha de trabajo. Un alumno/a voluntario/a de cada equipo expondrá el contenido de la ficha de trabajo elaborada. Finalmente, el profesor/a promoverá un debate con objeto de valorar la actividad realizada.

Material.

Papel, pluma, ficha de trabajo, por participante.

Ficha de trabajo

Trabajo individual

- Haz una breve descripción de la situación escogida.
- En esta experiencia ¿qué es lo que le hizo sentir mal al protagonista?
- Entre todos/as, buscan el lado bueno, afable y positivo de la situación descrita.

Trabajo en grupo

- ¿Cuántas situaciones diferentes han propuesto?
- ¿Les ha costado elegir una situación de entre todas las propuestas?
- ¿Cómo la eligieron?
- ¿Cómo se sintieron?
- ¿Qué aplicación puede tener este análisis en su vida cotidiana?

II. ACTIVIDADES PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA[3]

La violencia afecta la autoestima y genera inseguridad en infantes y adolescentes, condicionando lo que debería ser su normal desarrollo como seres humanos. Quienes han sufrido violencia física o abuso sexual, tienden a reproducir lo vivido, y manifiestan conductas agresivas hacia los demás. Mucha de la violencia de las sociedades está sustentada en una cultura de la violencia e intolerancia.

DINÁMICAS

Las mariposas
Peces y pescadores
Los oficios
Las huellas de nuestras manos
Abrazos a ciegas
El chicle saltarín
Los abrazos musicales
Los complementos
Incrementar la Cohesión en el grupo
Las preferencias del grupo
La realidad está llena de conflictos
Yo he participado, he sufrido, he visto
El rumor
Collage con noticias y material gráfico
Noticias y material gráfico en el deporte: buenas prácticas
Análisis de la guerra
La violencia en los libros de texto
Los tipos de violencia y sus expresiones
Aprender habilidades sociales
Análisis del lenguaje y alternativas
La violencia no es un juego
Construyendo culturas de paz
Elaboración de un póster contra la violencia

Las mariposas

Descripción

La actividad consiste en representar una mariposa con los cuerpos de dos personas. Se divide el grupo en parejas, cada pareja se toma del brazo y con el otro simularán las alas. Los movimientos de las mariposas por el aula deberán ser muy coordinados como si fueran una sola persona. Se pondrá una música

[3] Adaptación de Garaigordobil (2006), y de Barragán (2006).

de fondo y danzaran por todo el salón, como si fueran mariposas volando por el bosque.

El o la docente harán las siguientes preguntas. ¿Qué les pareció la representación? ¿Fue divertido volar por el salón como si fueran mariposas? ¿Fue difícil hacer como si fueran mariposas? ¿Se soltaron en algún momento? ¿Cómo se sintieron en la actividad?

Material.

Grabadora, música de la naturaleza.

Peces y pescadores

Descripción

El grupo se divide en dos equipos. Un equipo, compuesto por cuatro integrantes elegidos con algún juego de azar, representará a los pescadores, y el otro equipo compuesto por el resto de los miembros del grupo, a los peces. Los pescadores se dan la mano formando una pared y van a atrapar a los peces. Estos intentan escapar de la red de cualquier modo, el pez atrapado pasa a ser pescador, la actividad se termina cuando todos/as se han convertido en pescadores. Se pueden realizar dos o tres rondas de la actividad.

La o el docente hará las siguientes preguntas. ¿Fue divertido? ¿Fue fácil escapar de los pescadores/as? ¿Qué emociones tuvieron cuando los pescadores les atraparon? ¿Cuándo fueron pescadores y atrapaban peces qué sintieron? ¿Qué les gustó más, ser peces o pescadores?

Los oficios

Descripción

Se divide el grupo en equipos de cinco participantes. Cada equipo recibe dos tarjetas en cada una de las cuales se muestra gráficamente un oficio: carpintera/o, médica/o, estilista, pintor/a, dibujante, jugador/a de fútbol, cocinero/a, domador/a de leones, payasa/o, profesor/a, conductor/a de autobús, panadera/o, policía, cantante, bombera/o, modista/o, agricultor/a, vendedor/a, mecánico/a, veterinaria/o, dentista, jardinera/o, zapatera/o, pescador/a músico, deportista; después de un proceso de diálogo, cada equipo decide cómo va a representar cada oficio, y con la contribución de todos los miembros lo representan con mímica para los demás compañeras/os, que deben adivinar el oficio que están representando. Todos los miembros del equipo representan simultáneamente los oficios teniendo en cuenta lo acordado en el proceso de diálogo sobre la representación. Si al final se dispone de tiempo se les pide que hagan entre todas/os los miembros del equipo, un dibujo sobre el oficio que más les gusta.

La o el docente puede hacer las siguientes preguntas. ¿Fue difícil representar o adivinar los oficios? ¿Fue divertido? ¿Fue más divertido representar o adivinar el oficio que especificaban otros compañeras/os? ¿Qué oficio les gustaría tener cuando sean mayores? ¿Por qué? ¿Les costó ponerse de acuerdo en cada equipo sobre la manera de representar? Se habla de la importancia que tienen los distintos trabajos, y de cómo todos son necesarios para la vida en sociedad.

Material.

Dos tarjetas con las imágenes de los oficios.

Las huellas de nuestras manos

Descripción

Se divide el grupo en dos equipos. Cada equipo se coloca en posición circular y en el centro del círculo se pone un pliego de papel grande, para que puedan poner las huellas de todas/os los participantes. Además, cada equipo dispone de varios platos de plástico en los cuales se deposita la pintura de color, se dejan algunos platos para mezclar colores. La actividad consiste en impregnar las huellas de las manos de color e imprimirlas en el papel para hacer una representación conjunta con las huellas de los miembros del equipo. Las huellas pueden estamparse como quieran, pueden superponer una mano sobre otra, imprimir el puño, la mano por la parte superior. El mural ha de contener una huella de cada miembro del equipo como mínimo. Después, ambos equipos observan los productos respectivos. Para evitar que los participantes se ensucien la ropa pueden utilizar bolsas de basura grandes a las que se les hacen agujeros para introducir la cabeza y los brazos. Se sugiere realizar la actividad utilizando música de fondo relajante.

Al finalizar la actividad, la o el docente puede hacer las siguientes preguntas. ¿Les gusta como quedaron los murales con las huellas de las manos? ¿Qué emociones tuvieron al dejar su huella en el papel? ¿Todos/as dejaron por lo menos una huella en el mural colectivo? ¿Cuántas huellas dejaron? ¿Qué mural les gusta más y por qué? ¿Fue divertido?

Material.

Papelotes, puntura de distintos colores, platos de plástico para la pintura, servilletas o rollo de papel para limpiarse las manos, bolsas grandes para basura, cámara fotográfica.

Abrazos a ciegas

Descripción

Esta actividad se realiza en parejas. Una vez que los miembros del grupo se han colocado en parejas, el/la docente elige dos parejas, venda los ojos a los cuatro integrantes y se les distribuye por diferentes puntos del espacio donde se realiza la actividad mezclados con los otros jugadores. El objetivo es que cada participante encuentre su respectiva pareja. Cuando se da la señal, los cuatro integrantes con sus ojos vendados salen de su lugar y se dirigen a buscar a su pareja, mientras tanto el resto del grupo les va dando claves con las palabras frío (si están muy lejos) o caliente (si están muy cerca). Los participantes que están jugando no saben si esta clave es para ellos o para la otra pareja, con lo que la dificultad y la diversión aumentan. Cuando una pareja logre encontrarse, recibirán un fuerte aplauso por parte del resto del grupo, entonces se sentarán en el círculo y saldrán otras dos parejas. Y así sucesivamente hasta que hayan participado todas las parejas.

