

GUÍA

CONVIVENCIA ESCOLAR Y CONVIVENCIA DIGITAL



Inteligencia Emocional, Educación para la Paz y buen uso
de las Tecnologías de Información y Comunicación

Guía de convivencia escolar y convivencia digital : inteligencia emocional, educación para la paz y buen uso de las tecnologías de información y comunicación / María del Pilar Castro Verde ... [et al.] ; Coordinación general de Patricia Alejandra Rodríguez Aguirre ; Editado por María del Pilar Castro Verde ; Prólogo de María Eugenia Scocco. - 1a edición especial - Córdoba : Universidad Siglo 21, 2024.
Libro digital, PDF

Archivo Digital: descarga y online

ISBN 978-631-90229-8-8

1. Inteligencia Emocional. 2. Educación Extraescolar. 3. Actividades Escolares. I. Castro Verde, María del Pilar, ed. II. Rodríguez Aguirre, Patricia Alejandra, coord. III. Scocco, María Eugenia, prolog. CDD 371.78

Convivencia Digital

Téc. Castro Verde, María del Pilar.

Téc. Morzán, Liliana.

Téc. Soria, María Guadalupe.

Convivencia Escolar

Téc. Arrudi, Camila Micaela.

Téc. Maggioni, Laura.

Educación para la Paz

Téc. Candido, María Rosa.

Coordinación y supervisión

Prof. Dra. Rodríguez Aguirre, Patricia Alejandra.

Edición

Téc. Castro Verde, María del Pilar

Se permite la copia parcial o total, en papel o en formato digital, de los contenidos de este libro siempre y cuando se respete la autoría del texto y se cite la presente obra. Se permite la generación de obras derivadas siempre que no se haga con fines comerciales. Tampoco se puede utilizar la obra original con fines comerciales.

Prólogo

Una sociedad que persigue la paz como modo de vida y el desarrollo de las personas que la componen, habilita espacios, formaciones, procesos y lógicas que persiguen el bienestar, la calidad de vida, la equidad, la sustentabilidad y la justicia social. Los entornos educativos son los nodos centrales de un entramado y complejo ecosistema cultural. Estos, conforman esas usinas en donde los aprendizajes desarrollados y logrados, sinergizan con y a sus protagonistas.

Siguiendo lo que plantea Martin Seligman, la Psicología Positiva se presenta como uno de los paradigmas que permite mediante el modelo PERMA leer realidades sociales complejas, delimitar ecosistemas de bienestar y generar herramientas de intervención profesional que favorezcan la vida y los vínculos saludables. Las emociones y las relaciones positivas se construyen y, por lo tanto, son objeto de aprendizaje; el involucramiento y compromiso de las partes en vínculos de confianza mutua y empatía, así como el diseño de propósitos y metas, generan la consolidación de logros en materia de bienestar.

La Educación Positiva y emocional que se articulan con las declaraciones compartidas se convierten en escenarios ricos para prácticas profesionales y educativas. A su vez, estas prácticas aportan y definen culturas institucionales vitales para las comunidades de aprendizajes. A través de la responsabilidad y el sentido ético se logra comprender que solo el esfuerzo comunitario e interdisciplinario permite la salud integral del sistema y sus partes.

Nuestras juventudes y niñeces requieren una mirada comprometida, sostenida, profesional y activa en torno a sus necesidades y aprendizajes. Así mismo, las familias diversas y todos los integrantes del ecosistema educativo se ven atravesados por realidades exigidas, básicas, de interacción, introyección y manejo de emociones en ámbitos multiinterpelados por los diferentes registros y recursos tecnológicos. Las diversidades subjetivas, las dimensiones de contexto socio antropológicos, junto a la mediación tecnológica, desplegaron lógicas vinculares complejas que impactan en el desarrollo de todos los sujetos. En este texto psicosocial, todos nos debatimos en pos del bienestar y los aprendizajes positivos.

Las dimensiones de la autopercepción y las herramientas metacognitivas son solo algunos de los aspectos que definen la convivencia saludable en un ecosistema educativo. Aquí los adultos siguen siendo los modelos especulares para compensar, discriminar, disentir, construir entornos que permitan que la institución educativa se convierta en célula de aprendizaje social, para una convivencia ciudadana plagada de responsabilidad, ética y bienestar.

La Universidad Siglo 21, desde su cultura atravesada por el modelo PERMA, arbitra los espacios educativos que son consecuentes con los principios enunciados.

