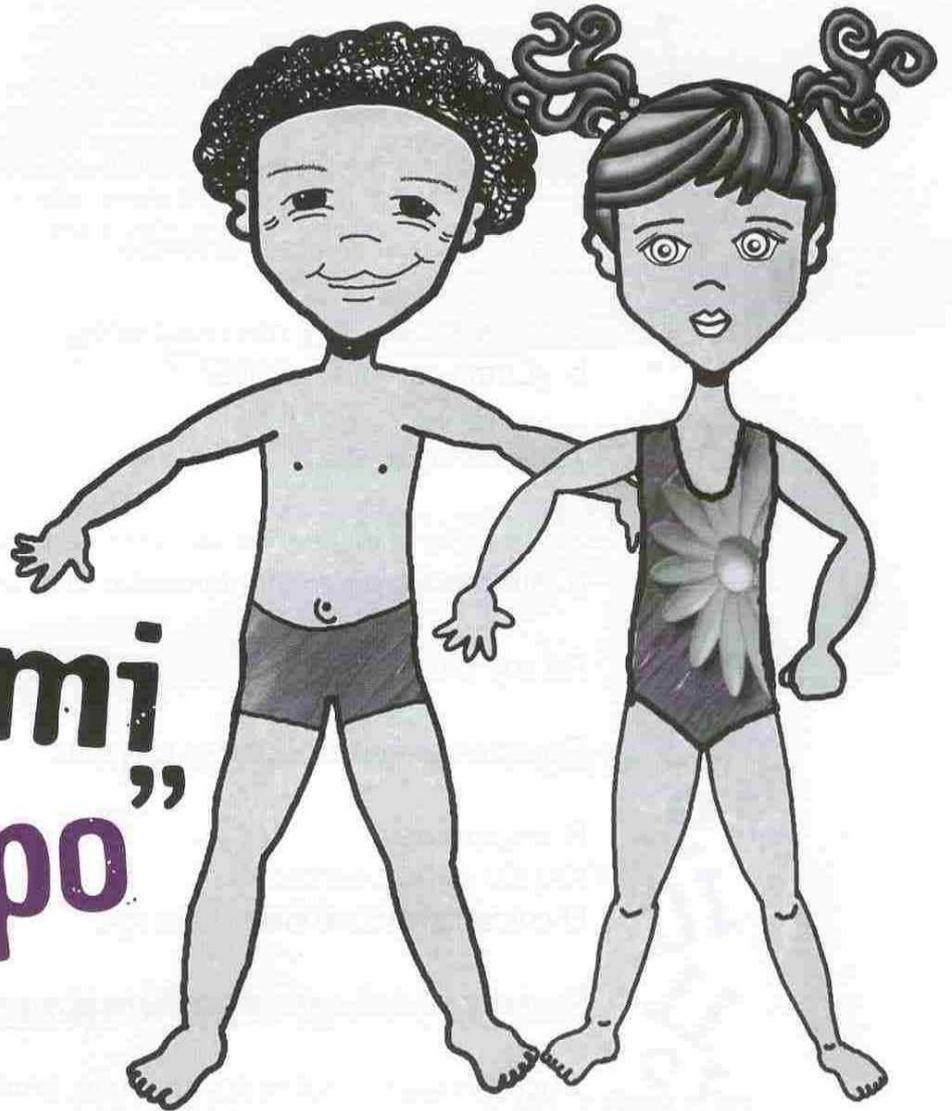


# Parte 2.

**“Este es mi  
cuerpo”**



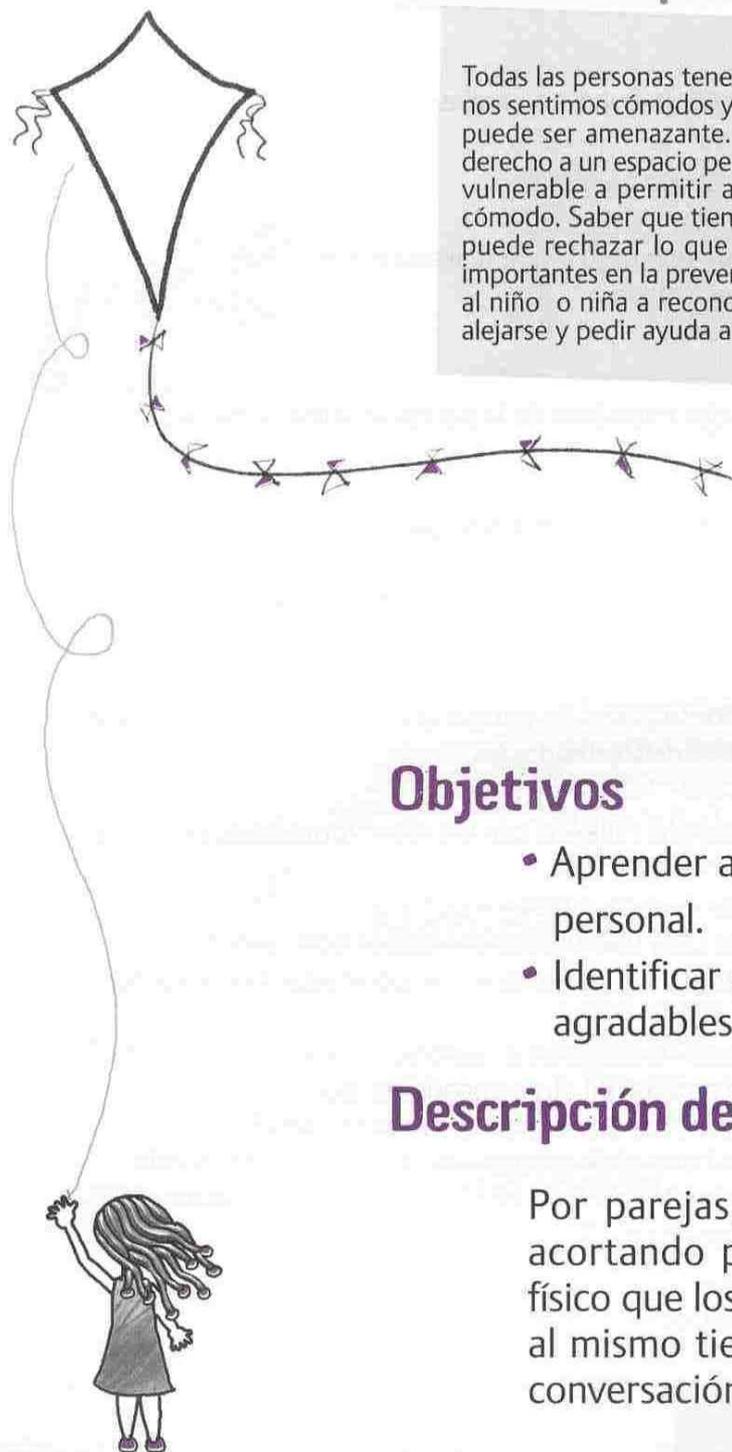
**Yo tengo derecho a sentirme seguro(a)  
y protegido(a) en todo momento**

# Tabla de Actividades

1.	a. Mi espacio personal	47
	b. Un juego complementario: "La Isla"	49
2.	Espacio Personal. Límite personal	51
3.	Primeras señales de advertencia	55
4.	a. Mis sensaciones y mis reacciones	60
	b. ¿Cómo son mis señales?	62
5.	¿Qué harías tu si.....?	63
6.	a. Aprender a evaluar situaciones de riesgo.	68
	b. Alternativa para complementar la actividad	71
7.	Así soy yo.	72
8.	Conociendo nuestras partes privadas.	75
9.	El respeto de mis partes privadas.	82
10.	El cuidador de botones.	90
11.	Situaciones de riesgo. Sentirse inseguro/no protegido..	93
12.	Trucos, engaños, soborno, chantaje, amenazas	103

### Recuerde que...

Todas las personas tenemos un espacio personal dentro del que nos sentimos cómodos y seguros y en donde la presencia de otros puede ser amenazante. Cuando un niño o niña sabe que tiene derecho a un espacio personal y lo aprende a reconocer es menos vulnerable a permitir acercamientos con los que no se siente cómodo. Saber que tiene derecho a expresar su confusión y que puede rechazar lo que lo hace sentir incómodo, son aspectos importantes en la prevención del abuso sexual porque le permite al niño o niña a reconocer una situación de riesgo, decir "no", alejarse y pedir ayuda a un adulto protector.



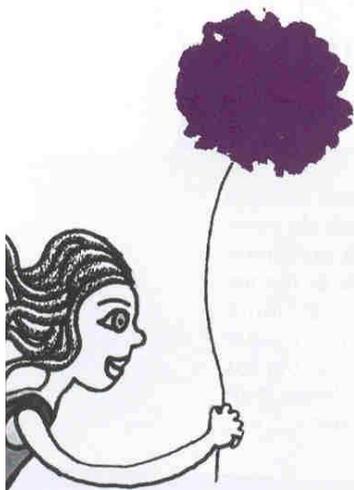
Tiempo **45** minutos 

### Objetivos

- Aprender a reconocer el espacio personal.
- Identificar sensaciones corporales: agradables e incómodas.

### Descripción de la Actividad

Por parejas, los niños y las niñas irán acortando progresivamente el espacio físico que los separa, hasta quedar juntos, al mismo tiempo que llevan a cabo una conversación.



## Pasos a Seguir

1.

Los/as participantes trabajan en parejas.

2.

La facilitadora propone un tema:

- Contar un sueño
- Hablar de algo que pasó por la mañana o ayer
- Contar alguna anécdota
- Contar un cuento.

3.

Cada uno de los dos miembros de la pareja se ubica lo más lejos posible del otro.

4.

A esa distancia deben comenzar a dialogar.

5.

Sin dejar de conversar, las parejas se acercan a paso lento hasta que queden frente a frente tocándose con sus cuerpos.

6.

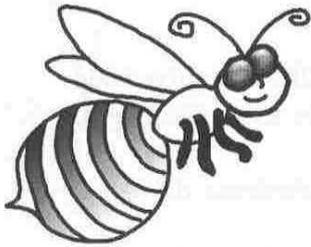
Luego el facilitador sugiere a las parejas que ubiquen la distancia que los/as hace sentirse más cómodos/as.

7.

El facilitador realiza una reflexión con los niños, formulando preguntas como:

- ¿Qué sintieron cuando estaban lejos?
- ¿Qué pasó en cada uno cuando se estaban acercando?
- ¿Qué sensaciones experimentó el cuerpo al estar tan cerca del otro participante?
- ¿A qué distancia empezaron a sentirse incómodos o invadidos?
- ¿Qué actitud notaron en sus compañeros que mostrara que se sentía incomodo con la cercanía?
- ¿Qué pueden hacer si se encuentran en una situación donde sienten que la otra persona está demasiado cerca físicamente?

# Actividad **1b.** Un juego complementario: “La Isla”



## Descripción de la Actividad

El grupo de participantes se parará encima de la isla de papel y el facilitador la irá recortando (haciéndola más pequeña) a medida que avanza una tormenta.



## Materiales

- Hojas de periódico
- Pegante
- Tijeras

## Preparación

- Pegar varias hojas de periódico para formar un cuadrado de 2.5x2.5 metros (aproximadamente).
- Cortar sus bordes en forma irregular, como si fuera una isla.

## Pasos a Seguir



1. Todo el grupo se ubica dentro de la isla (el cuadrado de papel de las hojas de periódico).
2. Como si estuviera narrando un cuento el facilitador dice a los participantes que hay una tormenta y la isla se está hundiendo.
3. Mientras está hablando va cortando con la tijera alrededor del papel.
4. A medida que el mar entra y la isla se hace más pequeña, los niños y las niñas se van hacia el medio de la isla sosteniéndose unos a otros.
5. El juego termina cuando no queda más isla y todos caen al mar.
6. Hacer una reflexión sobre esta dinámica con preguntas similares al juego anterior.
7. El facilitador hace un resumen de las ideas más importantes resaltando la importancia de reconocer las señales personales con las que nuestro cuerpo nos indica que tan segura o amenazante es una situación de cercanía física con otros.
8. Al finalizar la facilitadora evalúa la sesión a través de preguntas como por ejemplo:
  - ¿Cómo se sintieron hoy?
  - ¿Qué aprendieron hoy?
  - ¿En qué situaciones puede ser útil lo aprendido en la sesión?
  - ¿Qué fue lo que más les gustó?
  - ¿Qué fue lo que menos les gustó?

## Actividad 2.

# Espacio personal. Límite personal.

### Recuerde que...

Los niños y niñas aprenden a identificar su espacio personal de acuerdo a como los adultos responden a sus necesidades y sensaciones tanto físicas como emocionales. Tomar conciencia de sus espacios personales ayuda a los niños y niñas a sentirse con la capacidad para poner límites a los contactos físicos con otros.

Tiempo **45**  
minutos

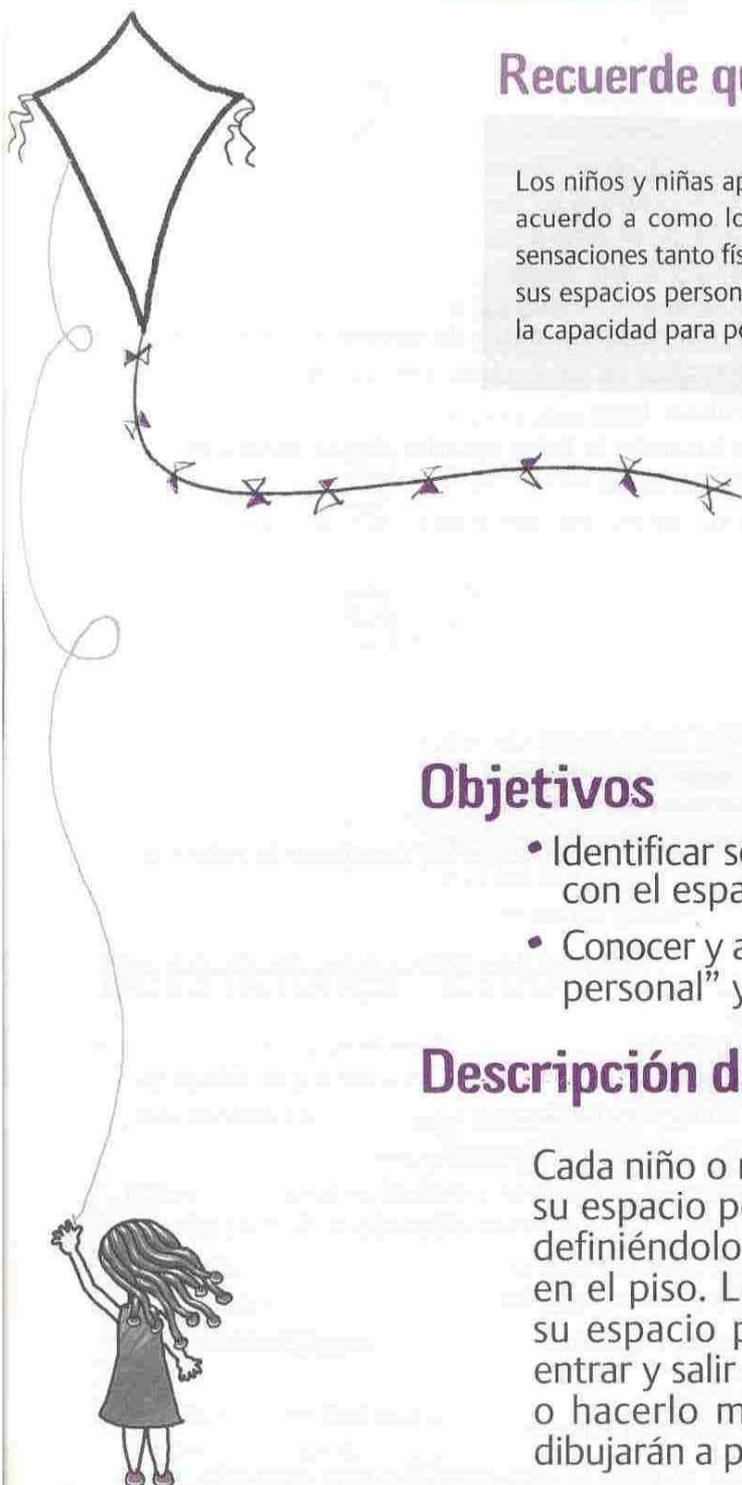


### Objetivos

- Identificar sensaciones corporales asociadas con el espacio personal.
- Conocer y aplicar los conceptos de “espacio personal” y “límite personal”.