Al finalizar, el o la docente hace las siguientes preguntas. ¿Cómo se sintieron al encontrar a su pareja? ¿Y cuando no la encontraban? ¿Cómo se sintieron al ayudar a otros/as a encontrarse? ¿Fue divertido? ¿Qué sintieron cuando estaban vendados y buscaban a su pareja?

Material.

Vendas para los ojos.

El chicle saltarín

Descripción

Cada participante representa ser un trozo de chicle pegajoso que bota al ritmo de *ñam-ñam*. Las y los participantes saltan, brincan con las piernas juntas, libremente por el aula, sin música, y diciendo mientras saltan: *ñam-ñam*.

Cuando un trozo de chicle se toca con otro, se quedan pegados, y así van progresivamente enlazándose todos los miembros del grupo hasta que forman una gigantesca masa de chicle saltando todos/as a la vez. Se realizan dos o tres rondas.

Al finalizar, el o la docente hace las siguientes preguntas. ¿Fue divertido el juego del chicle saltarín? ¿Cómo se sintieron en este juego? ¿Les gustaba pegarse con otros y saltar juntos como un gran trozo de chicle o preferíamos saltar solos/as? ¿Respetaron las reglas del juego, es decir, quedaron pegados/as cuando se tocaron con algún trozo de chicle?

Los abrazos musicales

Descripción

Mientras suena una música animada, las y los participantes saltan y danzan libremente por el aula. Cuando la música se detiene (es interrumpida por el/la docente), cada participante dará un abrazo a un compañera/o de los que están danzando por el aula que esté cerca de él/ella. Cuando todas y todos se han abrazado (en caso de ser impares, se abrazan tres participantes), la música se activa de nuevo, las parejas se sueltan, las y los participantes danzan y saltan libremente por el espacio del aula, hasta que la música se vuelve a detener y se abrazan a otro participante cercano. Y así sucesivamente se realizan ocho o diez rondas. Se sugiere indicar que deben abrazar al compañero/a que tienen al lado, ya que el juego consiste en abrazar al mayor número de compañeros/as del grupo.

Al finalizar, el o la docente hace las siguientes preguntas. ¿Fue divertido? ¿Cómo se sintieron? ¿Les gusta abrazar? ¿Les gusta ser abrazados por otros compañeros/as? ¿Han respetado las reglas del juego, es decir, abrazar al compañero/a que tenían al lado, o han ido a buscar a sus amigos/as? ¿A cuántos compañeros/as abrazaron?

Material.

Grabadora y música.

Los complementos

Descripción

Las y los participantes se colocan en dos filas unos frente a otros, a dos metros de distancia. Los de la fila 1 representarán los personajes que se les asignaron en las tarjetas que lleven escrito el nombre del personaje o su dibujo. Los de la fila 2 serán los complementos, reciben las tarjetas con los nombres de los complementos de estos personajes o sus dibujos. Los jugadores de la fila 1, rotativamente salen al centro y representan con mímica y onomatopéyicamente la acción correspondiente a su personaje. Las y los participantes de la fila 2 se dan cuenta de quien es su complemento. Salen uno a uno y se ponen de acuerdo en cómo representar el personaje y durante un minuto dramatizan la acción conjuntamente. Y así sucesivamente hasta que todas las parejas participen.

Material.

Tarjetas con los nombres o dibujos de los personajes que representarán. Estilista/tijeras, ciclista/bicicleta, maestra-o/libro, pintor-a/brocha, director-a de orquesta/batuta, sastre/tijeras, bombero-a/fuego, conductor-a/volante, futbolista/balón, domador-a/león, vaquero-a/caballo, agricultor-a/tractor, secretaria-o/computadora, médico-a/enfermo-a, albañil/carretilla.

Incrementar la Cohesión en el grupo

Descripción

Para incrementar la cohesión del grupo y fomentar la confianza entre el alumnado se realizará la siguiente actividad. A cada alumno y alumna se le entrega una copia del cuestionario adjunto. Todas y todos deben hallar, buscando por el aula, a una persona que les dé respuesta afirmativa a las preguntas. Tienen que hacerlo preguntando de una en una, y al encontrarla anotan su nombre en el espacio de la derecha. No se pueden repetir los nombres, tienen que encontrar a personas distintas para cada una de las preguntas. (20 minutos).

Terminada la actividad, se hace una puesta en común y el o la docente hace las siguientes preguntas. ¿Cómo se han sentido? ¿Hay alguna pregunta para la que fue más difícil encontrar personas? ¿Han dejado preguntas en blanco? ¿Por qué? ¿Qué piensan de las preguntas en blanco? Se pueden hacer estas preguntas y otras más. Por último se plantea si pueden, si creen que entre todos y todas se podrían encontrar soluciones a las diferentes situaciones conflictivas que se han planteado.

Material. Cuestionario, plumas, por integrante.

Ficha de trabajo

Cuestionario

1. Que te cuente un chiste
2. Que comparta con su familia las tareas de la casa: fregar, recoger su habitación, hacer la cama, poner la mesa.
3. Te eche un piropo.
4. Que forme parte de una pandilla de chicas y chicos.
5. Haya visto la película *Titanic.*
6. Tenga el mismo tamaño de la oreja izquierda que tú.
7. Que hable frecuentemente con su padre de sus cosas.
8. Que haya hecho algún daño a alumnos de cursos inferiores.
9. Que te salude dándote un beso en la mejilla.
10. Que conozca algún caso de violencia contra la mujer y quiera contártelo.
11. Que piense que llorar es de chicas.
12. Que nunca le hayan hablado de sexualidad en su casa.
13. Que piense que la mujer es más débil que el hombre.
14. Que confié más en un niño que en una niña.
15. Que le haya molestado que le levanten la falda.
16. Que piense que tocarle el trasero a una niña no es una agresión.
17. Que piense que quien tiene que ligar es el chico; si lo hace la chica, es malo.

18. Que crea que a las niñas se les favorece en la escuela por que son niñas.
19. Que piense que los que maltratan a las mujeres son locos.
20. Que tenga un disco compacto o un video en su casa.

Las preferencias del grupo

Descripción

La maestra/o entrega preguntas relativas a gustos personales, las que deberán contestar, con frases cortas. Se hacen equipos de cinco, se pide que individualmente contesten las preguntas y posteriormente compartan con las y los demás, no se permite que critiquen lo que otras/os contestan. En una cartulina de *Preferencias Individuales y de Grupo,* se anotaran las coincidencias y las diferencias de manera positiva, terminada la cartulina se coloca al frente y se comparte con el grupo, no decir de qué equipo es, el grupo tiene que adivinar la identidad del equipo al que se refieren las características que se exponen.

Material. Hoja de preguntas, cartulinas, marcadores, cinta adhesiva.

Ficha de trabajo

Preferencias individuales y grupales

- ¿Cuál es tu grupo de música favorito?
- ¿Cuál es tu color preferido?
- ¿Cuál es tu deporte favorito?
- ¿Qué te gusta hacer los domingos?
- ¿Cuál ha sido el mejor regalo que te han hecho?
- ¿Cuál es la cualidad tuya que más te gusta?
- ¿Qué quieres ser cuando seas mayor?

La realidad está llena de conflictos

Descripción

Sabemos que la vida está llena de conflictos. Se reparte a cada alumno/a una hoja de papel donde se reflexionará sobre algún hecho que recuerden y hayan vivido. Ejemplo: les agredieron en la escuela, les hablaron con insultos, se dirigieron a ellos/as con apodos, les dijeron cosas feas sobre su persona, les amenazaron, le confiaron a alguien algún secreto que era personal. Pensar cual ha sido esa situación y escribirla en la hoja. Compartir cuales son esas experiencias que terminan en violencia y conflicto de género.