Esta “Guía de Convivencia Escolar y Digital” es el resultado de un trabajo profesional de calidad académica que desde la Carrera Tecnicatura en promoción comunitaria en infancia y adolescencia, que su Directora, Evangelina Pérez habilitó y acompañó con su liderazgo sostenido e inspirador. La Profesora Patricia Rodríguez Aguirre, en este caso, de la materia Seminario de Práctica Profesional, desplegó desde un ámbito de aprendizaje múltiples instancias innovadoras, disruptivas, profesionales, consistentes y fuertes desde lo teórico técnico, con una lógica interna epistemológica de gran valía.

Las egresadas, Ma. del Pilar Castro Verde, Camila Arrudi, Ma. Rosa Candido, Laura Maggioni, Liliana Morzan y Ma. Guadalupe Soria, hicieron de un espacio de extensión universitaria -PAT, Proyecto Académico Transversal- lo propio en materia de servicio profesional. Ellas no se quedaron ahí y transformaron la experiencia en esta producción para colaborar no solo con la comunidad del Instituto Juan Pablo II de Córdoba, sino poniendo a disposición un material profesional que amerita transferencias y las inherentes adecuaciones de contextos para otros colegas.

Trabajar por la paz, la sana convivencia y el abordaje de los escenarios presentes y futuros para nuestras comunidades nos hace fuertes, nos empodera. Las contribuciones no solo son de aprendizajes, sino de aquellos vínculos y propósitos que fortalecen los ecosistemas sociales que aportan desde el trabajo, la disciplina, el profesionalismo y el accionar interdisciplinario a la diversidad y sustentabilidad del planeta.

Los invito a recorrer esta producción inspiradora, nutrido de importantes desarrollos de conocimiento asociados a la convivencia escolar y digital. No solo se ha tenido en cuenta la mirada de una lógica cotidiana abordable ad hoc, sino que, se ha tenido en cuenta los espacios educativos en sus múltiples dimensiones y facetas, que contribuyó al desarrollo de procesos extensivos y diversos.

Resalto el detalle, la precisión académica en el desarrollo de las herramientas compartidas; un abanico de posibilidades que agradecemos los profesionales educativos para abordar, implementar, modificar y cocrear nuevas estrategias.

Sean bienvenidos a una producción que más que una “guía” se convierte en una invitación para siempre volver a mirar los ecosistemas educativos, revisas prácticas profesionales, repensar estrategias y de manera conjunta seguir trabajando en pos de la paz, la equidad y la justicia social; así desde lo pequeño de una emoción positiva que genera ese vínculo que trae bienestar, me relaciono con el otro desde la empatía, un buen propósito, me comprometo y los logros se hacen realidad, siempre en comunidad.

Ma. Eugenia Scocco

Decana Cs. Humanas y Sociales, Universidad Siglo 21

Índice

| | |
|---|----|
| Presentación del Proyecto y Agradecimientos | 10 |
| Introducción | 12 |
| Convivencia Escolar | 16 |
| Marco Referencial | |
| 1. Convivencia Escolar | 17 |
| 2. Inteligencia Emocional..... | 19 |
| • Inteligencia Emocional: Definición y Características..... | 19 |
| • Cerebro Racional vs. Mente Emocional | 20 |
| • Componentes de la Inteligencia Emocional | 20 |
| 3. Convivencia y Emociones | 20 |
| 4. Afianzar las Competencias Metacognitivas | 21 |
| • La importancia de la autopercepción de competencia personal..... | 21 |
| 5. Programa de Inteligencia Emocional para la Convivencia Escolar | 23 |
| • Las Tres Dimensiones que influyen en el Comportamiento | 24 |
| - Dimensión Cognitiva | |
| - Dimensión Emocional | |
| - Dimensión Conductual | |
| 6. Construyendo Paz en las Aulas para la Convivencia Escolar..... | 25 |
| Actividades sobre convivencia escolar y educación para a paz | |
| Objetivos de las actividades..... | 27 |
| Nivel Inicial | 28 |
| • Estrategias Pedagógicas | 28 |
| 1. Carrera de Valores..... | 28 |
| 2. Actividades para aprender a Gestionar las Emociones | 29 |
| - Definiciones y Diferencias entre los cuentos y juegos | |
| 3. Cuentos | 31 |
| a. Cuatro cuentos de Emociones para niños..... | 31 |
| b. El monstruo de colores | 34 |
| c. El globito Guillermo..... | 35 |
| 4. Juegos | 37 |
| a. Música, Pintura y Emociones..... | 37 |