### Descripción de la Actividad

Cada niño o niña delimitará el que considere su espacio personal, dibujándolo con tiza o definiéndolo con un trozo de lana o cuerda en el piso. Los niños entrarán y saldrán de su espacio personal e invitarán a otros a entrar y salir de él, además podrán ampliarlo o hacerlo más pequeño. En este espacio dibujarán a personas de su ámbito cotidiano.





## Materiales

- Tiza
- Papel
- Marcadores
- Lana o cuerda
- Tijeras

## Preparación

- Si la actividad se realiza en un patio de cemento, se puede utilizar tiza. Si se realiza en un recinto cerrado o sobre el pasto se puede utilizar lana.
- Ampliar el dibujo (usando la fotocopiadora) que ilustra el espacio y el límite personal.
- Copiar las definiciones en un papel de 60 x 50 cm.

## Pasos a Seguir



1. Usando el dibujo y las definiciones de “espacio personal” y “límite personal” explicar estos dos conceptos
2. Usando las experiencias del juego anterior, continuar la reflexión sobre el tema.
3. Los niños y las niñas se ubican en diferentes partes del salón o el patio.
4. A cada niño o niña se le entrega una tiza roja para que dibuje su espacio personal, o un manojito de lana para que corte la cantidad que necesite y lo delimite .
5. Una vez que los niños y las niñas han dibujado o demarcado su espacio, pueden:
  - Salirse del espacio y mirarlo por fuera
  - Invitar a otros niños o niñas a que se acerquen sin entrar al espacio
  - Invitarlos a que entren al espacio
  - Dibujar o delinear el espacio más amplio o más pequeño, etc.

**6.** Los niños y niñas tendrán un tiempo para visitar los espacios personales de sus compañeros y observar en que se parecen o diferencian del suyo.

**7.** Después se le pide a los niños y las niñas que dibujen dos círculos más grandes donde su espacio personal quede en el centro, completando así tres círculos concéntricos. En esos círculos podrá dibujar en el sitio que el considere de acuerdo a su cercanía o distancia emocional, a distintas personas de su entorno entre ellas:

- Su mejor amigo o amiga
- Sus padres y hermanos
- Los profesores
- Un amigo de la familia que vive lejos
- Desconocidos

**8.** El facilitador refuerza los conceptos de Espacio personal y límite personal:

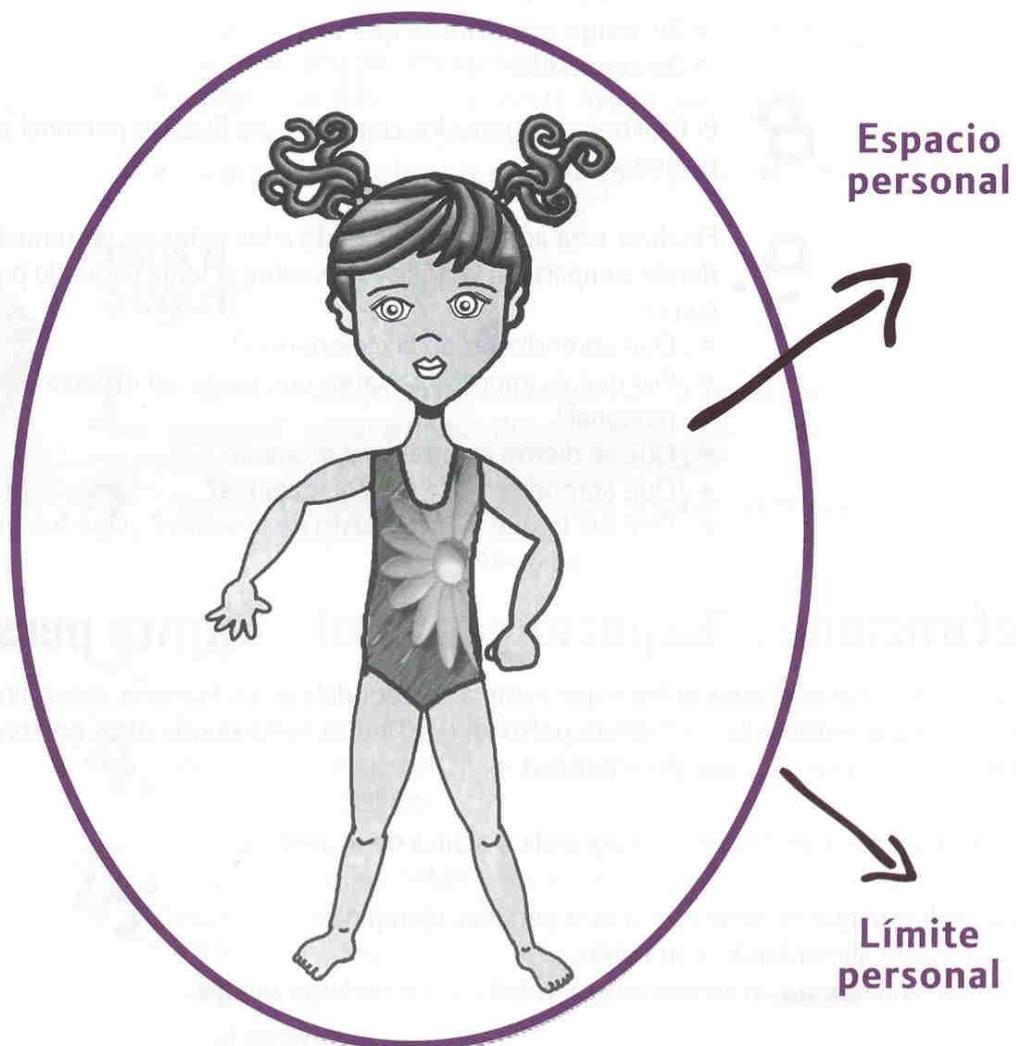
**9.** Finalizar esta actividad reuniendo a los niños en un semicírculo donde compartirán las reflexiones sobre el tema haciendo preguntas como:

- ¿Qué aprendieron de la experiencia?
- ¿Por qué es importante saber que existe un espacio y límite personal?
- ¿Qué se dieron cuenta de si mismos?
- ¿Qué aprendieron de sus compañeros?
- ¿Qué fue lo que más les gusto de la sesión? ¿Qué fue lo que menos les gustó?

## Definiciones: “Espacio personal” “Límite personal”

- Espacio personal es el espacio físico que existe alrededor del cuerpo humano, determinado por una línea invisible llamada límite personal que indica hasta donde otras personas pueden acercarse sin sentir incomodidad.
- El límite personal es flexible y se agranda o achica de acuerdo a:
  1. La confianza que se tiene con la otra persona, ejemplos:
    - Una madre alimentando a su bebé,
    - Un extraño que da un abrazo muy apretado y por un largo tiempo.
  2. La situación en que una persona se encuentra en relación a otras personas en un espacio público, ejemplos:
    - Viajar en un bus que está lleno de pasajeros,

- Caminar por el parque en compañía de amigos
- Caminar por el parque en compañía de amigos.
- Si el espacio personal es respetado, la persona se siente: feliz, cómodo, aceptado, protegido, apoyado, etc.
- Si el espacio personal es invadido la persona se siente: incómodo, confuso, ansioso, atacado, invadido, etc.
- Dentro de ese espacio personal, las personas pueden sentir cuando se respeta o se invade su privacidad y la sensación de intimidad.
- El espacio personal determina el grado de seguridad física y emocional de la persona.



## Actividad 3.

# Primeras señales de advertencia de peligro.

### Recuerde que...

Sentir las señales de alarma que indican que está en situaciones de riesgo le ayuda a los niños a pedir auxilio a las personas cercanas y, en algunos casos, el anticipar el riesgo le ayuda a escapar del peligro. Las primeras señales de advertencia se pueden sentir en la garganta, el estómago, la cabeza, las piernas, el pecho o el corazón. Se pueden sentir una o varias señales a la vez y estas pueden ser iguales o muy diferentes a las que pueda sentir otro niño o niña.

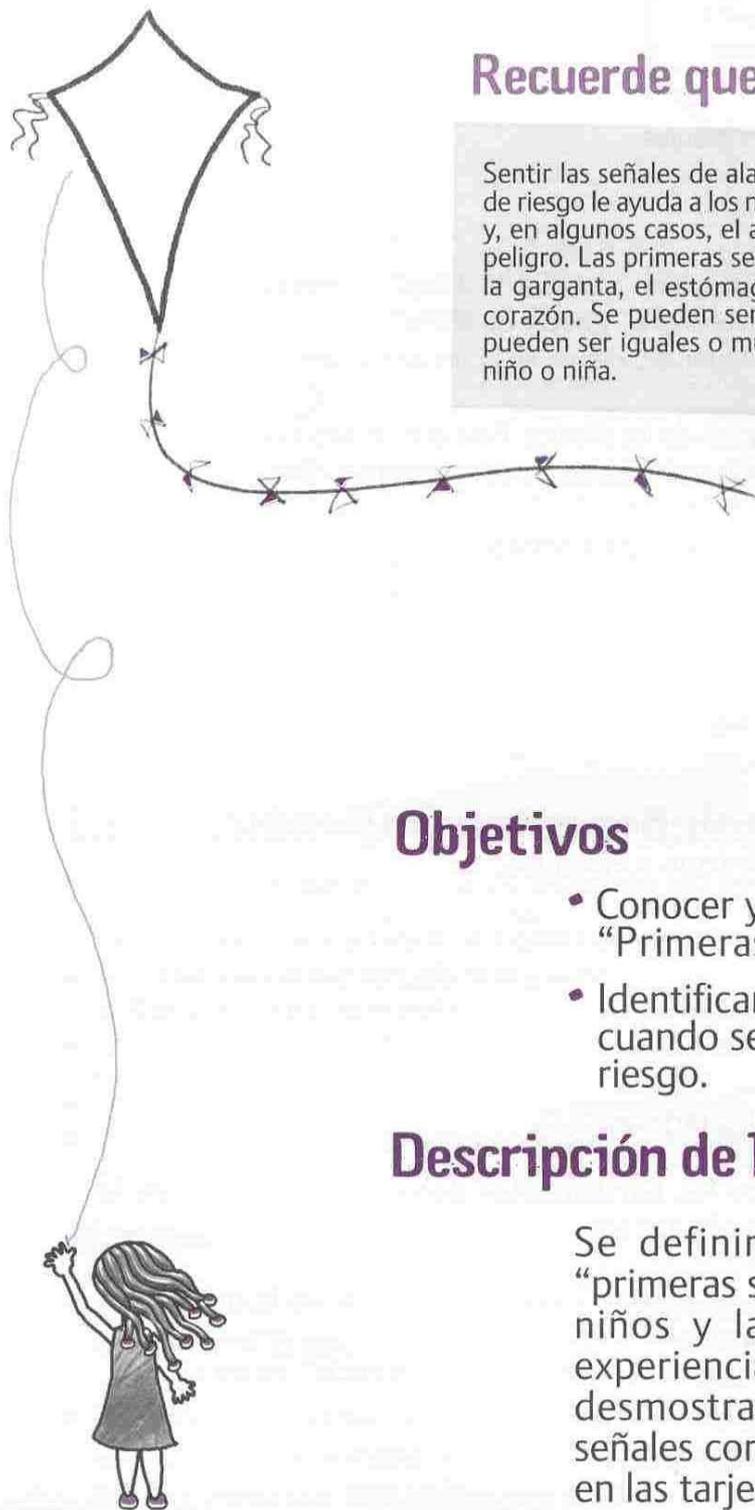
Tiempo **45** minutos 

### Objetivos

- Conocer y aplicar el concepto: “Primeras señales de advertencia”.
- Identificar sensaciones corporales cuando se presenta una situación de riesgo.

### Descripción de la Actividad

Se definirán y darán ejemplos de “primeras señales de advertencia”. Los niños y las niñas compartirán sus experiencias al respecto y harán una demostración a los otros sobre las señales corporales que están dibujadas en las tarjetas.





## Materiales

- Afiche
- Tarjetas de los dibujos

## Preparación

- Usando la fotocopidora ampliar el dibujo “Primeras señales de advertencia” y hacer un afiche.
- Fotocopiar este mismo dibujo en hojas de tamaño normal.
- Cortar las tarjetas de los dibujos. Para que las tarjetas tengan una mayor duración se pueden laminar con plástico.
- Fotocopiar el material para entregar.

## Pasos a Seguir



1.

Explicar el afiche “Primeras señales de advertencia”, dando la definición y ejemplos.

2.

Cada participante puede compartir experiencias relacionadas con el tema identificando la parte del cuerpo donde sintió la señal de advertencia. También pueden marcarla con una X o con color en un dibujo de un niño o niña.

3.

Se reparten las tarjetas.

4.

Uno a uno de los participantes dan una explicación de la tarjeta que les ha tocado.

5.

El facilitador les enseña a los niños y las niñas lo que deben hacer cuando sientan esas señales:

- Si estoy sintiendo “señales de advertencia” en mi cuerpo debo:



luego...

- Salir corriendo gritar
- Decir NO
- Pedir ayuda

6.

El facilitador le pide a los niños y niñas que recuerden las cinco personas de su “red de seguridad” a quien pueden recurrir.

7.

Finalizar esta actividad reuniendo a los niños y las niñas en un semicírculo donde compartirán las reflexiones sobre el tema haciendo preguntas como:

- ¿Qué aprendieron de la experiencia?
- ¿Por qué es importante reconocer las señales de advertencia?
- ¿Si sienten una señal de advertencia, qué pueden hacer?
- ¿Qué aprendieron de si mismos?
- ¿Qué aprendieron de sus compañeros?
- ¿Qué fue lo que más les gustó de la sesión? ¿Qué fue lo que menos les gustó?

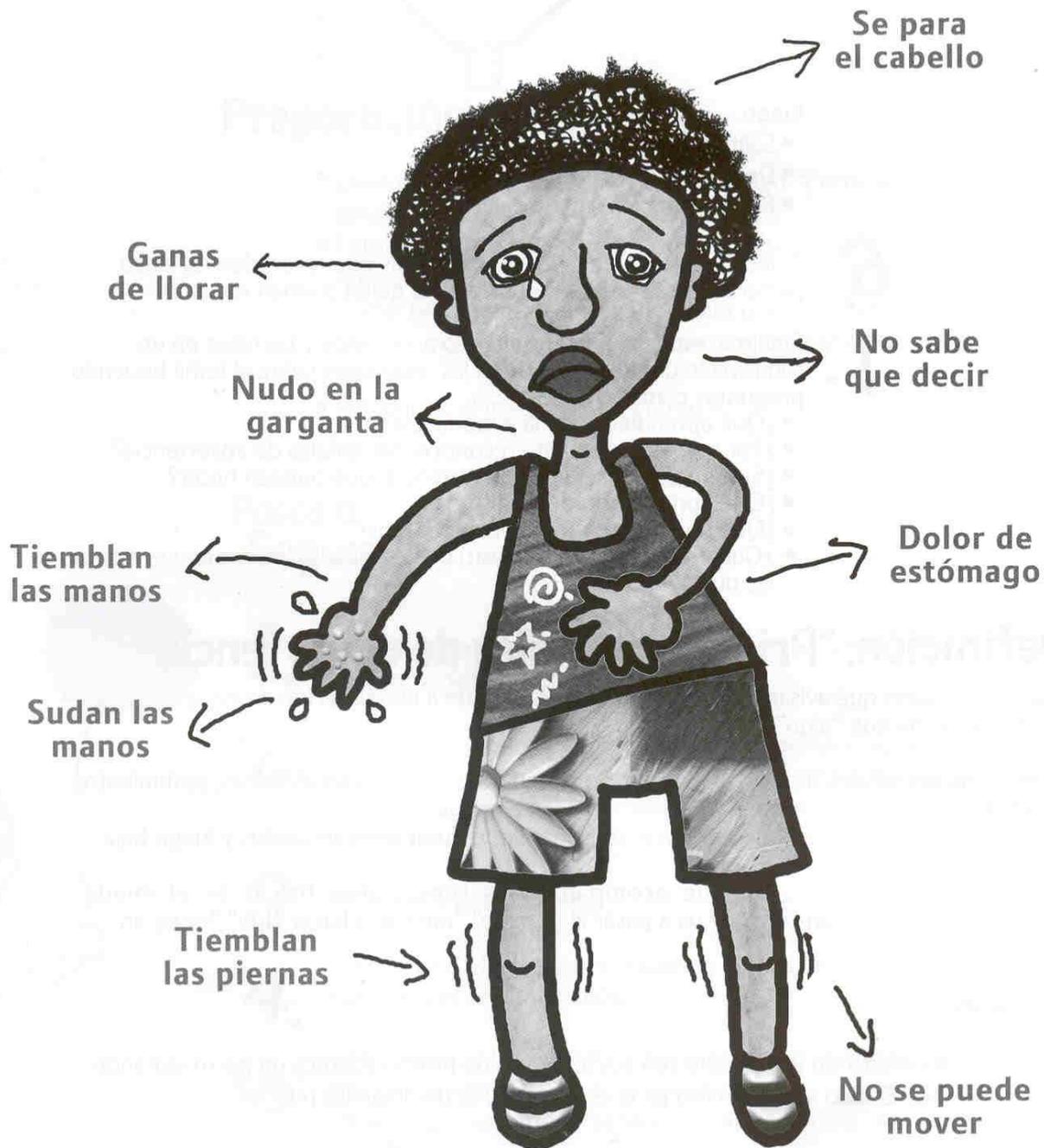
## Definición: “Primeras señales de advertencia”

- Son indicadores que avisan cuando la persona está frente a una situación de peligro o riesgo y dan aviso de que “algo” va a pasar.
- Las primeras señales de advertencia están compuestas por sensaciones físicas, sentimientos e ideas:
- Las Sensaciones físicas se sienten en el cuerpo, puede durar unos segundos y luego baja su intensidad.
- El sentimiento más usual que acompaña esas sensaciones físicas es el miedo.
- Las ideas se relacionan con “me va a pasar algo malo” “me van a hacer algo” “estoy en peligro”.