Situación 1. En una ocasión me ocurrió que/ me contaron que a un muchacho/ vi cómo a un muchacho/... Situación 2. En una ocasión me contaron que a una muchacha/ vi cómo a una muchacha/...

Yo he participado, he sufrido, he visto

Descripción

La actividad es en dos partes. En la primera se tiene que llenar un cuestionario donde se señala con una X la situación vivida y contestar los datos cualitativos. En una segunda parte, se organizan equipos que deberán recopilar la información obtenida a partir de los cuestionarios.

Material.

Cuestionarios, cartulinas, marcadores.

Ficha de trabajo

La realidad inmediata está llena de conflictos

Coloca una X en la casilla correspondiente:

SITUACIONES	YO LAS HE REALIZADO ALGUNA VEZ	YO LAS HE SUFRIDO ALGUNA VEZ	YO LAS HE VISTO ALGUNA VEZ	OCURREN EN: SALÓN, RECREO, CASA, CALLE
INSULTOS, APODOS				
AGRESIÓN FÍSICA				
AMENAZAS				
INTRIGAS				
RECHAZAR A ALGUIEN				
ROBO				
DESTROZO DE PERTENENCIAS				

La misma tabla se contesta con la frecuencia de los cuestionarios individuales. A continuación se puede reflexionar sobre algunas situaciones concretas.

1.- INSULTOS, APODOS _____

_____

2.- AGRESIÓN FÍSICA _____

_____

3.- AMENAZAS _____

_____

4.- INTRIGAS _____

_____

5.- RECHAZAR A ALGUIEN _____

_____

6.- ROBO _____

_____

7.- DESTROZO DE PERTENENCIAS _____

_____

OTROS _____

_____

Al finalizar la actividad, el o la docente hace las siguientes preguntas. ¿Por qué utilizamos insultos, agresión física, amenazas, intrigas, rechazo? ¿Cuándo los utilizamos? ¿Para qué los utilizamos? ¿Cómo nos sentimos cuando insultamos a alguien? Las preguntas se contestan en equipos y se comparten posteriormente con el grupo. Se puede llenar el siguiente cuadro.

SITUACIONES	¿POR QUÉ LOS UTILIZAMOS?	¿CUÁNDO LOS UTILIZAMOS?	¿PARA QUÉ LOS UTILIZAMOS ?	¿CÓMO NOS SENTIMOS CUANDO LO HACEMOS?	¿CÓMO SE SIENTE LA OTRA PERSONA?
INSULTOS APODOS					
AGRESIÓN FÍSICA					
AMENAZAS					
INTRIGAS					
RECHAZAR A ALGUIEN					
ROBO					
DESTROZO DE PERTENENCIAS					

El rumor

Descripción

La maestra/o prepara un texto, pide una participación de seis personas voluntarias, se enumeran todas excepto una y sale con la número 1. Afuera la no numerada le lee el texto a la 1. La 1 regresa al salón y le narra el texto que le leyó la no numerada a la persona 2; y ésta a su vez le dice a la 3 lo que le narraron; y así se lo repite la persona 3 a la cuatro, hasta terminar con la persona 5, quien lo escribe en el pizarrón. Para recuperar la discusión con el grupo, entra la persona no numerada y lee el texto. El resto del grupo observa cuidadosamente, sin intervenir, son testigos del proceso de distorsión que se da en el mensaje. Se les puede pedir que anoten las variaciones de las versiones del "rumor".

Material.

Uno o dos textos.

Ficha de trabajo

Texto sugerido

Llegué a la escuela, eran las ocho de la mañana. Como todos los días, al entrar a clase, Fernando me quitó la mochila, la abrió, sacó los libros y los tiró al suelo. Todo el grupo se reía y sólo mis amigos (tres que tengo) quedaron desconcertados por lo que siempre me ocurría. No se atrevían a ayudarme, un día lo intentaron y fueron saqueadas sus mochilas. Después de esto, mi papel era siempre recoger los libros y callarme. Ese día fue distinto, ya no podía más, no sabía que pudieran llegar a este extremo. Como de costumbre me abrieron la mochila, pero esta vez mis libros acabaron en el baño, después empezaron a pegarme, hasta el punto de que tuve que ir al hospital lleno de moretones. En esos momentos, por mi mente sólo pasaba una pregunta: ¿por qué a mí?

Collage con noticias y material gráfico

Descripción

Se divide el grupo en equipos, deben elaborar un collage o mural a partir de recortes de periódicos y revistas que incluyan diversas manifestaciones de violencia contra las niñas, niños y adolescentes, mujeres y personas mayores. Una vez que el grupo haya seleccionado aquellas noticias que le resulten relevantes, procederá a la elaboración del collage o mural, en el cual se plasmará un mensaje que haga conciencia tanto de la variedad de manifestaciones que tiene la violencia, como de dejar evidencia sobre la cotidianidad de la misma. Posteriormente, cada equipo elige una persona coordinadora que suscribirá el trabajo llevado a cabo. Se ponen en común los otros collages.

Material.

Revistas, periódicos, material gráfico, papelotes, marcadores, colores, pegamento, cinta adhesiva.

Noticias y material gráfico en el deporte: buenas prácticas

Descripción

Se presenta una imagen de violencia en el deporte, se da una discusión en el salón sobre ello, como segunda parte se les pide que aporten imágenes al grupo de buenas prácticas deportivas, ejemplos que no impliquen violencia.

Material.

Recortes de prensa.

Análisis de la guerra

Descripción

La/el maestro seleccionara algún conflicto bélico actual, explicando el origen y las consecuencias del mismo, sin entrar en valoraciones acerca de los grupos implicados, procurando que el caso muestre entre las acciones militares la violación a los derechos humanos. Maltrato a las personas prisioneras de guerra, violación sexual de mujeres, niñas/os y otros actos vejatorios a las personas victimas de estas situaciones. Se realiza en debate analizando los hechos y anotando todas aquellas alternativas de solución y prevención que el alumnado aporte, así como ideas para promover una mayor conciencia sobre el deber de respetar los derechos humanos.

Material.

Prensa, audiovisuales, papel, plumas.

La violencia en los libros de texto

Descripción

Elegir tres narraciones o imágenes relacionadas con la violencia en los libros de texto, con la ayuda del profesor/o. Se seleccionan, se reproducen y se reparten entre el alumnado. Una vez que han sido leídos o vistos, se comenta la procedencia de las narraciones o imágenes. A continuación se les pide que busquen en sus libros de texto otros ejemplos de violencia, se les pide que lean con mucha atención porque contestarán algunas preguntas. ¿Quién o quienes generan la violencia? ¿Contra quién o quiénes? ¿Qué papel desempeñan las mujeres en esas situaciones? ¿Qué papel desempeñan las niñas, niños y adolescentes en esas situaciones? ¿Qué alternativas prácticas podemos ofrecer?

Material.

Libros de texto, plumas.

Los tipos de violencia y sus expresiones

Descripción

Se presentaran acetatos o diapositivas donde se explican los diferentes tipos de violencia, algunos ejemplos de cada uno de ellos. Puede resultar difícil de comprender para las y los infantes de menor edad, pero el profesorado ha de ilustrar con ejemplos y relacionar los tipos de violencia con algunas de las actividades desarrolladas con anterioridad.

Material.

Acetatos o diapositivas.

Ficha de trabajo

Tipos de violencia de género o violencia sexista

Violencia física. Uso de la fuerza física o de objetos para atentar contra la integridad física de las personas: golpes con la mano abierta, golpes con el puño, patadas, pellizcos, mordiscos, golpear con objetos, homicidio.