Índice

| | |
|---|----|
| b. Teatro de las Emociones..... | 37 |
| c. Botella de la Calma (Montessori) | 40 |
| d. Rincón de las Emociones..... | 42 |
| Nivel Primario | |
| 1. Actividades para expresar y calmar las emociones..... | 42 |
| a. Tarjetero o Diario de las Emociones..... | 43 |
| b. Registro de Reflexión Mensual..... | 44 |
| 2. Audiovisuales: Sentimientos Compartidos..... | 46 |
| 3. Juego Grupal: Dinámica del Ovillo | 48 |
| 4. Rincón de las Emociones | 48 |
| 5. Comecocos de Emociones..... | 49 |
| 6. Juegos de Emociones Interactivos..... | 51 |
| Nivel Secundario | |
| 1. Actividades que fortalecen las emociones y la empatía | 53 |
| a. Juego Grupal: Dinámica del Ovillo..... | 53 |
| b. Actividad Grupal: “El Puente” | 53 |
| 2. Actividades para construir la Paz en las Aulas..... | 55 |
| a. Dado de la Paz..... | 55 |
| b. Banco de la Paz en los Recreos..... | 60 |
| Convivencia Digital | 63 |
| Marco Referencial | |
| 1. Convivencia Digital..... | 64 |
| 2. El uso de pantallas en los primeros años de desarrollo | 65 |
| • Tiempo de exposición recomendado..... | 65 |
| • Pautas para el uso de pantallas..... | 65 |
| 3. Huella Digital | 66 |
| 4. Cyberbullying o Ciberacoso..... | 69 |
| • ¿Qué características presenta? | 70 |
| • Diferencias entre Acosador y Víctima | 70 |
| • ¿Qué lo diferencia del acoso tradicional? | 70 |
| • ¿Qué puedo hacer ante casos de ciberacoso?..... | 71 |
| 5. Pornografía Infantil..... | 71 |

Índice

| | |
|---|----|
| • Grooming | 71 |
| • Sexting | 72 |
| • Medidas de prevención ante Grooming y Sexting | 72 |
| • ¿Qué puedo hacer frente a un delito informático? | 73 |
| 6. Problemas psicológicos y académicos asociados al uso de las TIC..... | 74 |
| • Efectos del uso de pantallas en niños y adolescentes..... | 75 |
| - Impacto positivo | |
| - Impacto negativo | |

Actividades sobre convivencia digital y buen uso de las tecnologías de información y comunicación

| | |
|-----------------------------------|----|
| Objetivos de las actividades..... | 76 |
|-----------------------------------|----|

Nivel Inicial

| | |
|---|----|
| 1. ¿Cuándo puedo usar el celular? Aprendemos juntos | 77 |
| 2. Si me encuentro un monstruo..... | 81 |
| 3. Memo.net..... | 84 |
| 4. Ni con el celu, ni sin él..... | 86 |

Nivel Primario

| | |
|-------------------------------------|----|
| 1. Dejemos una huella | 89 |
| 2. El monstruo de la pantalla | 89 |
| 3. Las dos caras del internet..... | 92 |
| 4. Mi Avatar y yo..... | 93 |
| 5. Reflexionamos juntos..... | 96 |

Nivel Secundario

| | |
|--|-----|
| 1. Buscando la propia huella..... | 98 |
| 2. Huella digital y la búsqueda laboral..... | 101 |
| 3. Imaginamos..... | 103 |
| 4. Campaña contra el Cyberbullying | 104 |
| 5. Si no lo decís en la cara, ¿Por qué hacerlo por internet? | 107 |

| | |
|---|-----|
| Conclusiones y Reflexiones Finales..... | 111 |
|---|-----|

| | |
|-------------------|-----|
| Bibliografía..... | 113 |
|-------------------|-----|

Presentación del Proyecto y agradecimientos

El presente documento es el resultado de un Proyecto de Extensión impulsado por el Centro de Sustentabilidad Social de la Universidad Siglo 21 para una Institución educativa. Estos proyectos, conocidos como PAT (Proyectos Académicos Transversales) o también llamados "Proyectos de articulación entre cátedras -materias- y organizaciones de la sociedad civil". Tienen como objetivo poner foco en la resolución de demandas sociales reales; para poder diseñar espacios de aprendizaje e intervención disciplinar por parte de los/as estudiantes en estos escenarios, con acompañamiento docente; y con una duración cuatrimestral.