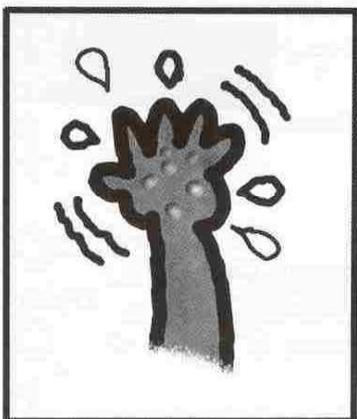
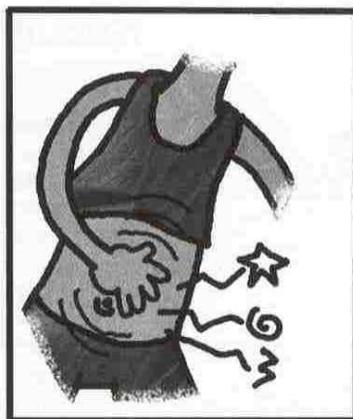
### Ejemplos:

- Un niño va caminando por la calle con sus amigos y de pronto aparece un perro ladrando furiosamente. El niño siente un frío en el estómago y le tiemblan las piernas.
- Una niña está en el mercado con su mamá y se detiene a mirar unas frutas. Al momento se da cuenta que su mamá no está allí y no la ve por ningún lado. La niña siente mucho miedo y piensa que algo malo le va a pasar.

## Primeras señales de advertencia de peligro



# Tarjetas



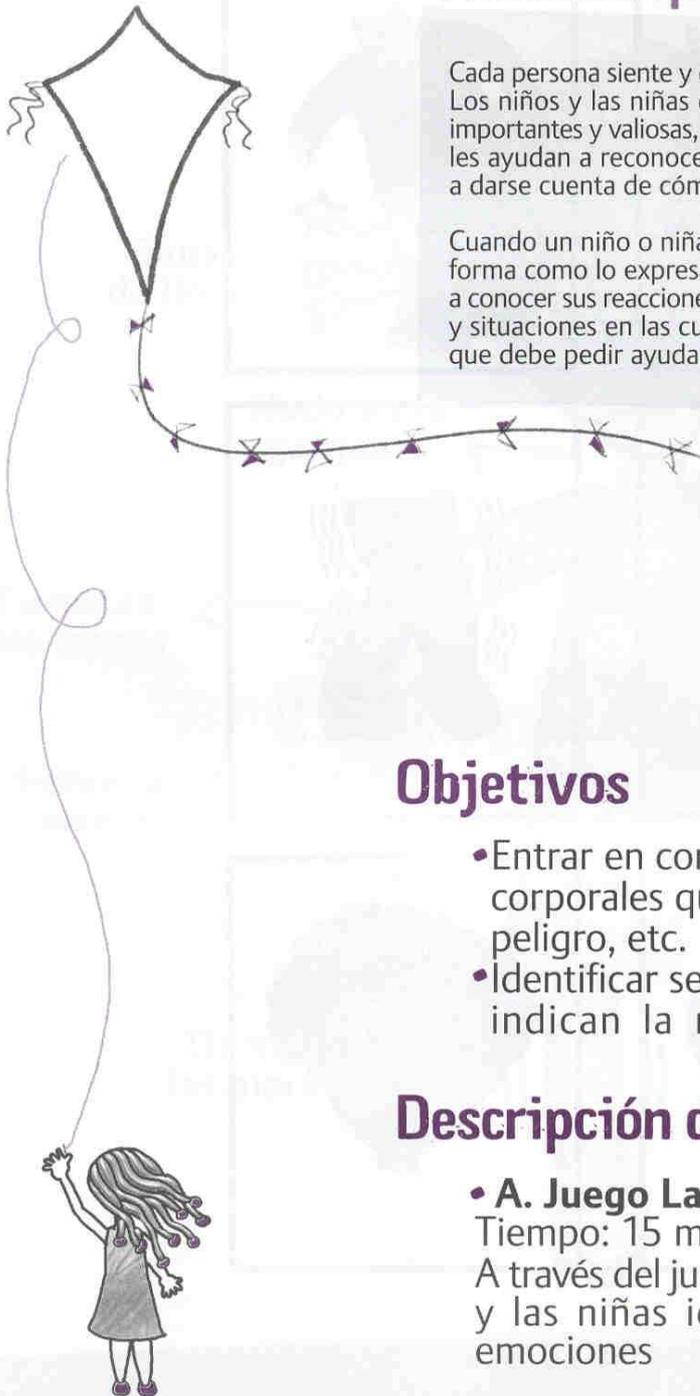
## Actividad 4a.

# Mis sensaciones y mis reacciones

### Recuerde que...

Cada persona siente y expresa sus emociones de manera diferente. Los niños y las niñas deben saber que todas las emociones son importantes y valiosas, ya sean agradables o desagradables, porque les ayudan a reconocer que tipo de situaciones están viviendo y a darse cuenta de cómo las están enfrentando.

Cuando un niño o niña logra identificar lo que está sintiendo y la forma como lo expresa, aprende a conocerse mejor a sí mismo y a conocer sus reacciones. Por lo tanto, poder identificar sensaciones y situaciones en las cuales se siente en riesgo le ayudará a saber que debe pedir ayuda o retirarse del peligro.



Tiempo **45** minutos 

### Objetivos

- Entrar en contacto con sensaciones corporales que señalan ansiedad, miedo, peligro, etc.
- Identificar señales de advertencia que indican la necesidad de estar alerta.

### Descripción de la Actividad

- **A. Juego La silla musical.**

Tiempo: 15 minutos

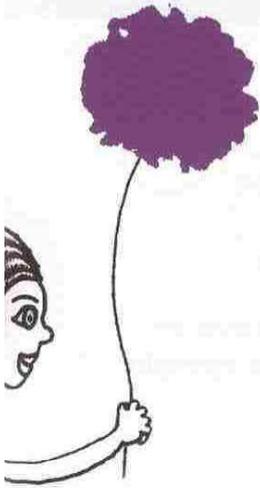
A través del juego “La Silla Musical” los niños y las niñas identificarán sentimientos y emociones



## Materiales

- Silla
- Grabadora
- Mesa

## Pasos a Seguir



1. Colocar las sillas formando un círculo.
2. Colocar una silla menos que el número de participantes.
3. Los participantes se paran detrás de las sillas.
4. Se coloca la música y los participantes corren alrededor de las sillas.
5. Cuando la música se detiene los niños y niñas deben sentarse. La persona que quedó sin silla queda eliminada del juego.
6. Se repite el proceso retirando una o dos sillas cada vez.
7. La actividad termina cuando queda un niño o niña y una silla.
8. Al finalizar la sesión el facilitador hace una reflexión sobre la dinámica utilizando las siguientes preguntas:
  - ¿Qué sintieron? :
  - ¿Cuándo estaban corriendo alrededor de las sillas?
  - ¿Cuándo se detuvo la música?
  - ¿Cuándo buscaban una silla para sentarse?
  - ¿Cuándo lograron sentarse?
  - ¿Cuándo quedaron sin silla?

### Nota:

Si el grupo es muy grande:

- Se pueden formar dos grupos.
- Se pueden retirar varias sillas de una vez.

## Actividad 4b.

# ¿Cómo son mis señales?

Cada niño o niña identificará las señales de alarma que su cuerpo le ha transmitido en situaciones que han vivido en el pasado.

Tiempo **30** minutos 

### Pasos a Seguir



1.

El facilitador explica al grupo cómo diferentes formas en que cada persona siente las señales de alarma. Por ejemplo: Cuando tengo miedo y me siento inseguro:

- No puedo moverme ni gritar
- Las piernas me tiemblan
- Siento la cara caliente
- Me sudan las manos
- Siento un malestar en el estómago
- Se me paran los pelos
- Mi corazón me palpita muy rápido

2.

El facilitador le pide a los niños y las niñas que relaten una circunstancia en la que hayan sentido miedo y que hagan un dibujo de si mismos, coloreando la parte del cuerpo en la que sintieron el miedo de modo más fuerte.

3.

Finalizar esta actividad reuniendo a los niños a las niñas en un semicírculo donde compartirán sus dibujos, se reflexionará sobre las señales de advertencia a través de las siguientes preguntas:

- ¿Qué aprendieron de la experiencia?
- ¿Por qué es importante reconocer las señales de advertencia?
- ¿Qué se dieron cuenta de si mismos?
- ¿Qué aprendieron de sus compañeros?
- ¿Qué fue lo que más les gustó de la sesión?

## Actividad 5.

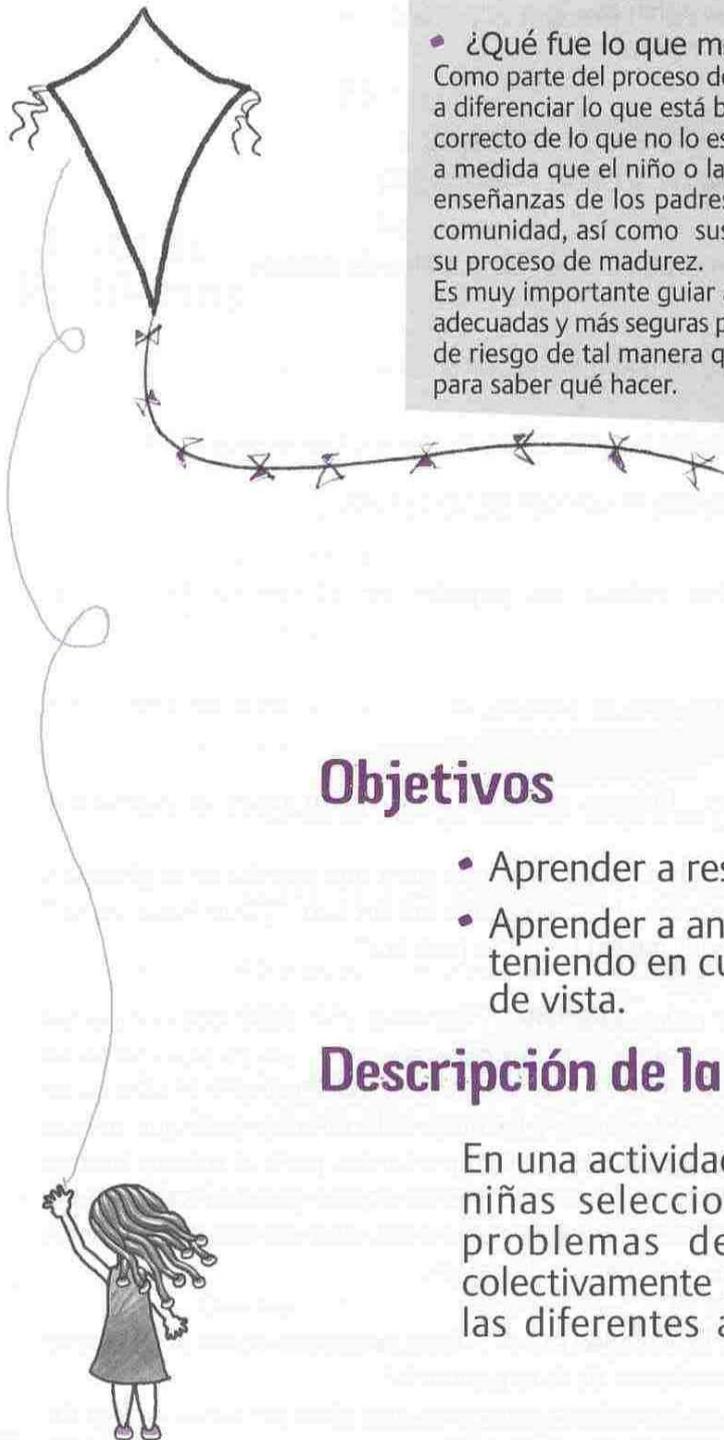
# ¿Qué harías tú si.....?

### Recuerde que...

- ¿Qué fue lo que menos les gustó?

Como parte del proceso de desarrollo, los niños y niñas aprenden a diferenciar lo que está bien de lo que está mal, lo moralmente correcto de lo que no lo es. Este aprendizaje se hace poco a poco a medida que el niño o la niña va creciendo y en él influyen las enseñanzas de los padres, la familia, el ambiente escolar y su comunidad, así como sus propias características personales y su proceso de madurez.

Es muy importante guiar a los niños y niñas en formas distintas, adecuadas y más seguras para enfrentarse a diferentes situaciones de riesgo de tal manera que tengan cada vez más herramientas para saber qué hacer.



Tiempo **45**  
minutos



### Objetivos

- Aprender a resolver problemas.
- Aprender a analizar una situación teniendo en cuenta diferentes puntos de vista.

### Descripción de la Actividad

En una actividad de grupo los niños y las niñas seleccionaran al azar diversos problemas de la vida cotidiana y colectivamente harán una discusión sobre las diferentes alternativas de solución.



## Materiales

- Lista con problemas
- Papeles de colores
- Tijeras.
- Hojas para completar

## Preparación

- Escribir los problemas en los papeles de colores.

## Pasos a Seguir



1. Los participantes se colocan en un círculo.
2. El facilitador coloca los papeles en el centro del círculo.
3. Uno por uno van al centro del círculo y leen un problema.
4. Entre todos buscan alternativas y soluciones al problema.
5. Se le entrega una hoja a cada uno para que escriba un problema y busque soluciones. Las preguntas inician con: “¿Que haría yo, si?” y las soluciones inician con: “Yo podría...”
6. El facilitador reúne a los niños y las niñas y les pide que compartan libremente con el resto de sus compañeros lo que escribieron en las hojas individuales (“Qué haría yo si” y “yo podría”). El facilitador debe escuchar a los niños y las niñas abiertamente para que sientan que todas sus opiniones son importantes pero al mismo tiempo orientarlos hacia soluciones claras donde puedan saber cómo enfrentar esos problemas, ver diferentes alternativas, buscar ayuda y retirarse de la situación de peligro
7. Para evaluar la actividad puedes hacer preguntas como por ejemplo:
  - ¿Qué aprendieron de la experiencia?
  - ¿Por qué es importante conversar con otras personas acerca de cómo resolver algún problema?

- ¿Qué aprendieron de sí mismos?
- ¿Qué aprendieron de sus compañeros?
- ¿Qué fue lo que más les gustó de la sesión?
- ¿Qué fue lo que menos les gustó?

### Nota:

- Es importante mantener el mensaje de la seguridad personal y buscar soluciones que no sean violentas.

## Lista de Problemas

- ¿Qué harías tú si en la escuela alguien te quita tus cuadernos y lápices?
- ¿Qué harías tú si un grupo de niños o niñas te persigue y te molesta?
- ¿Qué harías tú si estás solo en casa y tu hermanito menor se cae y se hiere la cabeza?
- ¿Qué harías tú si tus dos hermanos mayores están peleando a golpes?
- ¿Qué harías tú si en el camino a casa encuentras un perro que ladra fuerte y te persigue?
- ¿Qué harías tú si un extraño te invita a un parque?
- ¿Qué harías tú si por equivocación te pierdes en la calle (o supermercado, etc.)?
- ¿Qué harías tú si un conocido de la familia te ofrece caramelos y dinero, y te invita a ir a su casa a ver televisión?
- ¿Qué harías tú si chicos de tu clase te dicen que si no le sacas dinero a la maestra de su cartera, ellos te van a echar del grupo?
- ¿Qué harías tú si estás solo o sola en casa y un extraño insiste en que le abras la puerta, pues tiene algo para mostrarte?
- ¿Qué harías tú si tus amigos o amigas te invitan a no ir a la escuela y pasarse todo el día en la calle?
- ¿Qué harías tú si un amigo te pide que no cuentes que le robó plata a la profesora?