Violencia psicológica. Empleo de mecanismos de control y comunicación: afirmaciones, juicios, comunicación verbal, gestual, silencios, que atentan contra la integridad psicológica, el bienestar, la autoestima o el respeto, tanto en la vida privada como pública, de las demás personas en presencia o en ausencia física de esas personas.

Ejemplo: denigrar, menospreciar lo que hace otra persona, hacer que la otra persona se sienta culpable, tratar a la otra persona como si fuera una esclava, hacer comentarios desatentos sobre el físico de otra persona, humillar a su pareja ante testigos, crear una mala reputación a la otra persona, obligar a su pareja a rendir cuentas sobre sus contactos con otras personas, obligar a su pareja a cortar sus amistades, prohibir a su pareja hablar con una persona del otro sexo, mostrar un ataque de furia si su pareja habla con su ex-pareja, estar celoso y receloso de las amistades de su pareja, obligar a su pareja a pasar todos los recreos consigo en la escuela, limitar el espacio vital de la otra persona, chistes cuyo contenido atentan contra las mujeres, las personas con discapacidad, las personas inmigrantes, infravaloración de las aportaciones de las mujeres o personas de otras culturas, uso de estereotipos de género o sociales contra otros grupos culturales, insultos privados o en público, amenazas, aislamiento, desprecio e intimidación, no respetar el espacio físico que las personas consideran privado o que no desean compartir con otras, amenazas con intensión de producir miedo, amenazar con suicidarse si la pareja quiere separarse.

Violencia sexual. Cualquier acto o expresión sexual realizada contra la voluntad de la otra persona que atenten contra la libertad, la integridad física, afectiva; ejemplo: bromas, expresiones grotescas, comentarios desagradables, cualquier relación o acto sexual no consentido, violación, incesto, actos sexuales dolorosos o humillantes para las mujeres, cliterectomía u otras mutilaciones genitales o no, hacer ganar dinero por prostitución.

Violencia económica. Desigualdad en el acceso a los recursos compartidos, negar y controlar el acceso al dinero, impedir el acceso a un puesto de trabajo, a la educación, a la salud, negación de los derechos de propiedad. Ejemplo: no compartir nunca los gastos de comida o alquiler, exigir a su pareja que no compre sin su permiso, querer asumir los gastos de los dos y entonces, otorgarle el poder de decidir por los dos.

Violencia estructural. Barreras invisibles e intangibles contra la realización de opciones potenciales y de los derechos básicos. Relaciones de poder que

generan y legitiman la desigualdad. Ejemplo: negación de la información inherente a los derechos fundamentales, relaciones de poder en los centros de trabajo.

Violencia política. Uso de un doble código por el que se legitima alguna forma de expresión de violencia, mientras por otro se lucha contra cualquier forma de violencia o la emisión de políticas contra la violencia. Ejemplo: ausencia de políticas de igualdad de oportunidades o insuficiencia de las mismas, inexistencia de programas de prevención de la violencia, insuficiencia de apoyo económico o de personal especializado en la prevención y erradicación de la violencia.

Violencia espiritual. Erosión, menosprecio o destrucción de las creencias culturales o religiosas de las mujeres. Ejemplo: someter a invisibilidad las creencias culturales o religiosas de las mujeres, analizarlas desde una perspectiva etnocéntrica.

Violencia simbólica. La reproducción asincrónica de referencias culturales o la ausencia total o parcial de grupos culturales, especialmente los de las mujeres, en los libros de texto y materiales curriculares así como en el cine, la publicidad o los medios de comunicación. Ejemplo: la ausencia de análisis críticos de la violencia explícita contenida en los libros de texto, permisividad ante los materiales curriculares que reproducen los procesos de discriminación desde el currículum.

Aprender habilidades sociales

Descripción

La actividad consiste en presentar a las y los alumnos el concepto de habilidades sociales, se les explican las ocho habilidades que se consideran más importantes, o por lo menos las que más se utilizan a lo largo del día. Reflexionar y hacer comprender la importancia de estas habilidades en sus vidas y en sus relaciones. Se les invita a llevarlas a la práctica.

Material.

Acetatos con la teoría.

Ficha de trabajo

Habilidades sociales

- Dar las gracias. Mostrar agradecimiento es una actitud profunda. No es una habilidad para conseguir que quien me ha hecho un favor esté dispuesto a seguir haciéndomelo en el futuro, es saber ponerme en su lugar, darme cuenta del esfuerzo y el amor o afecto con que lo hizo y mostrarle que me doy cuenta. No es sólo cortesía, sino aprecio y empatía.
- Saber elogiar. Suele ser costumbre reprender lo que el alumnado, hijos o hijas, hacen mal, pero no es tan frecuente elogiar lo que hacen bien, se da por supuesto, "solo han hecho lo que tenían que hacer", "si no te digo

nada es que está bien". Pero se sabe que es mucho más eficaz elogiar una conducta positiva, que reprender o castigar una conducta negativa. Entre compañeros y compañeras suele pensarse, sobre todo entre los más jóvenes, que elogiar es un poco "cursi", es querer conseguir algo de la persona elogiada. Siempre hay que elogiar de manera acertada, sin quedarse corto, pero también sin exagerar. Buscar la mejor manera para que sea con naturalidad.

- Pedir un favor. Pedir un favor, o pedir ayuda a otro, es reconocer que hay muchas cosas que no se pueden hacer solos/as. Algunas personas no piden nunca un favor, por timidez o por orgullo. Otros lo están pidiendo a todas horas y eso no es habilidad social, sino "encaje". La habilidad consiste en darse cuenta de cuándo se necesita ayuda y saber pedirla.
- Escuchar. Parece que escuchar es fácil, para quienes no son sordos. Pero escuchar no es lo mismo que oír, sino algo más. Escuchar bien supone respetar a quien habla, esforzarse por comprender lo que dice, entablar diálogo si el tema interesa o cambiar de conversación, o cortarla amistosamente, si el tema no interesa.
- Disculparse. Hay quienes piensan que esta habilidad social está pasada de moda. Muchos jóvenes suelen pensar que disculparse es rebajarse. Puede ser que, al opinar así estén dando por supuesto que pedir disculpas equivale a dejarse pisotear por la otra persona. Pero disculparse no es rebajarse: es arreglar algo que se había roto. Es volver a tener la misma relación, o una relación mejor, con una persona a la que habíamos ofendido o molestado.
- Ponerse de acuerdo (negociar). Esta habilidad es conocida como la "habilidad reina", la más importante de todas. A veces, dos personas, dos grupos, o dos países, están enfrentados por cuestiones familiares, por intereses de dinero, o por odio. Para poder negociar es necesario seguir los siguientes puntos: a) separar el problema y las personas; es decir, no actuar por odio ni por vengarse de alguien, sino ir a solucionar el problema que hay; b) buscar cuáles son los intereses de las dos partes o de las dos personas, en vez de empeñarse en defender una postura tomada desde el principio; c) pensar (de ser posible entre todos) todas las alternativas de solución, cuantas más, mejor; d) elegir de esas alternativas la que sea más justa y objetiva, más sensata y más favorable a los intereses de las dos partes implicadas.
- Responder al fracaso. Son pesimistas quienes se hunden y desaniman ante el fracaso, y son optimistas quienes, ante el fracaso, sacan la consecuencia de que tienen que esforzarse más. Un fracaso (en un examen, en un juego, en conseguir la amistad o el cariño de alguien, en entrar en un grupo, ...) es un momento difícil que puede hundir en la tristeza o llevar a la agresividad. Para sobreponerse se necesita fortaleza, buen humor y esperanza.