Este PAT, fue llevado adelante por egresadas y la docente de la cátedra de Seminario de Práctica Profesional de la Tecnicatura en Promoción Comunitaria de Niñez y Adolescencia de la Universidad Siglo 21, y llevó como título: **"Abordajes para la convivencia escolar en el Instituto Juan Pablo II- perteneciente a la Asociación Hombre Nuevo- ubicado al sureste de la ciudad de Córdoba"**.

De esta manera, se propuso brindar herramientas teóricas y prácticas en -guías con ejemplos y herramientas- sobre la convivencia escolar y la convivencia digital, que fueran destinadas a docentes, alumnos y padres. Tomando marcos referenciales desde las disciplinas de la sociología de la infancia, psicología social y antropología cultural; al igual que sumando la perspectiva de la educación positiva y la educación emocional. Asimismo, se compartieron con los/as autoridades y docentes de la Institución Educativa Juan Pablo II, experiencias de otras instituciones, como herramientas conceptuales y pautas didácticas que pudieran trabajar con sus alumnos y las familias de la zona, logrando modificar comportamientos individuales y sociales.

Por otra parte, ha sido nuestra intención hacernos eco de aquellos objetivos que definen nuestra elección -profesional y vocacional-, creyendo en que es posible aportar estrategias de acción e intervención que puedan abordar la convivencia escolar y digital. Logrando de esa manera mejorar la calidad de los vínculos para que impacten también en los aprendizajes de los niños/as y adolescentes del Instituto Juan Pablo II.

Esperando a futuro, llegar con nuestro documento final, a toda la comunidad educativa de la zona de influencia del Instituto Juan Pablo II -y más allá también-. A la vez que poder contribuir desde las actividades sugeridas de esta guía a una reflexión y un cambio o transformación conjunta entre (docentes, padres, alumnos y autoridades) para que redunde en las

prácticas y cultura institucional, y que puedan resolver los conflictos que surjan en el ámbito educativo.

Desde ya muchas gracias a las autoridades y docentes del Instituto Juan Pablo II (por su disponibilidad y compromiso desde el primer momento), y a la Universidad Siglo 21 (el Centro de Sustentabilidad Social, y la Tecnicatura en Promoción Comunitaria en Niñez y Adolescencia) por la posibilidad y confianza que depositaron en nosotras para elaborar estas guías.

**Tecnicatura en Promoción Comunitaria
de Niñez y Adolescencia**

Introducción

Para realizar este Proyecto Académico Transversal en el Instituto Juan Pablo II, nuestra primera tarea fue contextualizarlo. La institución se encuentra ubicada al Sureste de la ciudad de Córdoba Capital de la provincia de Córdoba, en un sector que incluye los barrios: Ampliación Primero de Mayo, Villa Boedo, Villa Bustos, Cooperativa 16 de Abril, Deán Funes, San Lorenzo y Ciudad Evita.

Muchos de estos barrios han visto acrecentar su población en los últimos años, creciendo también las condiciones de vulnerabilidad de la comunidad. La importancia de realizar un diagnóstico nos permitió conocer que la población de la zona ascendía a más de 40.000 habitantes. Al incrementar la población cercana al instituto, también había crecido la matrícula del mismo y el personal docente para adecuarse a las nuevas demandas. Estas nuevas condiciones pusieron de manifiesto la necesidad de revitalizar y readecuar la visión y la misión del Instituto.

Con la llegada de la pandemia durante los años (2020-2021) se intensificó el uso de las herramientas digitales, resaltó el interés por parte de docentes en formarse y compartir con los/as estudiantes aspectos relacionados a la convivencia escolar y digital. Así fue que comenzamos a trabajar con estas guías, para generar un contexto de encuentro entre docentes y miembros de la institución educativa, que consideramos favorable como instancias que pudieran contribuir favorablemente a las mejoras en el clima organizacional.

Desde ya, reconocer que la Pandemia cambió la cotidianeidad de los niños/as y adolescentes, al igual que los vínculos y comportamientos, es fundamental para entender que se comenzó a hablar de vínculos no verticales, sino horizontales, e interacción de los pares, en vez solo de socialización (William Corsaro, 2011). Donde los diálogos llevaron a cuestionar a la autoridad, y a las prohibiciones y tabúes. Mientras que los proyectos educativos modernos del "contrato" alianza escuela-familia se encuentran en revisión desde hace tiempo (Narodowski, 1996), y hoy la complejidad que implica resolver conflictos en las familias y escuelas, muestran la apertura hacia repertorios culturales que exceden lo escolar.