## Hojas para completar

**¿Qué haría yo si:**

Escribe una situación de peligro o un problema.

---

---

---

---

---

**Yo podría:**

Escribe varias posibles soluciones para enfrentar el problema



## Hojas para completar

¿Qué haría yo si:

Escribe una situación de peligro o un problema.

---

---

---

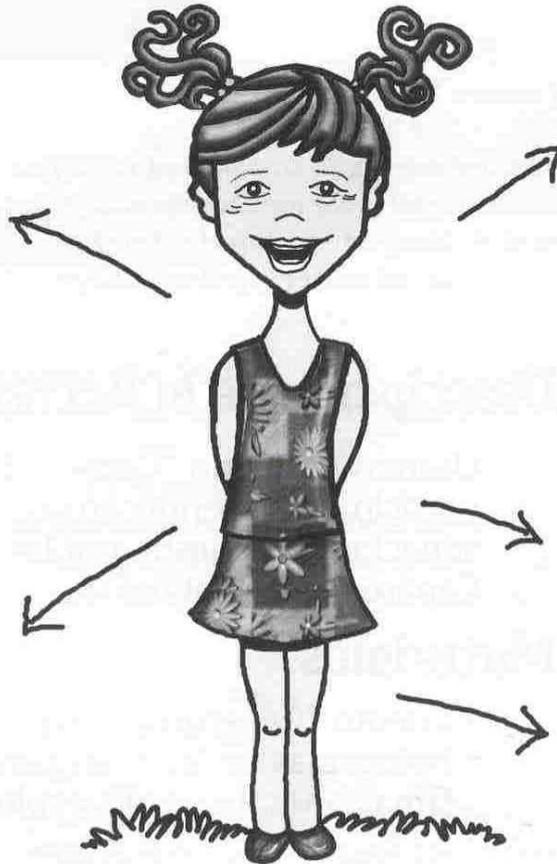
---

---

---

Yo podría:

Escribe varias posibles soluciones para enfrentar el problema



## Actividad 6a.

# Aprender a evaluar situaciones de riesgo



### Recuerde que...

Esta actividad le permite a los niños y las niñas tomar conciencia tanto de la existencia de las situaciones de riesgo como que siempre hay diferentes alternativas para enfrentar los problemas difíciles o las situaciones de peligro. Enséñeles que en caso de estar en riesgo es mejor no tomar decisiones de manera rápida y sin pensar, sino detenerse a analizar la situación, plantear distintas formas de resolverlo para luego decidir qué hacer. Esto les permitirá saber cómo buscar a ayuda y a quien recurrir.

Para los niños y las niñas es más fácil hablar sobre situaciones difíciles o amenazantes y la forma de manejarlas cuando el protagonista que vive el problema es un personaje ajeno a ellos mismos, como en el caso de un cuento; para este efecto, pueden usarse otros cuentos o incluso cuentos inventados por ellos mismos.

Tiempo **45** minutos 

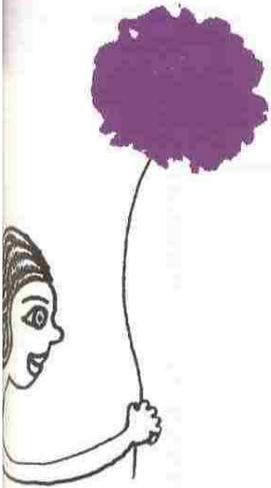
### Descripción de la Actividad

Usando el cuento “Caperucita Roja” Los participantes identifican las diferentes situaciones de riesgo por las cuales pasó Caperucita y su abuelita.

### Materiales

- Cuento “Caperucita Roja”
- Fotocopias de las hojas para rellenar de situaciones de riesgo y soluciones.

## Pasos a Seguir



1. Leer el cuento (resumir la historia).
  2. Dar ejemplos de situaciones de riesgo
  3. Identificar y escribir las situaciones de riesgo de la historia
  4. Escribir las posibles soluciones.
  5. Cuando los niños estén escribiendo las soluciones el facilitador les recuerda que cuando estén en riesgo:
    - Deben insistir si no se les presta ayuda
    - Siempre habrá alguien que los va a escuchar
    - No hay nada tan terrible que no puedan contar
  6. Ayudar a los niños y las niñas a recordar aquellos lugares donde pueden ir en caso de sentirse en riesgo.
7. Al finalizar la sesión, el facilitador evaluar la sesión haciendo preguntas como:
- ¿Qué aprendieron de la experiencia?
  - ¿Qué aprendieron sobre las situaciones de riesgo?
  - ¿Qué fue lo que más les gustó de la sesión?
  - ¿Qué fue lo que menos les gustó?

Algunos ejemplos de situaciones de riesgo: Caperucita

- Usa una capa roja que llama mucho la atención en un bosque
- Camina sola por el bosque
- No lleva nada consigo para defenderse
- No hay otras casas ni personas en el bosque
- No sabe que el lobo es un animal capaz de matar a los humanos.

Abuelita

- La casa está abierta
- Está sola en casa
- No hay vecinos
- Es bastante anciana, un poco ciega y sorda
- No tiene como comunicarse con los vecinos
- No puede cuidarse sola.

## Caperucita

Situaciones de riesgo

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

Soluciones

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

## Abuelita

Situaciones de riesgo

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

Soluciones

- 
- 
- 
- 
- 
- 
-

Tiempo **45** minutos 

## Descripción de la Actividad

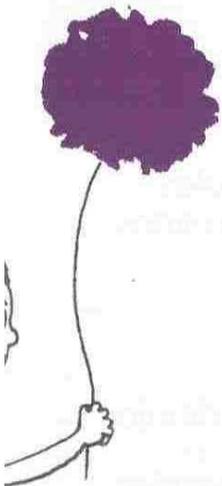
Los niños y niñas elaborarán una nueva versión del cuento de Caperucita Roja



## Materiales

- Papel o cartulina de 1,5 x 2 metros
- Marcadores de colores
- Pintura
- Pinceles

## Pasos a Seguir



- 1.** Usando la lista de soluciones de la actividad anterior y guiados por el facilitador, los niños y las niñas arman una nueva versión del cuento "Caperucita Roja" con todos los cambios sugeridos por el grupo.
- 2.** Los participantes planean como dibujar y colorear la nueva versión del cuento.
- 3.** Una vez terminada esta actividad colocan el trabajo en la pared y hacen una reflexión.
- 4.** Usando los cambios, Los participantes pueden escribir una nueva versión de este cuento.

## Actividad 7.

# Así soy yo.

### Recuerde que...

Los roles sociales que comúnmente nos enseña la sociedad tienen que ver con que las labores domésticas son responsabilidad de las mujeres mientras que el mantenimiento económico del hogar y la toma de las decisiones importantes son responsabilidad de los hombres.

Estos roles son como “camisas de fuerza” que impiden que las mujeres y los hombres amplíen sus aprendizajes y formas de relacionarse con los demás, limitan su propio crecimiento personal y lleva a actitudes tales como que al hombre no se le permita ser cariñoso o tierno ni que realice labores domésticas y que a las mujeres no se les estimule a ser más preparadas intelectualmente ni más independientes o no se espere de ellas que participen en decisiones importantes.

Ampliar las posibilidades de lo que podemos desarrollar los hombres y las mujeres ayuda a romper con esas creencias de dominación o de sumisión, que constituyen las semillas para el abuso sexual.



### Objetivos

- Presentar a los niños y niñas el tema sobre el cuerpo masculino y femenino.
- Crear un ambiente propicio para que los niño y niñas puedan hablar sobre sexualidad.
- Identificar y reflexionar sobre los roles comúnmente señalados como masculinos y femeninos

Tiempo **45**  
minutos



### Descripción de la Actividad

En grupo, los participantes harán un dibujo de una niña y un dibujo de un niño, e identificarán algunas características propias de cada uno.

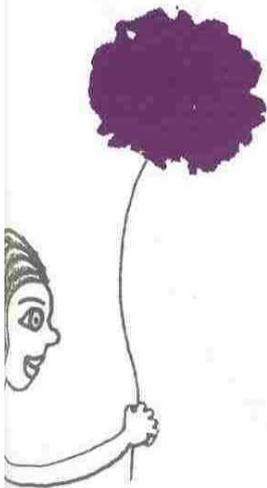


## Materiales

- Dos papeles de 1,5 x 1 metro.
- Dos marcadores negros gruesos.
- Crayolas

## Pasos a Seguir

1. Se forman dos grupos asegurándose que en cada uno haya niños y niñas.
2. Los dos grupos sortean cual va a dibujar la niña y cual el niño.
3. Dependiendo del sorteo, se elige un niño y una niña para que se coloquen sobre el papel y se pueda dibujar su silueta.
4. Teniendo la silueta trazada el grupo debe completar el dibujo creando un personaje, es decir, se deben agregar todas las características físicas, como ojos, boca, nariz, ropa, etc.
5. Una vez terminada esta actividad cada grupo escribe una pequeña historia del niño o niña que han dibujado, utilizando como guía las preguntas que se incluyen más adelante.
6. Una persona escribe la historia, todos participan dando sugerencias.
7. Terminada esta actividad, ambos grupos comparten sus trabajos.
8. Generar una reflexión acerca de las semejanzas y diferencias entre los niños y las niñas en cuanto a características físicas, personalidad, gustos, intereses y preocupaciones, y discutir sobre lo que ellos piensan que es propio de cada sexo y lo que lo que las personas que nos rodean nos han dicho o nos han mostrado a través de sus acciones sobre los roles que desempeñan los hombres y las mujeres.
9. Al finalizar la sesión, el facilitador puede hacer preguntas para evaluar la sesión como:
  - ¿Qué aprendieron de la experiencia?
  - ¿Qué se dieron cuenta sobre la historia y el personaje del niño?
  - ¿Qué se dieron cuenta sobre la historia y el personaje de la niña?
  - ¿Qué aprendieron de sus compañeros?
  - ¿Qué fue lo que más les gusto de la sesión?
  - ¿Qué fue lo que menos les gusto?

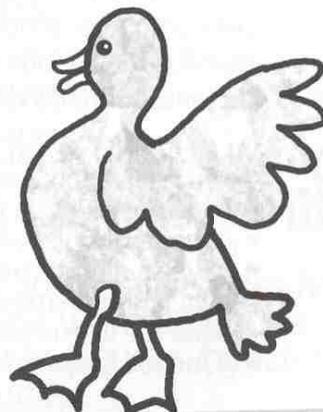


## Preguntas que sirven para escribir la historia:

- ¿Cómo se llama el niño o la niña?
- ¿Qué edad tiene?
- ¿Dónde vive?
- ¿Quiénes son los padres? ¿Hermanos? ¿Otros familiares?
- ¿Va a la escuela? ¿Qué grado?
- ¿Qué hace en su tiempo libre?
- ¿Qué le gusta hacer?
- ¿Qué no le gusta hacer?
- ¿Cuál es su juego favorito?
- ¿Qué le gustaría hacer en el futuro?

### **Nota:**

Escribir la historia en primera persona, ejemplo: "Yo me llamo Luis y tengo 10 años...."



## Actividad 8.

# Conociendo nuestras partes más privadas

### Recuerde que...

Hablar sobre las partes privadas del cuerpo es un tema difícil tanto para los niños y las niñas como para los facilitadores, pues generalmente la sociedad ha transmitido la idea de que son temas de los cuales no se debe hablar.

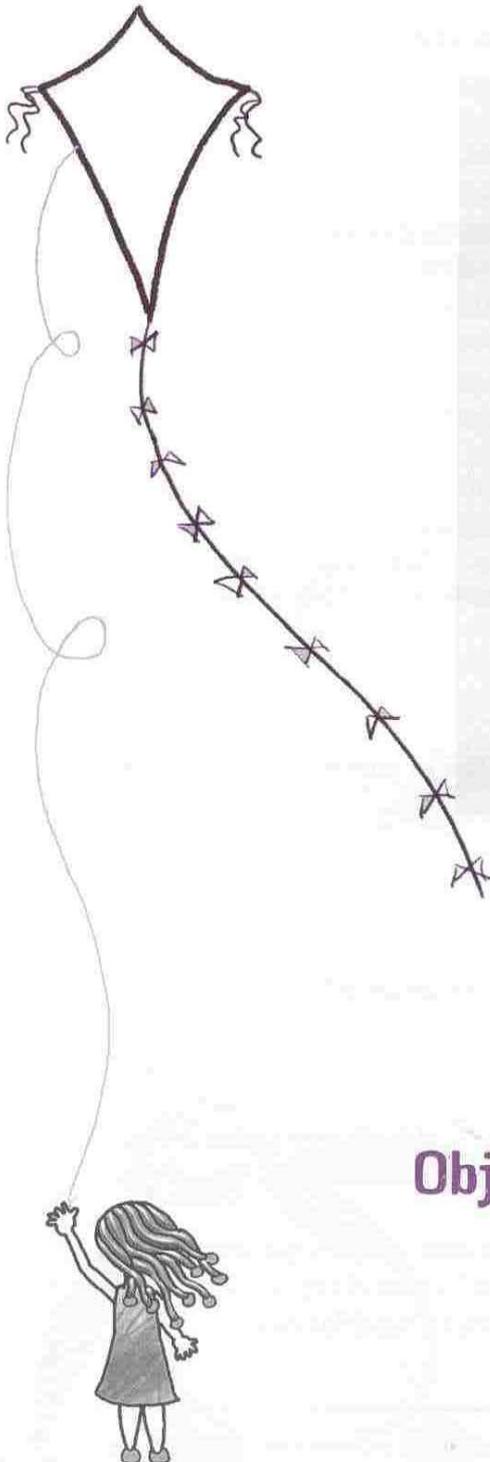
Es importante que antes de empezar esta sesión, el facilitador evalúe sus conocimientos sobre el tema y que tan cómodo se siente de hablar sobre estos conceptos. Si se siente inseguro trate de conocer y familiarizarse mejor con el tema antes de manejarlo con el grupo de niños y niñas.

En cada país y en cada región se utilizan términos distintos para describir los genitales y en general sobre el tema de la sexualidad. Es útil hablar abiertamente sobre los términos que los niños y las niñas usan o han escuchado y enseñarles las palabras correctas. Cuando los niños y niñas manejan con propiedad y comodidad esos términos, podrán entender más fácilmente cuando se les explique qué es un abuso sexual. Así mismo les ayudará a poder contarle a alguien con un vocabulario más amplio y de una manera más completa si están viviendo alguna situación de violencia sexual.

Tiempo **45** minutos 

### Objetivos

- Identificar las diferencias físicas masculinas y femeninas.
- Diferenciar lo que se denomina “partes privadas” del cuerpo.



## Descripción de la Actividad

Se explicará a los niños y las niñas las diferencias entre el cuerpo femenino y el masculino



### Materiales

- Dos afiches mostrando y nombrando las diferencias físicas masculinas y femeninas.

### Pasos a Seguir



**1.** El facilitador habla a los niños y las niñas sobre los prejuicios, temores y tabúes relacionados con tema de las diferencias físicas entre hombres y mujeres.

**2.** Se colocan los afiches en la pared.

**3.** El facilitador da una explicación sobre el cuerpo femenino y el masculino.

- Nombres apropiados
- Sus funciones
- Proceso de desarrollo y cambios.

**4.** El facilitador explica el término “partes privadas”.

**5.** Esta dinámica termina una vez que se han aclarado todas las dudas.

Al explicar el término “partes privadas”, el facilitador puede iniciar una conversación con los niños y niñas haciendo las siguientes preguntas<sup>1</sup>

- ¿Cuando los adultos dicen “esto es privado” ustedes que entienden?
- ¿Cuáles cosas se consideran “privadas”, como el cepillo de dientes, los mensajes de correo o las cartas, la ropa, las peinillas, etc.?

<sup>1</sup> Tomado de “Enseñando a los niños a evitar el abuso sexual”. FES Pág. 20:

- ¿Qué partes del cuerpo consideran privadas y que actividades hacen en privado?
- ¿Qué cosas privadas deben ser respetadas?