- Enfrentarse a las presiones. Dar gusto a la familia y amistades que piden algo, o invitan a acompañarles en alguna actividad, es agradable y es propio de quien tiene buen corazón. Pero hacer siempre lo que les piden otras personas, aunque les parezca mal o inoportuno, es falta de personalidad, es tener lo que los psicólogos llaman "lugar de control externo", es decir, no saber decidir, sino dejarse llevar siempre por decisiones ajenas. Quienes no saben decidir pueden encontrarse en problemas serios, quienes no saben resistir presiones inoportunas o injustas pueden acabar haciendo muchas cosas que nunca hubieran querido hacer.

Análisis del lenguaje y alternativas

Descripción

Se propone a las y los alumnos a que elaboren una lista de palabras que generalmente utilizan para agredir o violentar a las personas que les rodean. Se les pedirá que busquen palabras alternativas a las anteriores. La o el docente hace una reflexión conjunta sobre la actividad.

Material.

Papel, plumas.

La violencia no es un juego

Descripción

Se les pone a ellos mismos/as que propongan situaciones cotidianas de violencia entre compañeros/as en su entorno más cercano (escuela, la calle, las amistades), ejemplificándolas para el resto de grupo, por medio de un juego de rol, donde no sólo se representará la situación de violencia, sino que además se les pedirá que durante dicha representación en escena propongan posibles y variadas soluciones a los diferentes conflictos que se presenten. Mientras dos o tres personas estén "actuando", el resto del grupo deberá describir la situación que se le ha presentado y proponer individualmente alternativas posibles a la violencia planteada, además de las que se den en la representación. Se representarán un mínimo de dos situaciones de violencia. La o el docente hace una reflexión conjunta sobre la actividad.

Material.

Papel, plumas.

Construyendo culturas de paz

Descripción

La actividad que se propone difiere de la anterior en que las situaciones que se planean representar por medio del juego de rol y buscar soluciones o

alternativas a la violencia que generan, son de mayor complicación, representando situaciones y conflictos a tres bandas (padre, madre e hija/o), o situaciones de conflictos sociales como puede ser la negociación de un desarme de un movimiento terrorista, o el final de una guerra actual, explicándoles con anterioridad claramente cuáles son los intereses de cada una de las partes afectadas por ese conflicto bélico o violento, procurando tener siempre, el profesorado, la mayor objetivad posible.

Material.

Papel, plumas.

Elaboración de un póster contra la violencia

Descripción

Se le propone al alumnado la elaboración de un póster o cartel cuya finalidad sea la de hacer un mensaje de paz, en contra de cualquier manifestación de violencia, que integre diferentes culturas. Una vez el alumnado haya concluido sus creaciones se presentan para las y los demás. La o el docente hace una reflexión conjunta sobre la actividad.

Material.

Papel, plumas, marcadores.

CONSIDERACIONES FINALES

Las personas son como los icebergs.
Hay mucho más de lo que salta a la vista.

Anónimo

La socialización de género ha limitado las posibilidades de expresión de sentimientos de los seres humanos, determina lo que se espera socialmente y marca una expresión diferenciada de los sentimientos entre hombres y mujeres. Así, desde la perspectiva de género, los deseos y los sentimientos reciben una asignación que se divide por géneros, unos son considerados masculinos y otros femeninos; es decir, existe una dimensión emocional y una dimensión erótica en todas las relaciones sociales, pero están divididas por géneros.

En este sentido, cuando se habla de la educación emocional se tiene que significar y potenciar la toma de consciencia de las competencias y las habilidades en la expresión y el manejo de las emociones, sin que estas sean escindidas por géneros, para que las relaciones interpersonales y con sí mismo/a, sean solamente de persona. A partir de que existe una prohibición o sanción social de la masculinidad para negar los sentimientos femeninos, el reto al que se invita a las y los docentes es precisamente a educar en emociones sin género.

La violencia es considerada como una actitud o comportamiento que constituye una violación o un arrebato al ser humano de algo que le es esencial como persona a su integridad física, psíquica, moral, derechos, libertades. Puede provenir de personas o instituciones y realizarse de forma pasiva o activa ya que, además de la violencia directa como golpes o destrucción visible, también se encuentran formas indirectas o sutiles, como la violencia emocional o psicológica y verbal, tal vez más difíciles de reconocer, pero que son cotidianas en ámbitos concretos como la familia y la escuela.

En lo que toca al concepto de violencia escolar, existen múltiples elementos para su caracterización. Como resultado de esta multiplicidad conviene referirse a una acepción más amplia del concepto. Dado que la violencia no adopta una sola forma, ni se habla de ella en un solo sentido, resulta más pertinente referirse a formas de violencia; todas ellas tienen como característica fundamental que se producen dentro de la propia escuela y que son ejercidas entre sus miembros.

El contacto cotidiano con profesores/as y alumnos/as muestra que entre sus nociones sobre la violencia escolar predominan las formas que tienen que ver con las relaciones interpersonales. Así, aparece en signos como burlas, insultos o una exclusión social que supone indiferencia, misma que daña más que la agresión física.

La violencia entre iguales, es considerada entre los tipos de violencia escolar, y es un comportamiento prolongado de insultos, rechazo social, intimidación, y/o agresión física de unos alumnos/as contra otros que se convierten en víctimas de sus compañeros/as.

Es de esperarse que en la escuela se promuevan y fortalezcan, de manera explícita, actitudes que permitan el desarrollo humano: solidaridad, cooperación, respeto a la diferencia, búsqueda de la equidad e igualdad de los géneros, toma de decisiones, responsabilidad por los sentimientos propios y capacidad para aceptar la realidad.

APÉNDICE

Aquel que ha dado lo
mejor de sí en su propio tiempo
ha vivido para todos los tiempos.

Johann von Schiller

I.- COMPETENCIA DE LA SEJ ANTE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR DETECTADA EN LAS ESCUELAS[4]

En 1959, la Asambrea general de las Naciones Unidas promulgó LA DELCARACIÓN DE LOS DERECHOS DEL NIÑO, para que éste puediera tener una infancia feliz, y disfrutara de derechos y libertades. En esta Declaración se pedía a los padres y a los gobiernos que reconocieran esos derechos y lucharan por el respeto de los mismos. Con miras a la próxima celebración del **Día del Niño**, conviene reflexionar sobre todos y cada uno de los principios del mencionado documento.

Los principios que constituyen la Declaración están llenos de buenas intenciones, pero exigen la toma de conciencia por parte de todos y de todas sobre las necesidades de la infancia. Pero tanto adultos como gobiernos olvidan sus obligaciones con respecto a la niñez, por lo que son muchos millones de niños y niñas en todo el mundo, quienes viven una infancia adversa.

Para dar cumplimiento al **Principio 2**, que señala: "El niño gozará de una protección especial y dispondrá de oportunidades y servicios, dispensando todo ello por la ley y por otros medios, para que pueda desarrollarse física, mental, moral, espiritual y socialmente en forma saludable y normal, así como en condiciones de libertad y dignidad. Al promulgar leyes con este fin, la consideración fundamental a que se atenderá será el interés superior del niño;"[5] en nuestra entidad desde diciembre del 2003, tenemos varios artículos en la LEY DE PREVENCIÓN Y ATENCIÓN DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR DEL ESTADO DE JALISCO. Por lo que a continuación se presenta un extracto de la misma, con respecto a lo que compete a la Secretaría de Educación Jalisco.