Es debido a todo esto que la clave es **aprender a convivir**. Esto se transforma en un objetivo necesario y fundamental para el desarrollo integral de la personalidad de los niños/as y adolescentes. La convivencia con las personas que nos rodean exige un ejercicio de desarrollo y madurez personal que no resulta nada fácil.

De acuerdo a las evidencias proporcionadas por los numerosos estudios que se han reali-

zado en las escuelas, acerca de la violencia escolar, el acoso entre estudiantes y otros problemas de disruptividad; queda expuesto que alteran la necesaria convivencia pacífica que debe caracterizar la vida diaria en el aula. En los últimos años, esta problemática, ha sido informada por numerosas instituciones. Por ejemplo, podemos mencionar los Informes del Defensor del Menor (2000, 2007), y los Observatorios para la Violencia Escolar, entre otras investigaciones, etc.

Las Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) han cambiado la forma de relacionarse y hasta convivir dentro de las familias, ya sea en la sociedad y con las escuelas, al igual que se ha modificado nuestra vida cotidiana, trayendo consigo nuevos comportamientos sociales e individuales. Por ello, no podemos negar que la virtualidad es hoy un medio de socialización, sin importar la edad que tenga el usuario que disponga de algún dispositivo electrónico, y que tendrá a la mano múltiples opciones para comunicarse con otros pares (sean redes sociales, blogs, aplicaciones de mensajería, videollamadas, y videojuegos, entre muchas otras).

Con esta afirmación presente, se vuelve crucial el conocer los aspectos positivos que brinda el acceso a internet y sus facilidades. Pero también es necesario tener en cuenta sus riesgos y posibles consecuencias cuando no se las utiliza de forma adecuada y para que la experiencia de utilizar esta herramienta innovadora, sea lo más segura y enriquecedora posible, adaptable a la edad que corresponda y a las necesidades que se deban cubrir (estudio, trabajo, ocio, etc.).

Por otra parte, en la comunidad educativa, **convivir pacíficamente** exige aprender a relacionarse con quienes se comparte diariamente algo en común: el alumnado y el profesorado. En el caso de las relaciones entre iguales: alumno-alumnos y de las relaciones alumnos-adultos-profesores, en el actual escenario que constituye el centro escolar, que exige poner en funcionamiento una intervención psicopedagógica dirigida expresamente a la prevención de la conflictividad y del acoso y a lograr un aprendizaje de la convivencia escolar, de igual manera que se enseña cualquier otra área del currículum ordinario: Lengua, Matemáticas, Idioma, etc. Esto se debe a que, este escenario escolar no es ajeno a una forma de condicionamiento que constituye una representación de la realidad caracterizada por la percepción de lo que está permitido y programado, y lo que valoramos también de acuerdo con los cánones consentidos como es el caso de los mitos o falsas creencias (“Estas cosas pasan siempre y todos lo hemos vivido alguna vez”; “Son cosas de niños y de jóvenes”; “No es para tanto”; “Estas experiencias los hacen más fuertes para la vida”; “Algo han hecho para que se la tomen con ellos”; “Yo no soy un delator o soplón para denunciar a mis compañeros”) (Carozzo, 2010, citado en Vallés, 2008).

Sin embargo y lamentablemente, este aprendizaje «curricular» de educación para la convivencia no tiene un desarrollo equiparable en medios, recursos y temporalización a las materias anteriormente reseñadas. Pero la exigencia está presente.

Es necesario que los alumnos aprendan contenidos «convivenciales» y «relacionales» para

alcanzar las competencias cognitivas, sociales y emocionales que son necesarias para convivir pacíficamente en el centro escolar, constituyendo esta convivencia un marco para el desarrollo integral de su personalidad. Consecuentemente con todo ello, abordamos desde estas **guías**, reflexiones y contribuciones que la educación emocional puede ofrecer a la prevención del acoso, y la conflictividad en general, mediante la educación de las dimensiones cognitivas, emocionales, sociales, conductuales y de autocontrol de los alumnos.

Por ello, el objetivo general de esta guía es, que toda la comunidad educativa tuviera un documento al que acudir para poder trabajar los distintos fenómenos que se les presenten ante el uso de las TICs, con la **Convivencia Digital**, y con la **Convivencia Escolar**. Además de recopilar algunas actividades que sean de ayuda para que los alumnos puedan desaprender malos hábitos en su uso cotidiano, como así también desarrollar un consumo cotidiano más responsable, que les ayude en su crecimiento, explotando al máximo las características positivas que este nuevo medio tiene para ofrecer y valorando comportamientos y conductas de respeto en lo escolar, y no aceptando la discriminación, ni el bullying.