Además, el facilitador puede enriquecer la conversación complementándola con los siguientes conceptos:

Privado<sup>2</sup> es algo que es solamente de uno y de nadie más. Privadas son todas aquellas cosas que no queremos que otros vean o toquen porque las queremos mucho y son sólo para nosotros. Privada también es nuestra ropa interior, nuestro cepillo de dientes o peinilla porque son cosas que no debemos compartir con nadie. Privadas son también algunas partes del cuerpo, porque las cubrimos con la ropa y no permitimos que otras personas las vean o toquen, como por ejemplo los genitales. También hay algunas actividades que hacemos en privado: bañarnos, vestirnos, orinar, conversar, discutir y resolver problemas familiares. **Tu cuerpo es privado porque es solo tuyo, de nadie más.**

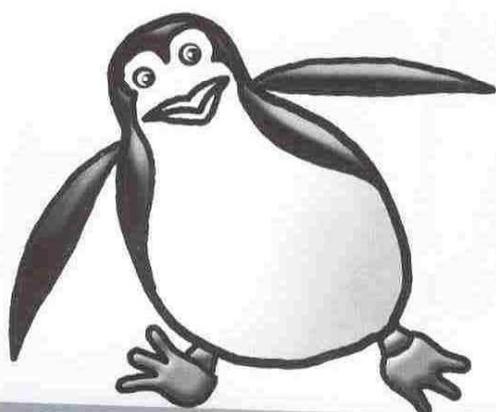
6.

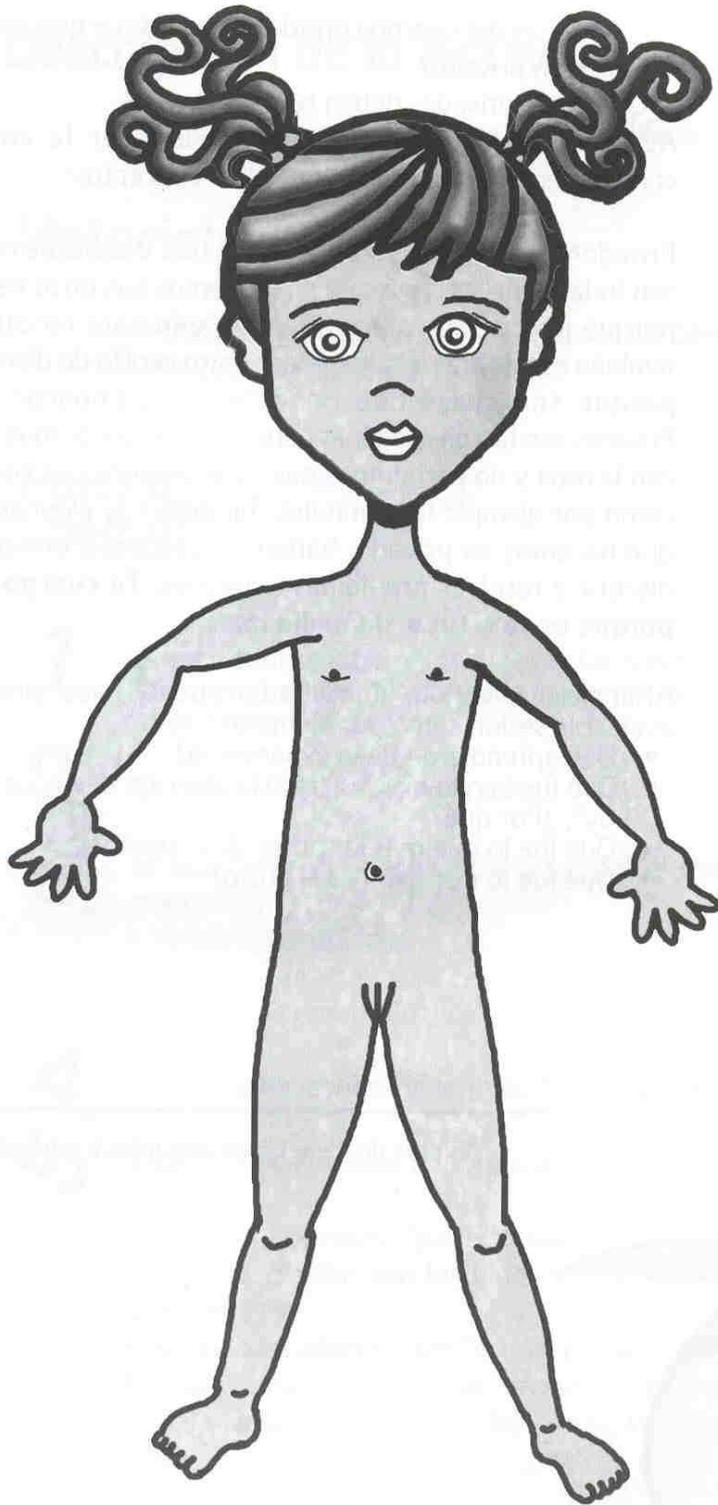
Al finalizar la sesión, el facilitador puede hacer preguntas para evaluar la sesión como por ejemplo:

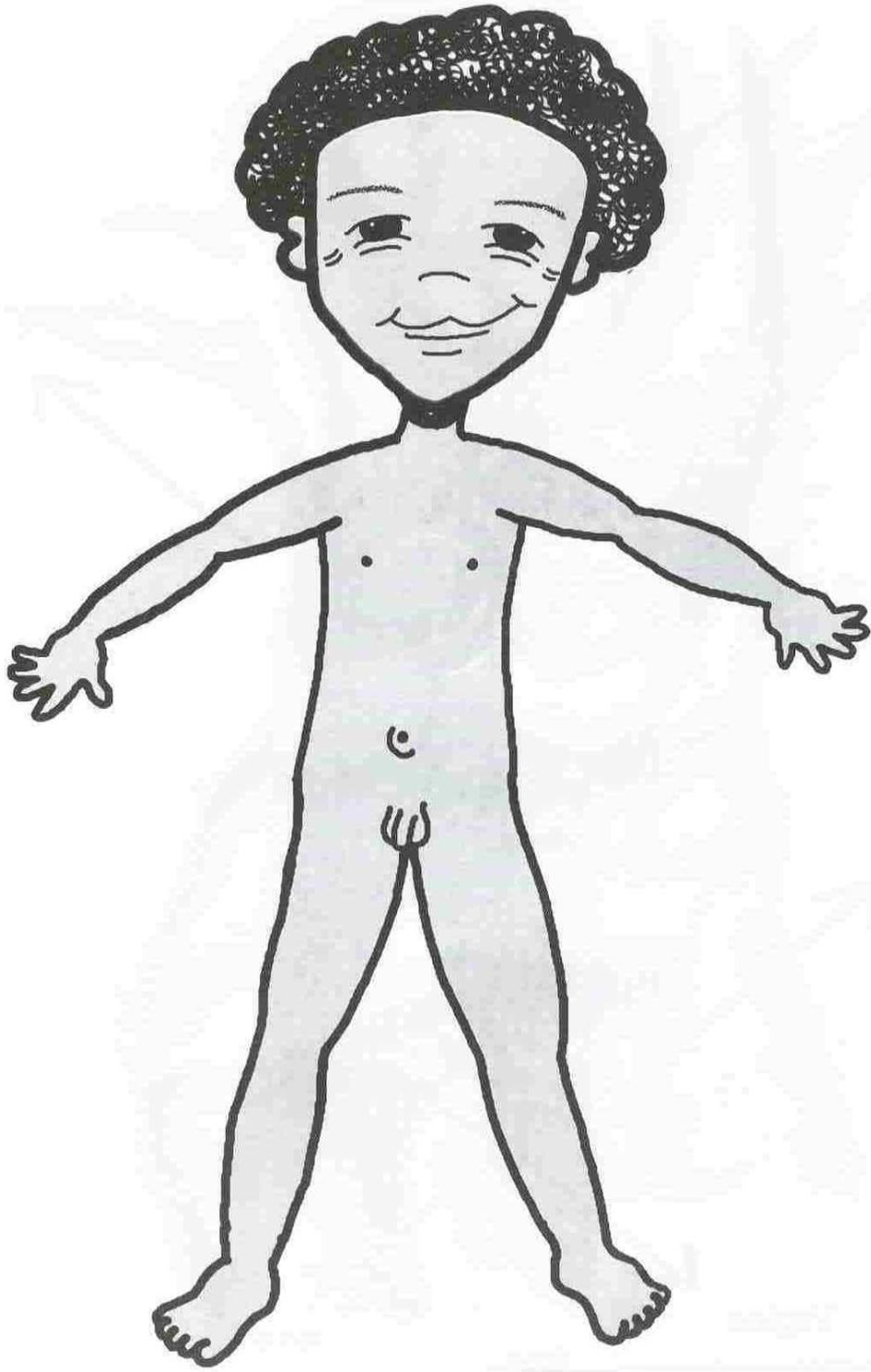
- ¿Qué aprendieron de la experiencia?
- ¿Qué fue lo que más les llamó la atención de lo que aprendieron hoy?, ¿Por qué?
- ¿Qué fue lo que más les gustó de la sesión?
- ¿Qué fue lo que menos les gustó?

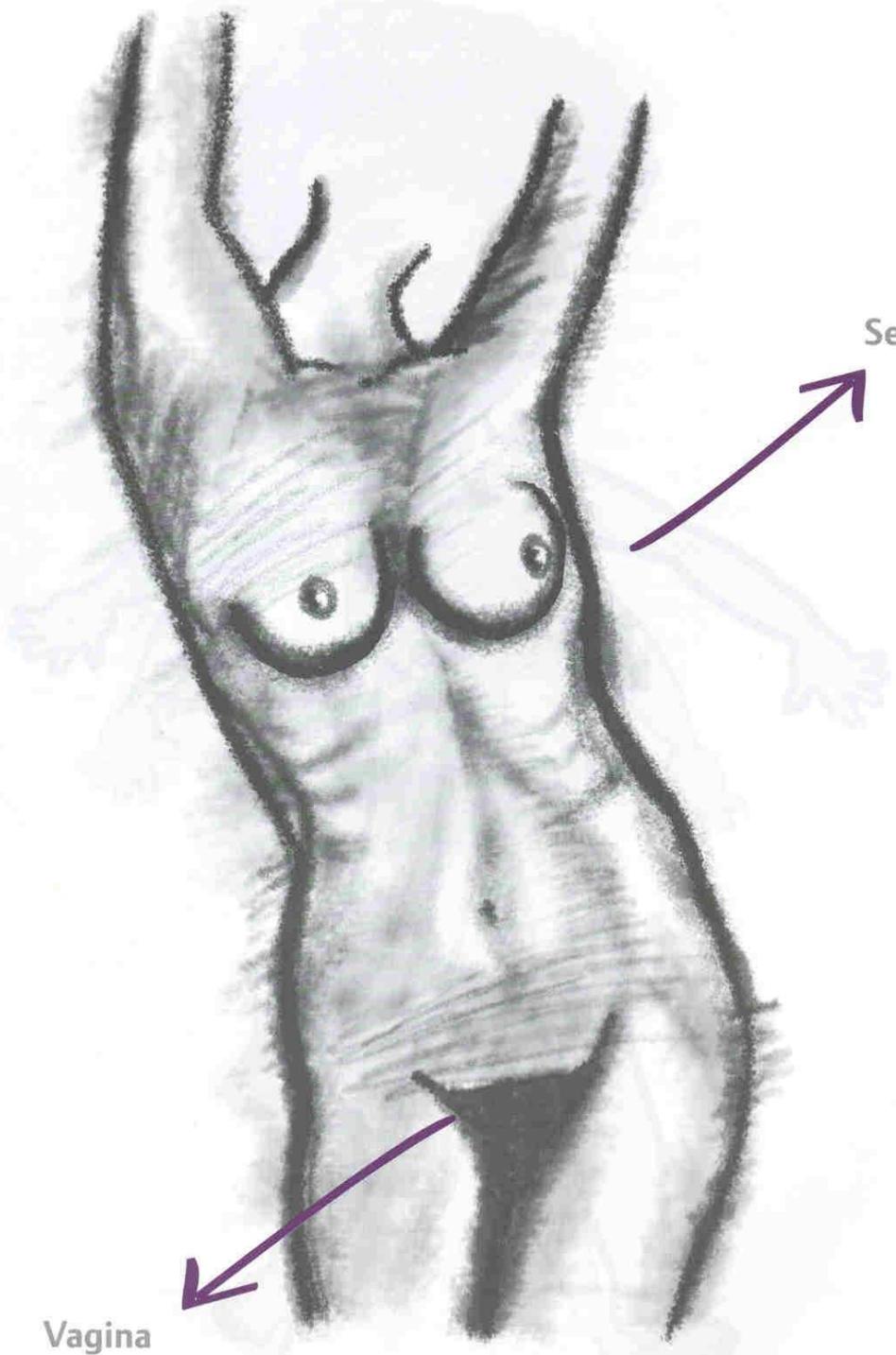
---

<sup>2</sup> Tomado de "Enseñando a los niños a evitar el abuso sexual".





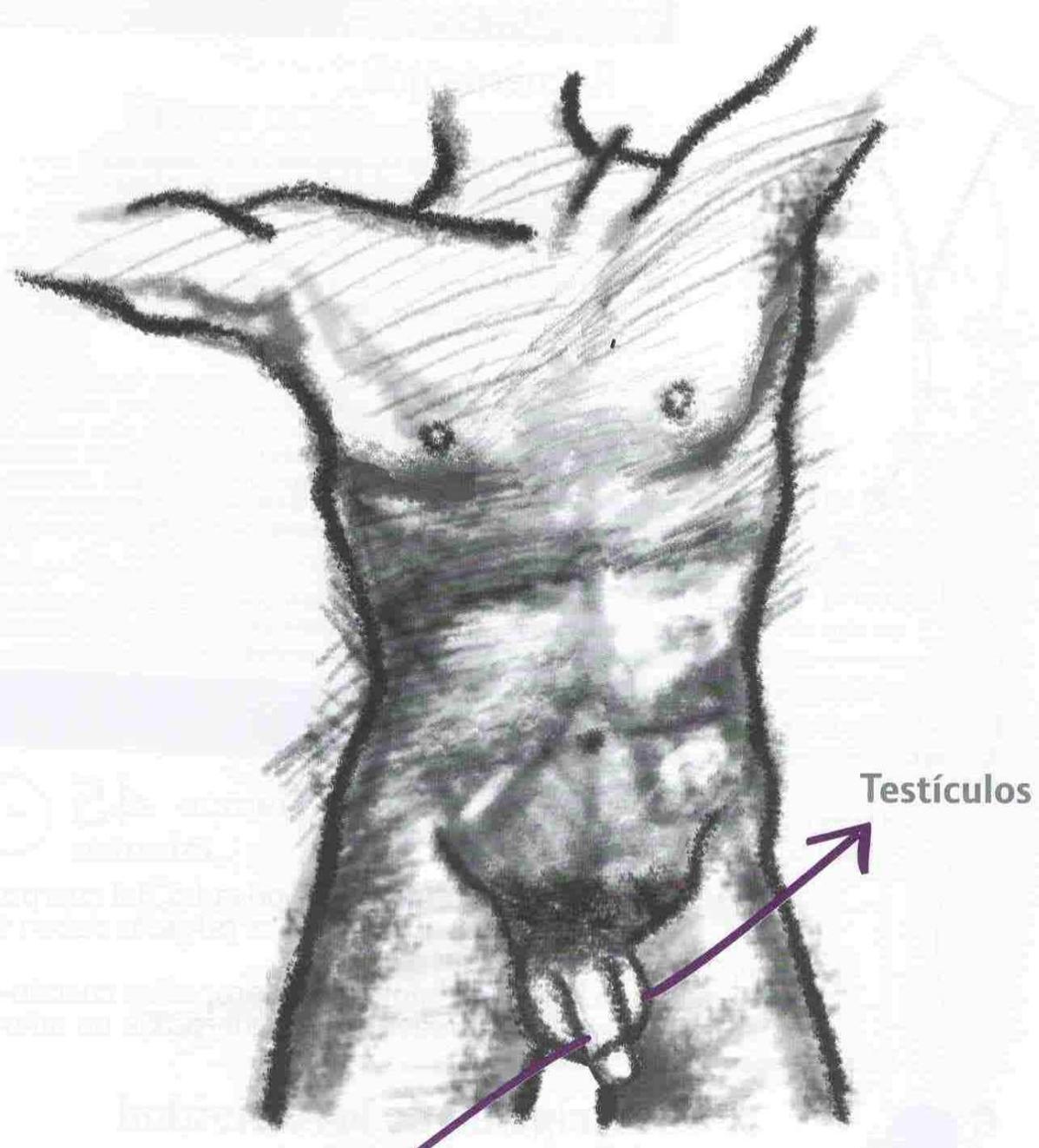




Senos

Vagina

El cuerpo de mis partes  
un hombre



Testículos

Pene

## Actividad 9.

# El respeto de mis partes privadas

### Recuerde que...

Un elemento esencial en la prevención del abuso sexual infantil es explicarle a los niños y las niñas acerca de juegos o actividades que impliquen contactos inadecuados de sus partes privadas. Para que el niño o niña diferencie un contacto adecuado de uno inadecuado se le puede explicar que un contacto inadecuado es cuando el niño o niña se siente mal, incómodo o asustado, o cuando se le pide que guarde un secreto o se le ofrecen regalos para dejarse tocar.