TÍTULO PRIMERO. DISPOSICIONES GENERALES. CAPÍTULO I. DISPOSICIONES GENERALES

Artículo 2.- Para cumplir los objetivos de la presente Ley, **el Ejecutivo del Estado a través de sus dependencias y entidades deberán brindar**

[4] Villaseñor García, Marta Leticia. "Competencia de la SEJ, ante la violencia intrafamiliar detectada en las escuelas". Enlace Educativo. Guadalajara:SEJ., No. 30, mayo del 2007, pp 39-40.

[5] (1989). *Los Derechos de los Niños y Niñas.* Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales, s/p.

apoyo institucional y técnico para prevenir y atender los asuntos de violencia intrafamiliar.[6]

Todos *los servidores públicos* de las dependencias y entidades del sector público *que en el ejercicio de sus funciones tengan conocimiento de incidentes relacionados con la violencia intrafamiliar, deberán hacerlo del conocimiento del Concejo o de la autoridad competente.*

Artículo 3.- Son autoridades para la aplicación y vigilancia del cumplimiento de esta ley en el ámbito de sus respectivas competencias:

I. Al Ejecutivo a través de: *c) La Secretaría de Educación.*
Artículo 4.- Para cumplir los objetivos de la presente Ley, **las autoridades competentes del Estado** y los Ayuntamientos, deberán brindar apoyo institucional y técnico para prevenir y atender los asuntos de violencia intrafamiliar.

CAPÍTULO II. DE LOS CONCEPTOS
Artículo 5.- Para efecto de esta Ley, se entiende por:
VIOLENCIA INTRAFAMILIAR: ES LA ACCIÓN U OMISIÓN INTENCIONAL QUE PONGA EN PELIGRO O AFECTE LA INTEGRIDAD FÍSICA, PSICOLÓGICA O SEXUAL, QUE SE EJERCE EN CONTRA DE ALGÚN MIEMBRO DE LA FAMILIA, POR OTRO INTEGRANTE DE LA MISMA, INDEPENDIENTEMENTE DE QUE PUDIERE CONSTITUIR DELITO.

Se equipara a violencia intrafamiliar **el maltrato reiterado que se infiera en contra del** tutor, **pupilo**, curador, amasio o amasia hijos de éste o aquélla, o en contra de quien habite en el domicilio del agresor o en contra de la persona a quien el agresor le deba dar cuidado o protección. Personas receptoras de violencia intrafamiliar: quien recibe, o se le provoque de cualquier forma, alguna o varias de las acciones u omisiones de violencia intrafamiliar, **por parte de persona con la que tengan algún vínculo familiar**, o su equiparación.

TÍTULO SEGUNDO. DE LAS AUTORIDADES Y ACCIONES PÚBLICAS Y PRIVADAS. CAPÍTULO I. DE LAS AUTORIDADES Y ACCIONES PÚBLICAS
Artículo 9.- *Compete a la Secretaría de Educación*, además del despacho de los asuntos descritos en la Ley Orgánica del Poder Ejecutivo, las siguientes:
*I. **Desarrollar programas educativos**, de nivel preescolar, primaria y secundaria, que fomenten la corresponsabilidad familiar en sana convivencia, con base a los derechos y obligaciones de sus integrantes, de acuerdo a su edad y experiencia;*

[6] El subrayado es mío, y en lo sucesivo.

*II. **Fomentar la capacitación sobre la detección y prevención de la violencia intrafamiliar** al personal docente en todos los niveles de educación que le competan; y*
*III. **Diseñar y operar en los planteles educativos programas de detección y canalización de víctimas de violencia intrafamiliar** a las unidades de atención respectivos; así como la creación de grupos de atención de violencia intrafamiliar, integrados por padres de familia, personal docente y alumnado.*

CAPÍTULO III. DEL PROGRAMA ESTATAL PARA LA PREVENCIÓN Y ATENCIÓN. DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR
Artículo 25.- El Consejo, y los **organismos públicos** y privados involucrados en la prevención y atención de la violencia intrafamiliar, se coordinarán para la elaboración, aprobación y ejecución del Programa, que deberá comprender objetivos, metas, lineamientos, políticas públicas y cuando menos, las siguientes líneas de acción:
I. **La impartición de cursos de Escuela de Padres**.

CAPÍTULO V. DE **LOS SERVIDORES PÚBLICOS**
Artículo 28.- Siempre que **un servidor público**, interviniere en el uso de sus funciones, con cuestiones de violencia intrafamiliar, **deberá:**
I. **Informar** a las personas de manera clara, sencilla y concreta **sobre los servicios públicos o privados disponibles para la atención de violencia intrafamilar**;
III. **Canalizarla de inmediato**, dependiendo de su propia competencia, a alguna institución de salud, **cuando acuda una persona que indique que ha sufrido golpes, heridas o cualquier daño físico aunque éste no sea visible, o de tipo emocional,** que requiera intervención médica, sin perjuicio de que se le sea proporcionada la ayuda urgente necesaria, así como también si la persona sólo expresa razonable temor, de sufrir agresiones probablemente graves en su persona o familiares; y
IV. **Asistir a la capacitación** correspondiente que en materia de violencia intrafamiliar se imparta. La capacitación tendrá una estrategia que deberá estar **dirigida a la prevención, sensibilización atención y comprensión de la complejidad de este fenómeno social.**
Artículo 29.- Las instituciones, organismos e instancias públicas o privadas que conozcan o atiendan casos en los que sea presumible la existencia de violencia intrafamiliar, remitirán a la Secretaría Técnica del Concejo, reportes individualizados en los que se haga una exposición general del problema que les fue planteado, así como las acciones que se tomaron de forma inmediata.

TÍTULO CUARTO. DE LOS PROCESOS Y PROCEDIMIENTOS EN MATERIA DE VIOLENCIA INTRAFAMILIAR

CAPÍTULO II. PRESENTACIÓN DE LA QUEJA

Artículo 36.- Están legitimados para presentar las quejas e iniciar el procedimiento ante las instancias competentes, la victima, un familiar, vecino o cualquier otra persona, quien bajo protesta de decir verdad presentará su queja o denuncia por escrito o comparecencia.

Artículo 37.- Los procedimientos de mediación y conciliación a los que se refiere el presente capítulo se iniciarán mediante queja verbal o por escrito. Las unidades en un término no mayor de 48 horas deberán conocer de la existencia de la situación de violencia intrafamiliar, **pudiendo citar a las siguientes personas**:

IV**. Los maestros y directivos de las instituciones educativas**, así como los médicos, y directores de instituciones hospitalarios, cuando con motivos de su actividad, detecten cualquier circunstancia que haga presumible la existencia de violencia intrafamiliar.

CAPÍTULO IV. TÍTULO QUINTO. INFRACCIONES Y SANCIONES. CAPÍTULO ÚNICO. INFRACCIONES Y SANCIONES

Artículo 48.- ***Cuando las autoridades, dependencias y entidades y servidores públicos de los poderes estatales y gobiernos municipales no cumplan con lo señalado en este ordenamiento legal y disposiciones reglamentarias serán sancionadas en conformidad con las disposiciones contenidas en la de la Ley de Responsabilidades de los Servidores Públicos.***

Después de esta lectura se invita a las y los docentes a detectar y denunciar y, sobre todo, a no ejercer la violencia en el aula, en la escuela. La violencia se aprende, y a veces se cultiva, en hogares y en escuelas autoritarias, en barrios con conductas antisociales, en estados antidemocráticos. Por lo anterior conviene reflexionar sobre el tipo de interrelaciones que tenemos con los alumnos y con las alumnas, pues todos los infantes requieren cuidados y protección contra todo lo que les pueda dañar e impedir su crecimiento físico y el desarrollo de su personalidad.