Mientras que los objetivos específicos de la **Convivencia Escolar** fueron:

Nivel Inicial: que los niños reconozcan el significado de cada valor y emoción, pudiendo gestionarlos a través de cuentos y juegos. Aprendiendo a desarrollar, reflexionar, practicar y poner a prueba dichas emociones; desarrollando así habilidades, destrezas intelectuales, motoras y sociales. Estimulando la calma, para poner en práctica la escucha activa, formándose cómo niños que piensen y sientan libremente.

Nivel Primario: Fomentar el autoconocimiento y conciencia de las propias emociones, y aprender a vivir dichas emociones y sentimientos sin reprimirlos, favoreciendo así la autoestima de cada niño para crear un ambiente de confianza. Fomentar la importancia de los vínculos, desarrollar competencias emocionales, implementar la creatividad y expresión de sentimientos que les producen las diferentes situaciones que viven a diario. También, desarrollar una disciplina positiva, donde cada alumno pueda hablar de lo que siente y analizar lo que le pasa con total libertad, tanto en la escuela como en su hogar.

Nivel Secundario: Fortalecer las emociones y la empatía, favorecer la autoestima, fomentar la cooperación y mediar en los conflictos que puedan surgir. Además, reforzar la expresión de las emociones y comunicación, hacer crecer la imaginación, poder registrar sensaciones, fomentar el diálogo entre grupos de pares, animar a la reflexión y promover el derecho a vivir la adolescencia en paz y armonía.

Los objetivos específicos de la **Convivencia Digital** fueron:

Nivel Inicial: Trabajar desde la prevención. Aprender a diferenciar en qué momentos es correcto utilizar dispositivos electrónicos y cómo se deben respetar ciertos momentos de la rutina diaria (como el comer o irse a dormir). Además, los más pequeños podrán interiorizar acciones de prevención básicas al usar la tecnología, como el hacerlo siempre en compañía

de adultos, o respetar el tiempo de uso.

Nivel Primario: Reconocer algunos conceptos propios del ámbito digital, trabajar en identificar los riesgos posibles sujetos al utilizar internet, y aprender de ellos para elaborar e interiorizar acciones preventivas cuando se expongan al uso de diferentes tecnologías. Abrir también, espacios de reflexión acordes a la edad de los alumnos sobre el contenido que pueden llegar a compartir en internet.

Nivel Secundario: Identificar situaciones de riesgo propias del uso de internet (como el Grooming o Sexting), reflexionar sobre la información que se comparte en redes y su impacto (por ejemplo, al realizar una búsqueda laboral), incorporar pautas de convivencia y respeto en la interacción digital, y revertir situaciones de agresión, discriminación, hostigamiento o discurso de odio por medio de la empatía (nunca con violencia), reconociendo qué efecto pueden tener las conductas agresivas propias.

Por último, el método que se siguió para el armado de las guías fue de una **revisión bibliográfica**, con fuentes secundarias y documentales, tanto para las definiciones y marco teórico, como para las actividades didácticas y lúdicas. Y donde la estructura de esta guía se organizó de la siguiente manera: **primera parte de definiciones y actividades prácticas de Convivencia Escolar y Convivencia para la Paz**. Y una **segunda parte**, sobre definiciones y actividades lúdicas y prácticas de **Convivencia Digital**.

CONVIVENCIA ESCOLAR Y EDUCACIÓN PARA LA PAZ

Arrudi, Camila Micaela.

Candido, María Rosa.

Maggioni, Laura.

Prof. Rodríguez Aguirre, Patricia Alejandra.



1 | CONVIVENCIA ESCOLAR

La Ley N° 20.536 sobre violencia escolar, publicada el 17 de septiembre de 2011, define la convivencia escolar como la “coexistencia armónica de los miembros de la comunidad educativa, que supone una interrelación positiva entre ellos y permite el adecuado cumplimiento de los objetivos educativos en un clima que propicia el desarrollo integral de los estudiantes” (Ley sobre Violencia Escolar, párrafo 3, 2011).

En este sentido, se entiende por convivencia a la potencialidad que tienen las personas para vivir con otros, en un marco de respeto mutuo y solidaridad recíproca. La convivencia escolar se genera en la interrelación entre los diferentes miembros de la comunidad educativa, de un establecimiento educacional, que tiene incidencia significativa en el desarrollo ético, socioafectivo e intelectual de los niños y jóvenes.