También se le puede explicar que hay cosas que les pueden gustar pero les hacen mal como por ejemplo comerse una bolsa llena de chocolates y hay otras cosas que no les gustan y les hacen bien como ponerse una vacuna. No todo lo que es divertido hace bien. Por lo tanto, si una persona mayor que ellos y ellas propone un juego que implica tocarse las partes privadas, así este juego parezca divertido, se debe decir NO y contarlo de inmediato a un adulto protector.

Los niños y las niñas deben saber que su cuerpo les pertenece y que ninguna persona mayor tiene que tocar sus partes íntimas, ni siquiera papá, mamá, abuelos, primos o tíos.

### Objetivos

- Identificar las partes privadas del cuerpo.
- Aprender que las partes privadas deben ser respetadas.
- Identificar momentos apropiados cuando un adulto puede tocar el cuerpo de un niño o niña.

Tiempo **45** minutos 

### Descripción de la Actividad

Reflexión grupal sobre el respeto hacia las partes privadas del cuerpo utilizando dibujos que ilustran situaciones entre niños y niñas y adultos o momentos privados de los niños o los niños.





## Materiales

- Tarjetas de dibujos.

## Preparación

- Fotocopiar y recortar las tarjetas. Para que tengan mayor duración se pueden laminar con plástico.
- Fotocopiar los dibujos para entregar al final de la sesión.

## Pasos a Seguir

1.

Los niños y niñas se sientan en un semicírculo.

2.

El facilitador muestra una a una las tarjetas y pide a los niños y las niñas que la comenten y reflexionen sobre su contenido. Es importante hacer claridad sobre algunas ideas generales acerca de las partes privadas y los momentos privados:

- El niño o niña debe saber que existe el riesgo de que un adulto lo toque de manera inadecuada.
- Cuando la tarjeta muestre que el niño o niña está con un médico o con algún otro profesional que lo está examinando, él o ella debe saber que en este tipo de situaciones debe estar acompañado por algún adulto protector.
- En aquellas situaciones donde el niño o niña está en el baño, y ya tiene edad para ir solo, el o ella deben estar solos.

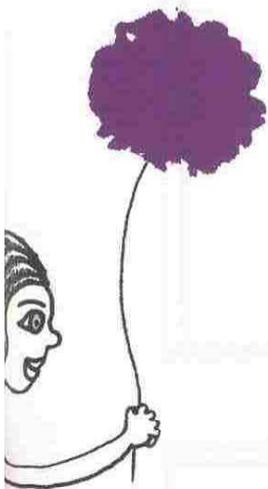
3.

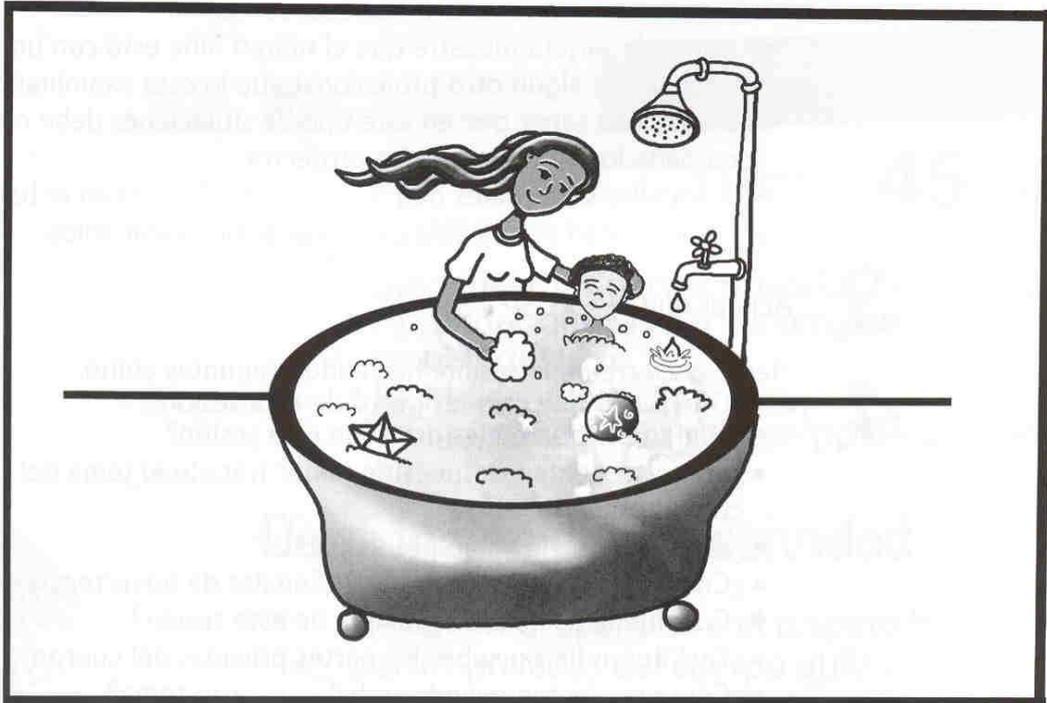
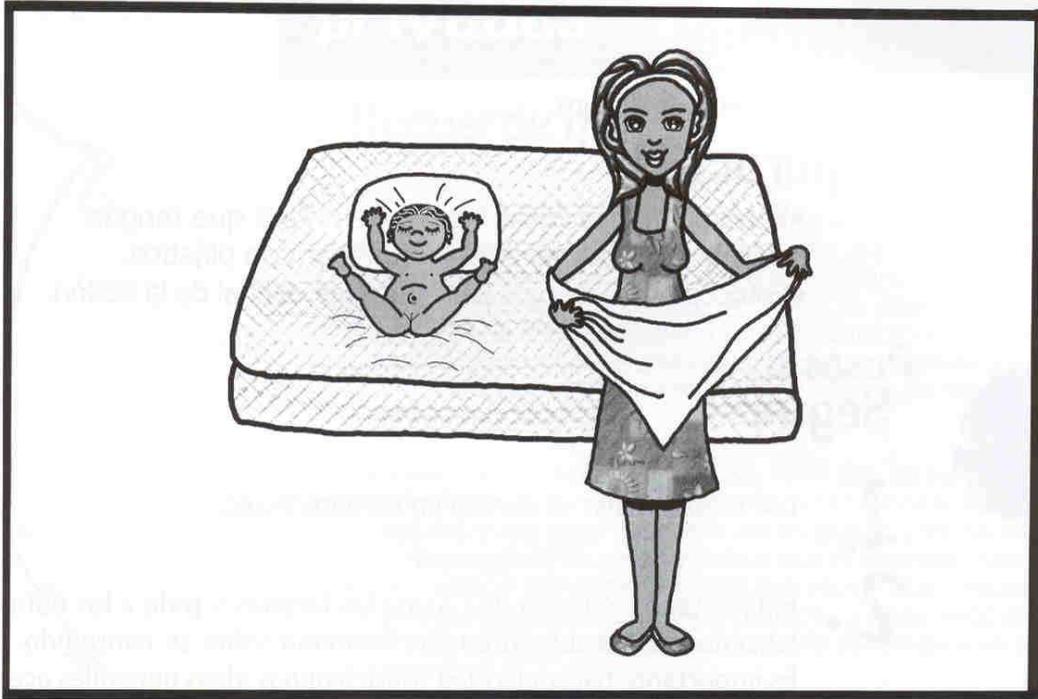
Aclarar dudas.

4.

Hacer el cierre de la sesión, haciendo preguntas como:

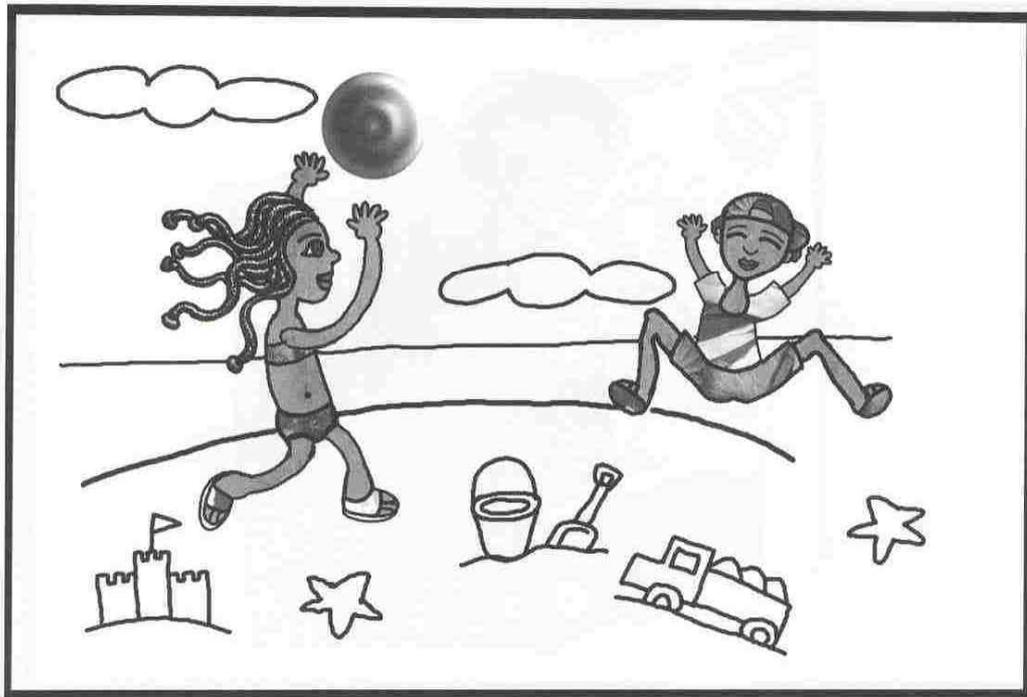
- ¿Qué fue lo que más les gustó de esta sesión?
- ¿Qué fue lo que no les gustó de esta sesión?
- ¿Cómo se sienten después de haber tratado el tema del cuerpo humano?
- ¿Hay algo que los dejó preocupados?
- ¿Cómo se sienten en el grupo? (Señales de advertencia).
- ¿Cuál fue la parte más aburrida de esta sesión?
- ¿Qué aprendieron sobre las partes privadas del cuerpo?
- ¿Cómo se sienten cuando se habla de este tema?
- Si tienen alguna pregunta sobre las partes privadas del cuerpo, ¿A quién le van a preguntar?

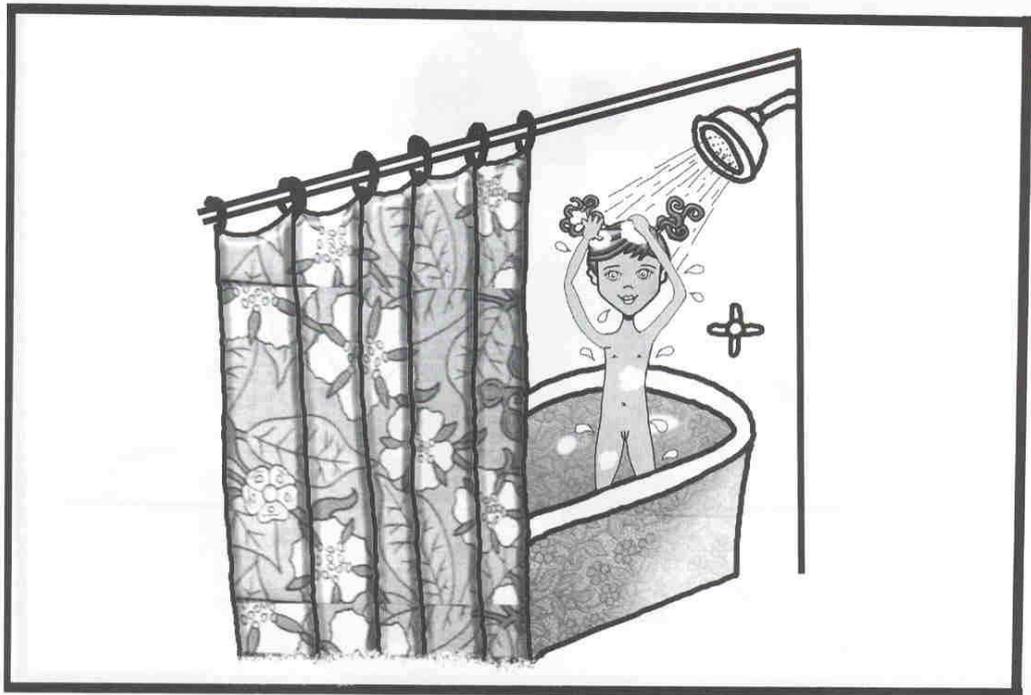
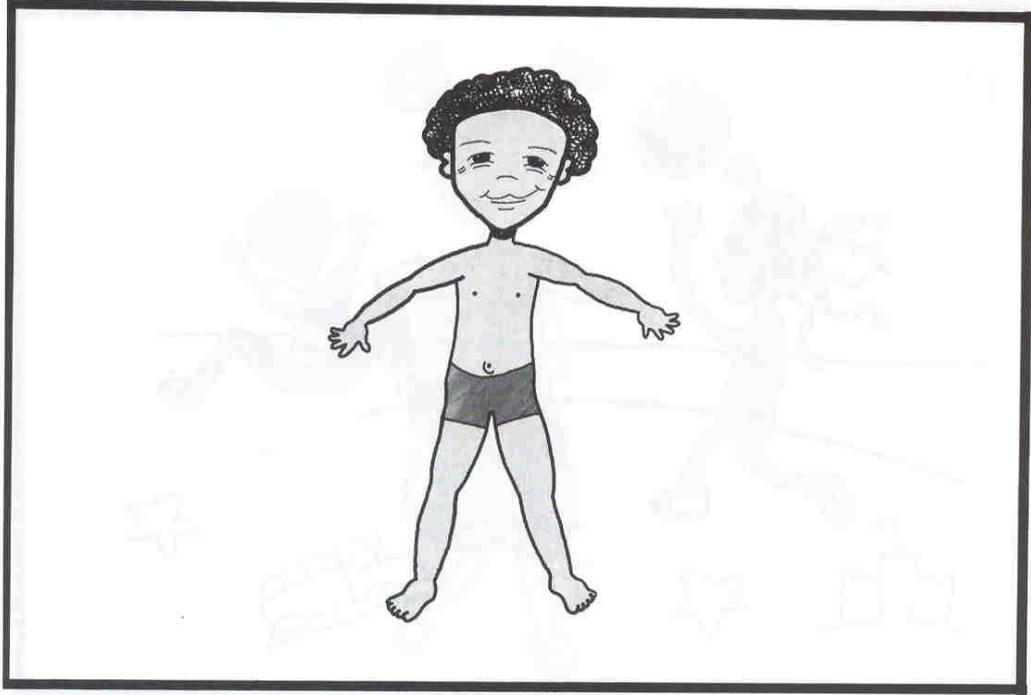