II.- LO QUE EL PROFESORADO DEBE SABER SOBRE LA NORMA OFICIAL MEXICANA NOM-190-SSA1-1999, PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE SALUD. CRITERIOS PARA LA ATENCIÓN MÉDICA DE LA VIOLENCIA FAMILIAR QUE SE MANIFIESTE EN LAS ESCUELAS[7]

Durante muchos siglos la infancia fue una etapa de la vida de las personas a la que no se le daba mayor importancia. Eran pocos los adultos que se daban cuenta de que los niños y las niñas tenían unas necesidades

[7] Villaseñor García, Marta Leticia. "Lo que el profesorado debe saber sobre la Norma Oficial Mexicana NOM-190-SSA1-1999. Prestación de Servicios de Salud. Criterios para la atención médica de la violencia familiar que se manifieste en las escuelas". Enlace Educativo. En prensa.

diferentes a las de ellos y que requerían protección y cuidados especiales. La idea que hoy tenemos de la niñez, que considera al infante como una persona con necesidades e intereses propios es bastante nueva; de hecho, es del siglo XX.

Por lo que conviene recordar, dado que el 30 de abril se celebra el **Día del Niño**[8], que La Asamblea General de las Naciones Unidas en 1989, llevó a cabo la **Convención sobre los Derechos del Niño**, con miras a asegurar al infante la protección y el cuidado que sean necesarios para su bienestar. Esta Convención subraya en su

Artículo 19.

1. Los Estados Partes adoptarán todas las medidas legislativas, administrativas, sociales y educativas apropiadas para proteger al niño contra toda forma de prejuicio o abuso físico o mental, descuido o trato negligente, malos tratos o explotación, incluido el abuso sexual, mientras el niño se encuentre bajo la custodia de los padres, de un representante legal o de cualquier otra persona que lo tenga a su cargo.
2. Estas medidas de protección deberán comprender, según corresponda, procedimientos eficaces para el establecimiento de programas sociales con objeto de proporcionar la asistencia necesaria al niño y a quienes cuidan de él, así como para otras formas de prevención y para la identificación, notificación, remisión a una institución, investigación, tratamiento y observación ulterior de los casos antes descritos de malos tratos al niño y, según corresponda, la intervención judicial.[9]

Por lo anterior, y acatando lo mencionado en este Artículo de la Convención, suscrita por México en 1990, a continuación se hace énfasis en lo que la Secretaria de Salud señala en la Norma Oficial Mexicana, con relación a la prevención, detección, y denuncia de la violencia familiar que manifiesten los menores que acuden a las escuelas.

(...) ... se establece **el derecho a la protección a la salud** y la plena igualdad jurídica de los hombres y las mujeres, con lo que se protege la organización e integración **de las familias**. No obstante, subsisten aún profundas inequidades entre ellos, que propician **situaciones de maltrato y violencia hacia los miembros más débiles (en función del sexo, la edad o la condición física)**, que se manifiestan cotidianamente. Ello ocurre **tanto en el medio familiar, como en el ámbito público**. Esta inequidad facilita el abuso de poder, exponiendo a situaciones de violencia a **los grupos que socialmente son más vulnerables: las niñas, niños, adolescentes**, mujeres embarazadas o personas en situaciones especialmente difíciles; adultos mayores; hombres y mujeres con enfermedad física o mental discapacitante, o en desventaja, física, económica o cultural.

Aún cuando en nuestro país no se conoce de modo preciso y directo la magnitud y repercusiones de este problema de salud pública, la violencia

[8] El subrayado es mío, y en lo sucesivo.

[9] (2003). *Compilación de instrumentos jurídicos internacionales para la protección de los derechos de las mujeres, niñas y niños.* Guadalajara: Instituto Jalisciense de las Mujeres, pp 145-146.

familiar -también identificada como violencia doméstica por caracterizar formas de relación en las unidades domésticas- no debe minimizarse. **El espectro de daños a la salud se da tanto en lo biológico -desde retraso en el crecimiento de origen no orgánico, lesiones que causan discapacidad parcial o total, pérdida de años de vida saludable, hasta la muerte-, como en lo psicológico y en lo social, pues existe un alto riesgo de perpetuación de conductas lesivas, desintegración familiar, violencia social e improductividad.** El embarazo no libra a las mujeres de violencia familiar.

Con la elaboración de **esta Norma Oficial Mexicana**, **el Gobierno de México da cumplimiento a los compromisos adquiridos en los foros internacionales** en materia de la eliminación de todas las formas de violencia, especialmente la que ocurre en el seno de la familia y contra la mujer, que se encuentran plasmados en la Convención para la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Contra la Mujer (Asamblea General de las Naciones Unidas, 1979), **Convención sobre los Derechos del Niño** (Asamblea General de las Naciones Unidas, 1989), Conferencia Mundial de Derechos Humanos (Viena, 1993); Declaración sobre la Eliminación de la Violencia contra la Mujer (Asamblea General de las Naciones Unidas, 1993); Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer "Convención de Belem do Pará" (OEA, 1994); Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo (El Cairo, 1994); Cumbre Mundial Sobre Desarrollo Social (Copenhague, 1995) y la Cuarta Conferencia Mundial Sobre la Mujer (Beijing, 1995).

4.- Definiciones. Para los fines de esta Norma se entenderá por:

4.1. Atención médica de la violencia familiar, al conjunto de servicios que se proporcionan con el fin de promover, proteger y restaurar la salud física y mental, de las y los usuarios involucrados en situación de violencia familiar. Incluye la promoción de relaciones no violentas, la prevención de la violencia familiar, **la detección y el diagnóstico de las personas que viven esa situación**, la evaluación del riesgo en que se encuentran, la promoción, protección y restauración de su salud física y mental a través del tratamiento o referencia a instancias especializadas.

4.7. Grupos vulnerables, a las niñas, niños, adolescentes; mujeres embarazadas o personas en situaciones especialmente difíciles; adultos mayores; hombres y mujeres con enfermedad física o mental discapacitante, o en desventaja física, económica o cultural.

4.8. Identificación del grado de riesgo, a la valoración que a través de un interrogatorio mínimo, permite **identificar la presencia del maltrato, la probabilidad de incremento de la frecuencia y la gravedad del mismo debido a violencia familiar**, entre las o los usuarios en situación de riesgo o entre la población en general.

4.9. ***Indicadores de abandono, a los signos y síntomas, físicos o psicológicos, debidos al incumplimiento de obligaciones entre quien lo sufre y quien está obligado a su cuidado y protección, que pueden manifestarse en la alimentación y en la higiene, en el control o cuidados rutinarios, en la atención emocional y el desarrollo psicológico o por necesidades médicas atendidas tardíamente o no atendidas.***

4.10. ***Indicadores de maltrato físico, a los signos y síntomas -hematomas, laceraciones, equimosis, fracturas, quemaduras, luxaciones, lesiones musculares, traumatismos craneoencefálicos, trauma ocular, entre otros-, congruentes o incongruentes con la génesis de los mismos, recientes o antiguos, con y sin evidencia clínica o mediante auxiliares diagnósticos, en ausencia de patologías condicionantes.***

4.11. ***Indicadores de maltrato psicológico, a los síntomas y signos, indicativos de alteraciones a nivel del área psicológica -autoestima baja, sentimientos de miedo, de ira, de vulnerabilidad, de tristeza, de humillación, de desesperación, entre otros- o de trastornos psiquiátricos como del estado de ánimo, de ansiedad, por estrés postraumático, de personalidad; abuso o dependencia a sustancias; ideación o intento suicida, entre otros.***

4.12. ***Indicadores de maltrato sexual, a los síntomas y signos, físicos -lesiones o infecciones genitales, anales, del tracto urinario u orales- o psicológicos -baja autoestima, ideas y actos autodestructivos, trastornos sexuales, del estado de ánimo, de ansiedad, de la conducta alimentaria, por estrés postraumático; abuso o dependencia a sustancias, entre otros-, alteraciones en el funcionamiento social e incapacidad para ejercer la autonomía reproductiva y sexual.***

4.13. Participación social, al proceso que promueve y facilita el involucramiento de la población y las autoridades de los sectores público, social y privado, en la planeación, programación, ejecución y evaluación de programas y acciones de salud, con el propósito de lograr un mayor impacto y fortalecer el Sistema Nacional de Salud.