Dicha concepción no se limita solo a la relación entre las personas, sino que incluye las formas de interacción entre los diferentes estamentos que conforman la comunidad educativa, por lo que constituye una construcción colectiva y es responsabilidad de todos quienes participan del proceso educativo (profesores, estudiantes, padres y apoderados, asistentes de la educación). Vivir y convivir con otros en armonía supone el respeto a las ideas y sentimientos de los demás, la tolerancia frente a las diferencias, la aceptación y valoración de la diversidad, la solidaridad, reciprocidad, y cooperación mutua en función de objetivos comunes.

La convivencia escolar tiene un enfoque formativo, y por lo mismo se considera la base de la formación ciudadana, constituyendo un factor clave de la formación integral de los/las estudiantes. Los profesores/as deben enseñar y los/las estudiantes aprender una suma de conocimientos, habilidades, valores y principios que les permitan poner en práctica el vivir en paz y armonía con otros; es por eso que la gestión formativa de la convivencia escolar constituye la forma más efectiva de prevención de la violencia escolar.

Dado que la experiencia/vivencia de la convivencia escolar es un espacio/momento de formación de ciudadanía, no solo involucra a los estudiantes, sino a todos los integrantes de la comunidad educativa, debiendo ser ejercitada por los profesores/adultos, para ser enseñada, aprendida, y ponerla en práctica en todos los espacios formales e informales de la vida escolar.

Una convivencia escolar sana, armónica, sin violencia, incide directamente en la calidad de vida de todos los miembros de la comunidad educativa, en los resultados de los aprendizajes, en la gestión del conocimiento y en el mejoramiento de la calidad de la educación. Relacionarse con otros en paz es el fundamento de una convivencia social democrática, la cual se constituye en un aprendizaje que debe ser intencionado desde las prácticas pedagógicas, tanto en el aula como fuera de ella, asumiéndola como una tarea educativa/formativa que es de responsabilidad de todos los miembros de la comunidad escolar.



Dado que la experiencia/vivencia de la convivencia escolar es un espacio/momento de formación de ciudadanía, no solo involucra a los estudiantes, sino a todos los integrantes de la comunidad educativa, debiendo ser ejercitada por los profesores/adultos, para ser enseñada, aprendida, y ponerla en práctica en todos los espacios formales e informales de la vida escolar.

Una convivencia escolar sana, armónica, sin violencia, incide directamente en la calidad de vida de todos los miembros de la comunidad educativa, en los resultados de los aprendizajes, en la gestión del conocimiento y en el mejoramiento de la calidad de la educación. Relacionarse con otros en paz es el fundamento de una convivencia social democrática, la cual se constituye en un aprendizaje que debe ser intencionado desde las prácticas pedagógicas, tanto en el aula como fuera de ella, asumiéndola como una tarea educativa/formativa que es de responsabilidad de todos los miembros de la comunidad escolar.

2 | INTELIGENCIA EMOCIONAL

La inteligencia, explica Borrego Polo (2010), es la capacidad de adaptación y de brindar solución a los problemas que se presentan en el contexto. Las teorías antiguas consideraban que la inteligencia estaba compuesta por una única variable. Esta era medida por el coeficiente intelectual. Luego, las teorías se fueron diversificando, y así surgieron los enfoques plurifactoriales (inteligencia formada por diversas capacidades). Entre estos, está la teoría de las inteligencias múltiples de Gardner (lógico-matemática, lingüística, espacial, corporal-quinésica, naturalista, musical, interpersonal e intrapersonal).

Borrego Polo (2010), plantea que la inteligencia emocional puede ayudar a controlar aquellas emociones que son más negativas y potenciar a las positivas (Habilidades sociales básicas y avanzadas. Entrenamiento en Habilidades Sociales, 2021)

Inteligencia Emocional: definición y características

Definimos la Inteligencia Emocional como la capacidad de entender las emociones ajenas, comprender las nuestras propias y gestionar nuestros estados sentimentales. Cualidades como la empatía, el control emocional, la motivación o las habilidades sociales forman parte de un espectro de capacidades comprendidas dentro del nicho de la Inteligencia Emocional (Componentes emocionales de las habilidades sociales. Entrenamiento en Habilidades Sociales,



Cerebro racional vs mente emocional

Si hay algo que define al ser humano, es su capacidad de razonar y reflexionar acerca de todo lo que le rodea. Sin embargo, no siempre es así. En ocasiones, nuestras emociones se adueñan de nosotros provocando situaciones de malestar, tanto personal como social. Podemos decir que cada uno de nosotros tiene dos tipos de inteligencia: la racional y la emocional. Ambas mentalidades se suelen solapar y, a pesar de que funcionen de manera independiente, una no puede actuar sin la influencia de la otra.