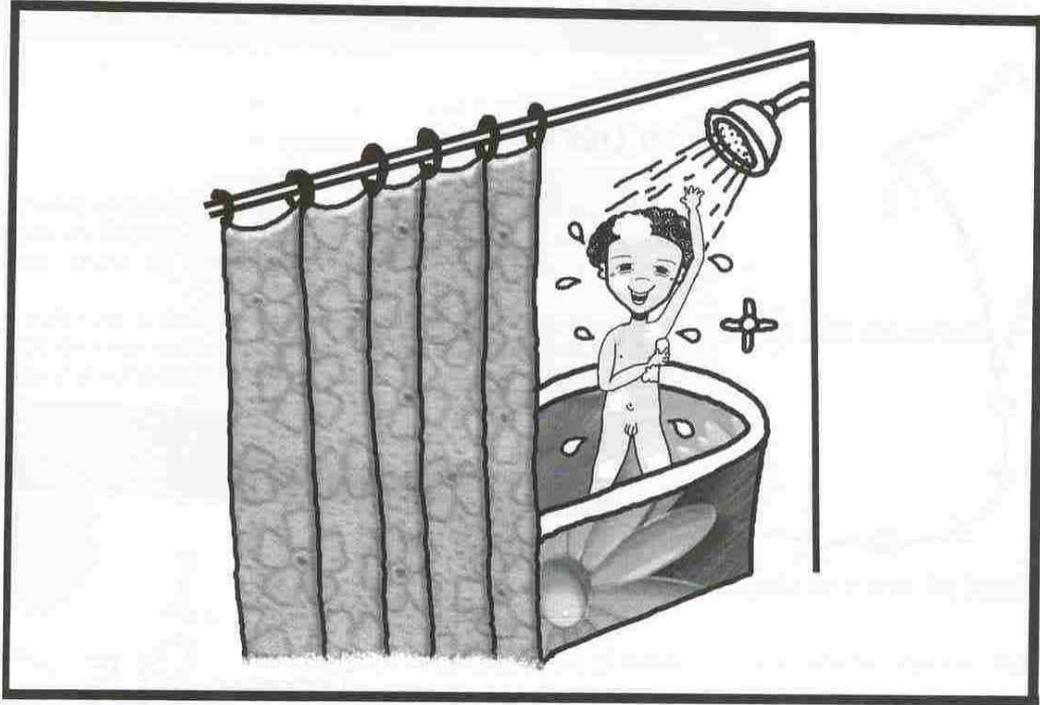






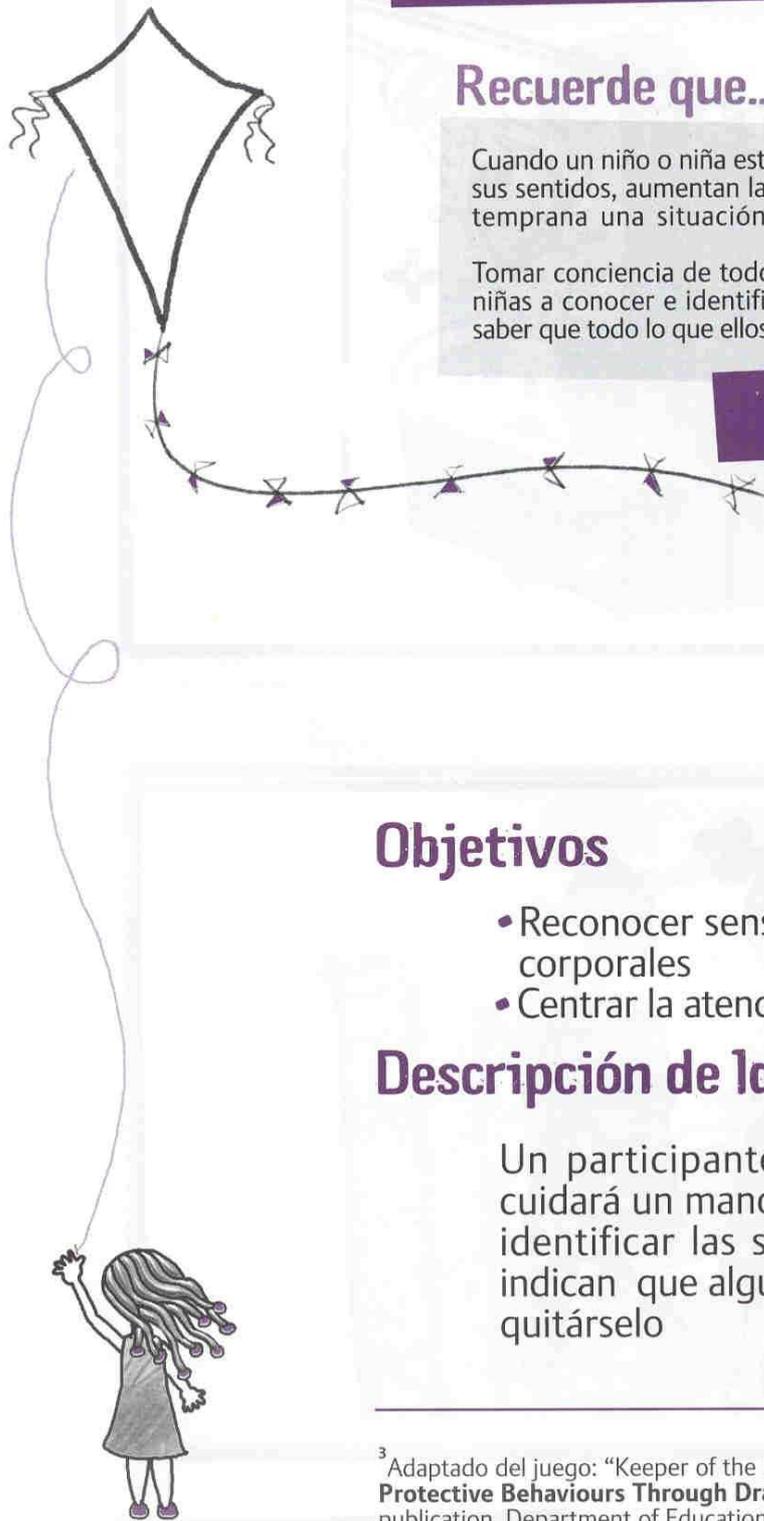






## Actividad 10.

# Juego<sup>3</sup> – El cuidador de botones



### Recuerde que...

Cuando un niño o niña está alerta a las señales que le transmiten sus sentidos, aumentan las posibilidades de percibir de manera temprana una situación de riesgo como un abuso sexual.

Tomar conciencia de todos los sentidos ayuda a los niños y las niñas a conocer e identificar como reaccionan sus cuerpos y a saber que todo lo que ellos o ellas sienten es importante y valioso.

Tiempo **45** minutos 

### Objetivos

- Reconocer sensaciones y mensajes corporales
- Centrar la atención en mensajes exteriores

### Descripción de la Actividad

Un participante con los ojos vendados cuidará un manojito de botones a través de identificar las señales corporales que le indican que alguien está cerca tratando de quitárselo.

<sup>3</sup> Adaptado del juego: "Keeper of the keys", Golding, Carolyn; Todd, Fiona. 1994. **Protective Behaviours Through Drama**. Adelaide: A Windows on practice publication. Department of Education and Children's Services.



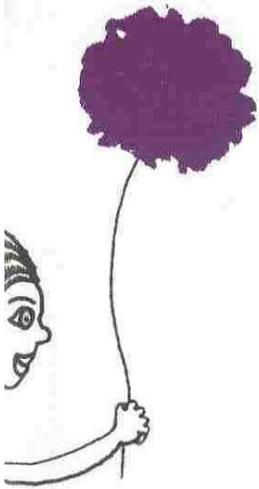
## Materiales

- Pedazo de tela o pañuelo
- Botones
- Hilo grueso

## Preparación

- Hilar unos 20 o 25 botones y unir los dos extremos

## Pasos a Seguir



1. Se elige un participante que estará encargado de cuidar los botones.
2. El cuidador se sienta en el suelo con los ojos vendados, frente a él o ella está el manojó de botones.
3. El resto del grupo se sienta al frente del cuidador de botones con sus manos al lado del cuerpo (o atrás).
4. El juego consiste en que los participantes traten de quitarle los botones, y el cuidador los tome a tiempo evitando así que se los quiten.
5. El juego termina cuando un participante logre quedarse con los botones.  
Nota: repetir el juego varias veces cambiando al cuidador.
6. El facilitador hace las siguientes preguntas:
  - a. A los cuidadores de botones:
    - ¿Cómo se dieron cuenta que alguien estaba cerca?
    - ¿Qué sonidos lograron identificar?
    - ¿En qué parte del cuerpo lograron identificar los mensajes?
    - ¿Cómo se sintieron al rescatar la tira con botones?
    - ¿Cómo se sintieron al darse cuenta que alguien les quitaba los botones?

Al grupo:

- ¿Cómo se sintieron cuando trataban de tomar la tira de botones?
- ¿Cómo se sintieron cuando lograron tomarla?

7.

Terminar con una reflexión sobre los mensajes corporales. El facilitador explica que existen formas de percibir lo que pasa a nuestro alrededor sin utilizar el sentido de la vista, sino atendiendo a otras sensaciones de nuestro cuerpo. Para ello es importante tomar conciencia de los demás sentidos: el oído, el tacto, el olfato.

8.

Al finalizar la sesión, el facilitador puede hacer preguntas para evaluar la sesión tales como:

- ¿Qué aprendieron de la experiencia?
- ¿Qué se dieron cuenta de si mismos?
- ¿Qué aprendieron de sus compañeros?
- ¿Qué fue lo que más les gusto de la sesión?
- ¿Qué fue lo que menos les gustó?



## Actividad 11.

# Situaciones de riesgo. Sentirse inseguro o no protegido.

### Recuerde que...

Imaginarse a uno mismo resolviendo una situación en un ambiente de seguridad ayuda a desarrollar la capacidad de buscar alternativas de solución para estar más protegidos. Es así como a través de ejercicios sobre lo que los niños y las niñas harían en diversas situaciones desarrolla su juicio crítico y el sentido común.

Una variante al ejercicio presentado en esta sección es introducir conversaciones sobre diversas situaciones de riesgo, con la pregunta ¿Qué pasaría si...?"

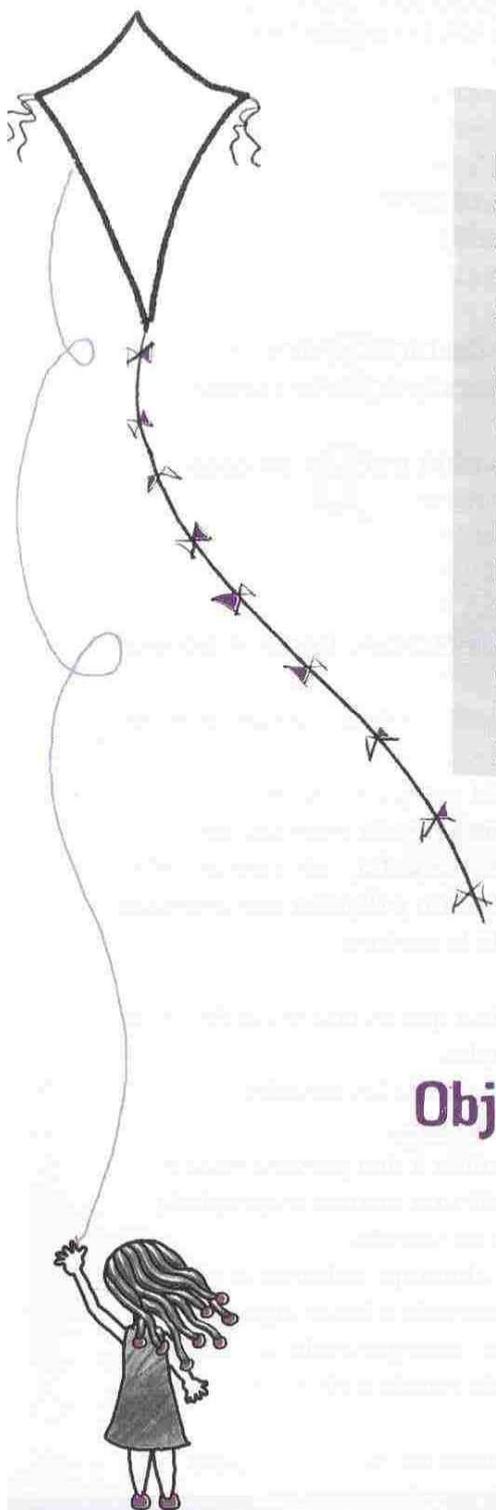
Es útil en el desarrollo de este tema tener presente los siguientes pasos: definir la situación y el problema, desarrollar soluciones alternativas y entre todos elegir la mejor solución. Como la mayoría de los abusos sexuales ocurren en ambientes conocidos y familiares del niño o niña en donde seguramente no suelen sentir desconfianza, las situaciones que se planteen deben incluir personas conocidas y ambientes comunes.

Tiempo **45**  
minutos



### Objetivos

- Identificar mensajes corporales frente a una situación de riesgo.
- Identificar cuando una situación de aventura se puede transformar en una situación de riesgo.
- Practicar la técnica de “resolver problemas”.



## Descripción de la Actividad

Los participantes imaginarán situaciones de riesgo en las que pueden verse involucrados e identificarán sensaciones corporales y soluciones posibles



## Materiales

- Tarjetas
- Tablero, o papel para escribir
- Marcadores gruesos, tiza

## Preparación

- Fotocopiar y recortar las tarjetas/dibujos. Para que tengan mayor duración se pueden laminar con plástico.
- Fotocopiar el material para trabajar en casa.

## Pasos a Seguir



1.

Los participantes se sientan en un semicírculo frente al tablero.

2.

El facilitador da una explicación sobre el significado de los términos que se van a usar en esta sesión:

- Mensajes corporales: Reacción del cuerpo al recibir información de las situaciones que se están viviendo, ya sea por algo que se ve, se escucha, se siente, etc.
- Situaciones de riesgo: Es una situación peligrosa que amenaza la seguridad física y emocional de la persona

3.

En forma detallada el facilitador explica que es una situación de riesgo o peligro dando algunos ejemplos:

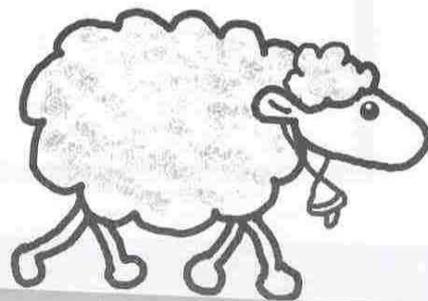
- No se previene o no se tienen en cuenta las posibles consecuencias de lo que se está haciendo.
- Un joven, un adulto, otro niño o niña o una persona mayor toca o acaricia a un niño o niña de una manera inapropiada y luego le pide que lo mantenga en secreto.
- Hay una situación de amenaza, chantaje, soborno o engaño.
- El niño o niña es obligado o presionado a hacer algo que lo hace sentir mal, incómodo, avergonzado o culpable.
- El niño o niña siente reacciones de miedo o de alerta y no hace caso de ellas.
- El niño o niña se siente en una situación de peligro, pero prefiere quedarse solo y no pedir ayuda.

**4.** Usando las tarjetas el facilitador invita a los participantes a cerrar los ojos, visualizar la situación que la tarjeta representa como si fuera real y ellos fueran los protagonistas, identificar las sensaciones corporales asociadas y buscar soluciones. Se escriben en el tablero las situaciones de riesgo y al frente todas las posibles soluciones que van surgiendo de la conversación, de manera que el niño o niña vaya teniendo claro las distintas posibilidades que tiene frente a una situación similar.

**5.** Una vez terminada esta actividad el facilitador invita a los participantes a dar ejemplos de otras situaciones de riesgo.

**6.** Al finalizar la sesión, el facilitador puede hacer las siguientes preguntas:

- ¿Qué aprendieron de la experiencia
- ¿Qué se dieron cuenta de si mismos?
- ¿Qué aprendieron de sus compañeros?
- ¿Qué fue lo que más les gusto de la sesión?
- ¿Qué fue lo que menos les gustó de la sesión?