4.17. ***Violencia familiar, al acto u omisión único o repetitivo, cometido por un miembro de la familia, en relación de poder -en función del sexo, la edad o la condición física-, en contra de otro u otros integrantes de la misma, sin importar el espacio físico donde ocurra el maltrato físico, psicológico, sexual o abandono.***

La violencia familiar comprende

4.17.1. Abandono, al acto de desamparo injustificado, hacia uno o varios miembros de la familia con los que se tienen obligaciones que derivan de las disposiciones legales y que ponen en peligro la salud.

4.17.2. Maltrato físico, al acto de agresión que causa daño físico.

4.17.3. Maltrato psicológico, la acción u omisión que provoca, en quien lo recibe, alteraciones psicológicas o trastornos psiquiátricos.

4.17.4. Maltrato sexual, a la acción u omisión mediante la cual se induce o se impone la realización de prácticas sexuales no deseadas o respecto de las cuales se tiene incapacidad para consentir.

5.3. Las instituciones de salud deberán propiciar la coordinación o concertación con otras instituciones, dependencias y organizaciones del sector público, social y privado, para que, en el ámbito de sus respectivas competencias, se proporcione atención médica, en su caso apoyo legal, psicológico u otros para los cuales estén facultados, a las personas que se identifiquen como usuarias o usuarios involucrados en violencia familiar.

5.7. En la atención de las o los usuarios involucrados en situación de violencia familiar, **las y los prestadores de servicios de salud deberán apegarse a los criterios de oportunidad, calidez, confidencialidad, honestidad y respeto a su dignidad.**

6.22. Promover y realizar, en las Instituciones del Sector Salud y de los otros sectores, investigaciones interdisciplinarias, que permitan diseñar mecanismos tendientes a modificar la percepción que tienen del fenómeno los servidores públicos y a coadyuvar en el proceso de planeación, formulación de políticas y programas para la prevención y a elevar la calidad de las acciones, que para la atención de las y los usuarios que se encuentran involucrados en situaciones de violencia familiar, se realizan en los establecimientos de salud.

La prevención, la detección, y la denuncia de la violencia familiar requieren de una toma de conciencia por parte de quienes laboramos en instituciones educativas, a fin de actuar en correspondencia con lo que señala la NOM. Pues la Salud de nuestros alumnos y alumnas abarca todo aquello que les permite mantener su mente y su cuerpo en forma. Ya lo señala la Organización Mundial de la Salud: la salud es bienestar social, físico y mental. Por lo que la salud también está relacionada con la Calidad de Vida: la práctica del deporte, las mejoras en la vivienda, las relaciones interpersonales. Nuestros infantes también han de ser protegidos contra la contaminación y el deterioro del medio ambiente y un sinfín de cosas más que amenazan su presente y comprometen su futuro. Profesoras y profesores de Jalisco, les hago una exhortación para proceder en consecuencia con lo destacado en estos párrafos.

REFERENCIAS

- Antaki, Ikram. (2000). *El manual del ciudadano contemporáneo.* México: Ariel.
- Barragán, Fernando. (Coord.) (2001). *Violencia de género y currículum,* Málaga: Aljibe.

--------- (2006). *Violencia, Género y Cambios Sociales. Un programa que [SÍ] promueve nuevas relaciones de Género.* Málaga: Aljibe.

- Beltrán, P. (1995). Tutoría 4. Segundo ciclo de la ESO. Barcelona: Castellanou.
- Bisquerra, Rafael. (2006). Educación emocional y bienestar. Madrid: Praxis.
- Brunet, J. J., y Negro, J. L. (1982). Tutoría con adolescentes. Madrid: Ediciones San Pío X.
- Caruana Vañó, Agustín (Coord.) (2005). Programa de educación emocional para la prevención de la violencia. 2º Ciclo de la ESO. Valencia: Generalitat Valenciana/Conselleria de Cultura, Educacio i Esport. Tomado de: www.google.com, el 11 de septiembre del 2007.
- Cascón, P. y Martín Beristain, C. (2000). La alternativa del juego (1). Juegos y dinámicas de educación para la paz. Madrid: Catarata.
- Castro Santander, Alejando. (2005). Analfabetismo emocional. Buenos Aires: Bonum.
- Garaigordobil, Maite y José María Fagoaga. (2006). El juego cooperativo para prevenir la violencia en los centros escolares. Evaluación de programas de intervención para la Educación Infantil, Primaria y Secundaria. Madrid: Cide.
- Gardner, Howard. (1993). Inteligencias múltiples, Barcelona: Paidós.
- Giroux, Henry. (1990). Los profesores como intelectuales. Hacia una pedagogía crítica del aprendizaje. Barcelona: Paidós/M.E.C.
- Goleman, Daniel. (1995). La inteligencia emocional, Barcelona: Kairós.
- (2004). Hombres y mujeres ¿qué tan diferentes somos? Manual de sensibilización en perspectiva de género. Guadalajara: Instituto Jalisciense de las Mujeres.
- Ley General para la Igualdad entre Mujeres y Hombres. (2007). México: Instituto Nacional de las Mujeres.
- Ley de Prevención y Atención de la Violencia Intrafamiliar del Estado de Jalisco. Consultada el 9 de marzo del 2007 en: www.congresojal.gob
- Norma Oficial Mexicana NOM-190-SSA1-1999. Prestación de Servicios de Salud. Criterios Para la Atención Médica de la Violencia Familiar. Consultada el 9 de marzo del 2007 en: www.ssa.gob
- (2006). Prevención de la violencia desde la infancia. Curso-taller. México: Instituto Nacional de las Mujeres/PNUD.
- UNESCO. Declaración Mundial Sobre Educación Para Todos. La satisfacción de las necesidades básicas de aprendizaje. Jomtien (Tailandia), 1990.

Consultada el 11 de diciembre del 2006, en: http://www.oei.es/efa2000jomtien.htm
- (2006). Violencia Familiar. Manual para su prevención y atención. Guadalajara: Gobierno de Jalisco/Instituto Jalisciense de las Mujeres/Indesol.

Las Autoras

Marta Leticia Villaseñor García, maestra en Lengua y Literatura Mexicana. Es catedrática en el Instituto Superior de Investigación y Docencia para el Magisterio, de la Secretaría de Educación Jalisco.

María de los Ángeles González Ramírez, licenciada en Sociología. Es Coordinadora de Formación, Capacitación y Enlace, en el Instituto Jalisciense de las Mujeres.

Leticia Serrano Méndez, licenciada en Historia. Es académica en el Departamento de Sociología, del CUCSH, de la Universidad de Guadalajara.

Hilde Eliazer Aquino López, doctora en Educación. Es Coordinadora del Programa de Doctorado en Educación, en la Universidad Marista Guadalajara.

Guadalajara, Jal., diciembre del 2007.

INSTITUTO JALISCIENSE DE LAS MUJERES

GOBIERNO DE JALISCO

PAIMEF

SEDESOL

SECRETARÍA DE DESARROLLO SOCIAL

Indesol

Instituto Nacional de Desarrollo Social

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político, queda prohibido su uso para fines distintos al desarrollo social.