# SITUACIONES DE RIESGO

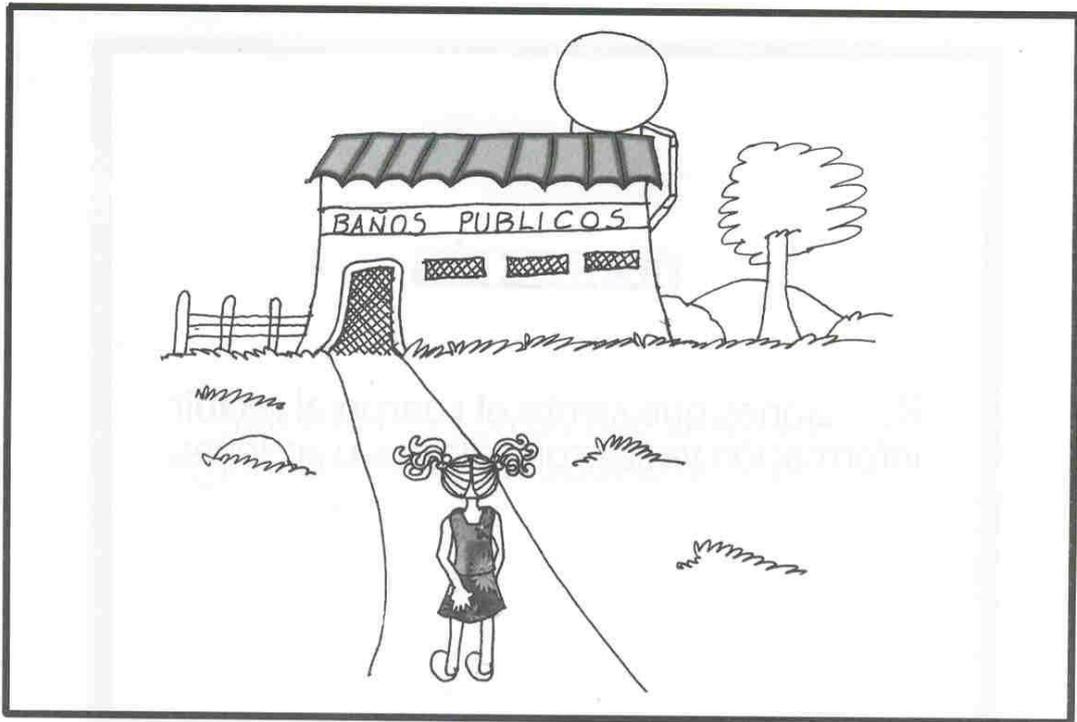
## DEFINICIÓN

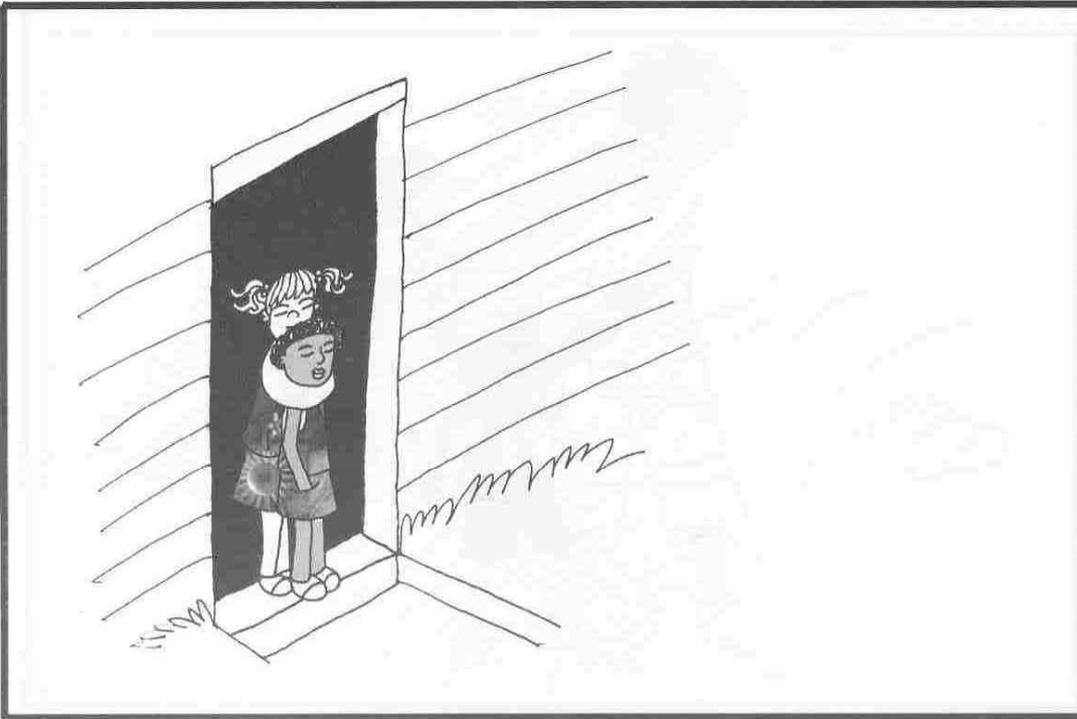
Situación peligrosa que amenaza la seguridad física y emocional de la persona.

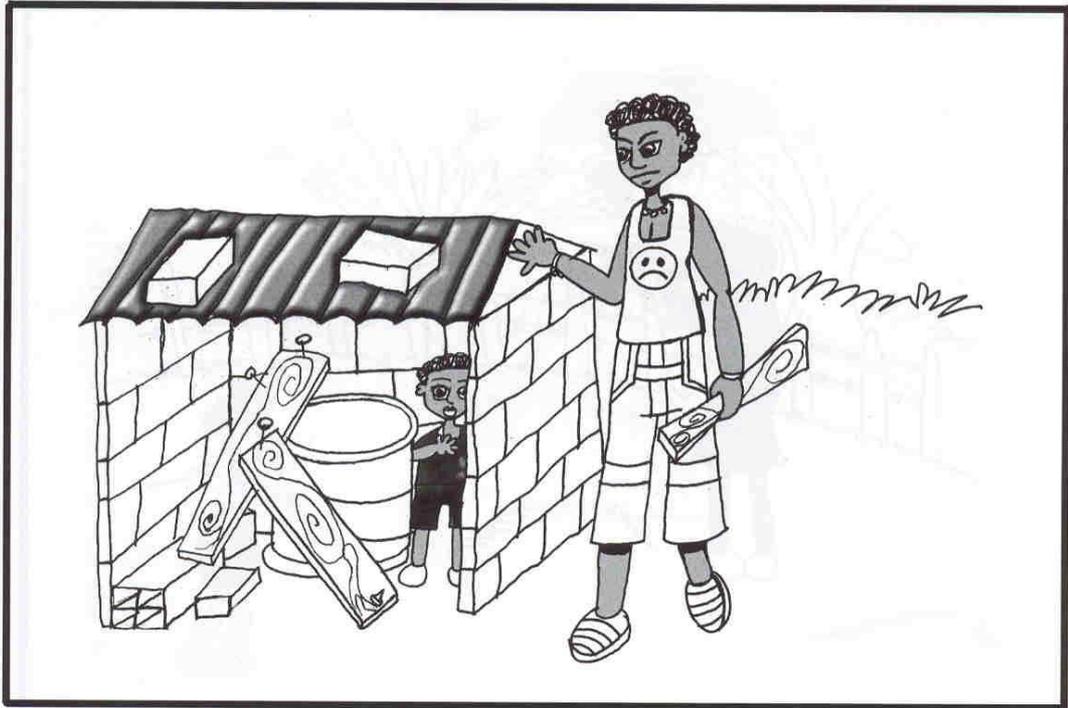
# MENSAJES CORPORALES

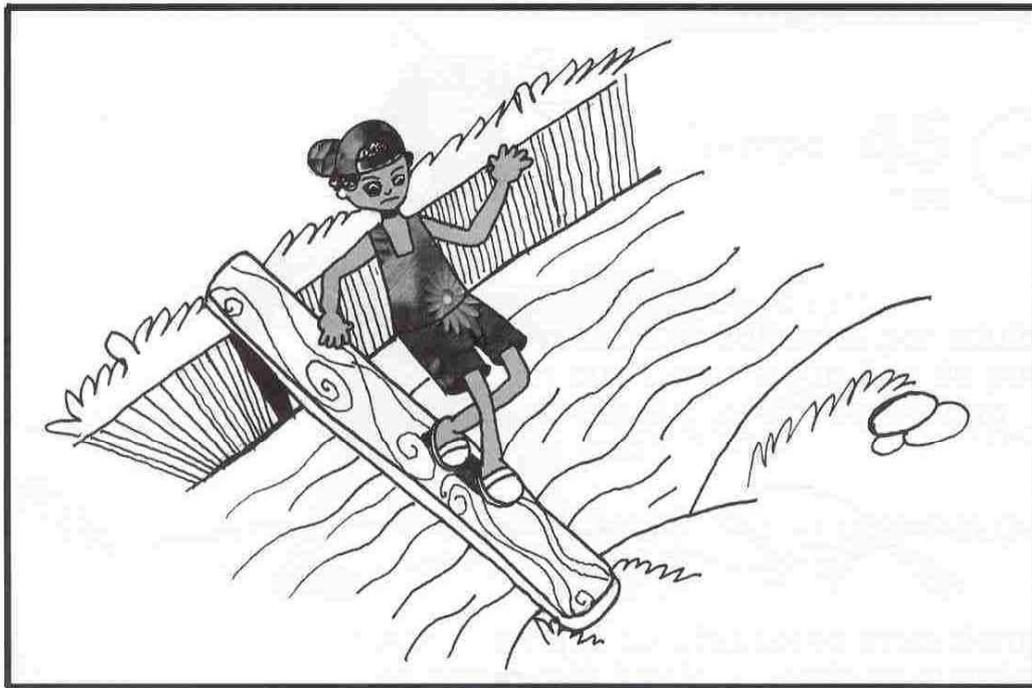
## DEFINICIÓN

Reacciones que siente el cuerpo al recibir información ya sea con palabras o acciones.











## Actividad 12

# Trucos, engaños, sobornos, chantajes, amenazas.

### Recuerde que...

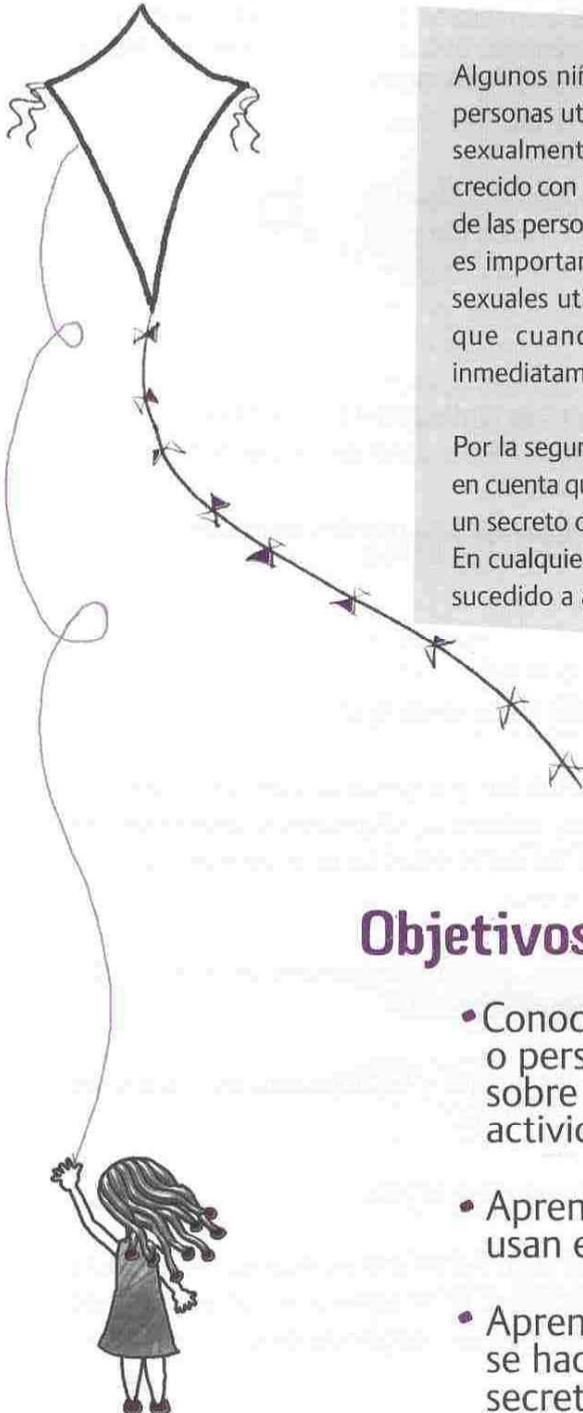
Algunos niños o niñas tienen dificultades para creer que ciertas personas utilizan su poder para manipularlos, engañarlos y abusar sexualmente de ellos, especialmente si los niños y las niñas han crecido con la idea de que hay que obedecer ciegamente la autoridad de las personas mayores. Por lo tanto, para prevenir el abuso sexual es importante que los niños y las niñas sepan que los agresores sexuales utilizan tácticas como las explicadas en este ejercicio y que cuando esto ocurra deben informarle a un adulto inmediatamente.

Por la seguridad de los niños y las niñas, es importante que tengan en cuenta que los regalos pueden ser usados para hacer que guarden un secreto o que permitan ser tocados de una manera inadecuada. En cualquiera de estas situaciones deben rechazarlos y contarle lo sucedido a alguien que pueda ayudarlos.

Tiempo **45** minutos 

### Objetivos

- Conocer las tácticas utilizadas por adultos o personas que tienen algún tipo de poder sobre ellos, para hacerlos cooperar en actividades inapropiadas
- Aprender a identificar a las personas que usan estas tácticas
- Aprender que tácticas como éstas siempre se hacen más fuertes cuando se guarda el secreto.



## Descripción de la Actividad

Explicar y dar ejemplos a los niños y las niñas del significado de las palabras: trucos, engaños, sobornos, chantajes y amenazas, utilizando situaciones hipotéticas y ejemplos ilustrados en tarjetas.



## Materiales

- Tarjetas de dibujos
- Definiciones
- Situaciones

## Preparación

- Fotocopiar y recortar las tarjetas con dibujos.
- Para que tengan mayor duración se pueden laminar con plástico.
- Escribir las situaciones en papeles separados.

## Pasos a Seguir



1.

Los participantes se sientan en un semicírculo.

2.

El facilitador da una definición y explicación de las siguientes palabras: trucos, engaños, sobornos, chantajes y amenazas. Se explica que la mayoría de las veces estas tácticas de manipulación están acompañadas del secreto.

3.

Los participantes contribuyen contando experiencias relacionadas con cada uno de los términos explicados.

4.

Se colocan las tarjetas de los dibujos y las hojas con las situaciones en el centro del círculo boca a bajo.

5.

Al azar los participantes toman una tarjeta.

6.

Uno por uno los niños y las niñas hacen una explicación de la tarjeta y entre todos buscan soluciones. En el tablero se van escribiendo todas las posibles soluciones que van surgiendo de la conversación.

- 7.** Al finalizar la sesión, se puede evaluar la actividad, pidiéndole a cada niño que escoja entre las soluciones escritas en el tablero la que más le haya gustado y que explique porque esa solución fue la que más le gusto.

Nota: Si el número de tarjetas es menor que el número de niños, se puede trabajar en parejas.

- 8.** Al finalizar la sesión, el facilitador puede hacer preguntas para evaluar la sesión como:
- ¿Qué aprendieron de la experiencia?
  - ¿Por qué no se debe mantener en secreto los engaños, chantajes o sobornos?
  - ¿Qué fue lo que más les gusto de la sesión?
  - ¿Qué fue lo que menos les gustó?

## Definiciones

### Sobornar

Inducir o hacer que una persona obre mal haciendo uso de regalos. Un soborno se distingue de un regalo porque alguien espera algo de ti en recompensa.

### Engañar

No decir la verdad o hacer creer a otra persona algo que es falso.

### Truco

Procedimiento ingenioso para mentir y engañar a otra persona. Hacer una trampa para engañar a una persona.

### Amenazar

Dar a entender con palabras o actos que si la persona no hace lo que se le pide se le va a causar un daño.

### Chantaje

Consiste en obtener dinero, favores o algún provecho amenazando con revelar algo en forma escandalosa o con hacer cualquier otro daño.

## Situaciones

- Son las 10 de la noche. Zulema manda a su hija Sonia de 9 años a pedir azúcar a la vecina para terminar un pastel. Sonia toca la puerta y sale Don Mario, ella pregunta por la Sra. Rosa pero Don Mario le dice que todos han salido, pero que pase a la casa y él le dará el azúcar. Sonia no está muy segura si entrar a la casa. Don Mario insiste y le dice a la niña que tiene golosinas para darle.
- Don Francisco siempre invita a Carlos de 12 años a ver el fútbol, además le hace regalos. Como Carlos tiene muchos hermanos, Don Francisco constantemente le dice que no le cuente a los otros hermanos que Carlos es su favorito. Carlos se siente contento, lo único que no le gusta es que Don Francisco le coloca la mano en el hombro, de vez en cuando lo abraza y le mira mucho. Don Francisco dice a Carlos que si es obediente siempre lo va a cuidar y le dará dinero.
- Rosario de 13 años se quedó en la escuela después de las clases. A la salida Manuel, que ayuda haciendo la limpieza de los salones de clase, ve a Rosario y le pide que se quede hasta que él termine su trabajo y la acompañará a su casa. Rosario se queda dudando, Manuel insiste ofreciéndole comprar helados y golosinas.
- Ana y Juanita de 9 y 10 años, en el camino de la escuela a la casa, ven a una pareja que les sonrío y las mira mucho. La pareja se ve muy elegante y parece muy amable. Ana y Juanita la han visto ya varias veces y siempre está en el mismo lugar. Pasan unas semanas y un día la pareja se acerca a Ana y a Juanita y les dice que son muy bonitas y que podrían trabajar como modelos para una revista muy famosa. La pareja además les dice a las dos niñas que ganarían mucho dinero y esta es una oportunidad para que ayuden a sus familias.