Componentes de la Inteligencia Emocional

Goleman (1996) define a la Inteligencia Emocional como una manera de entender los procesos cognitivos, más allá del pensamiento lógico y racional. La describe mediante cinco principios descriptos, nombrados a continuación:

- **Autoconciencia emocional:** la capacidad de comprender nuestros propios estados de ánimo.
- **Autorregulación emocional:** la habilidad para controlar las conductas basadas en impulsos emocionales y, de este modo, adaptarnos mejor a las dinámicas sociales.
- **Motivación:** la capacidad de orientar nuestras energías hacia una meta u objetivo.
- **Empatía:** la cualidad de entender y vivir como propios los estados emocionales de otras personas.
- **Habilidades sociales:** la tendencia a dar siempre la respuesta más adecuada a las demandas sociales del entorno.

3 | CONVIVENCIA Y EMOCIONES

El aprendizaje de la convivencia conlleva necesariamente, como cualquier otra acción humana, un contenido emocional que debe formar parte de la competencia del alumno para relacionarse con los demás. Estas relaciones provocan efectos positivos y negativos (emociones, sentimientos y estados de ánimo), que los alumnos deben aprender a regular.

Nos estamos refiriendo a mostrarse empático, a identificar emociones y sentimientos propios y los de los demás, aumentar su comprensión emocional, y regular reflexivamente las emociones negativas como la ira/enfado/miedo, junto con otros estados de ánimo negativos (odio, desprecio, animadversión, celos) que suelen estar presentes en la conflictividad que se genera en el centro escolar. Este aprendizaje emocional es un reto importante para el profesorado, y demanda de la puesta en práctica de una alfabetización emocional que comple-

mente o se integre en los contenidos de la educación para la convivencia escolar. Indudablemente, todas las personas tienen necesidades emocionales que se consideran básicas, tales como la aceptación, la admiración, el reconocimiento, la seguridad, el afecto, el respeto, etc. Sin embargo, un problema importante en el ámbito de la convivencia escolar es el comportamiento que algunos alumnos manifiestan para intentar satisfacer esas necesidades emocionales.

Muchos comportamientos conflictivos de los alumnos son explicados por una inadecuada gestión de las emociones y por la expresión (tendencias de acción, comportamientos que se derivan del estado emocional) inadecuada e irrespetuosa de las mismas. Cuando un alumno quiere satisfacer la necesidad emocional de sentirse aceptado por el grupo de iguales, y muestra un comportamiento disruptivo, se podría decir que la expresión de su necesidad emocional elegida (hacer tonterías, llamada continua de atención, molestar, interrumpir) es equivocada para la convivencia escolar.

4 | AFIANZAR COMPETENCIAS METACOGNITIVAS

Un reto educativo debería ser que tanto los alumnos conflictivos, problemáticos, con comportamientos disruptivos y también los que no, desarrollaran competencias metacognitivas que les permitiesen formularse estas preguntas:

- **¿Qué puedo hacer yo para satisfacer mi necesidad de ser aceptado, reconocido, querido, respetado?**
- **¿Lo que hago, (mi comportamiento), permite a los demás lo mismo?**
- **Para ser aceptado, querido, reconocido, sentirme seguro, recibir elogio, ser admirado... Puedo optar por: a, b, c, d. (Vallés, 2008).**

Es decir, ampliar la capacidad cognitiva para valorar los comportamientos propios que pueden dar lugar a la satisfacción de dichas necesidades emocionales, y para valorar el alcance

La importancia de la autopercepción de competencia personal

Por otra parte, en este escenario de socialización que es la convivencia diaria, la diversidad de los alumnos, además de sus necesidades emocionales, se manifiesta en aspectos como su autoconcepto y autoestima, rasgos de personalidad, las metas, y afanes personales que dan lugar a sus motivaciones hacia unas u otras tareas.

Todo ello da lugar a las diferentes relaciones interpersonales (relaciones de amistad versus de confrontación). Del mismo modo, la percepción de la competencia personal en los académicos

micos (percepción de competencia en el aprendizaje versus percepción de fracaso escolar) conduce a comportamientos diferenciales en la convivencia diaria.

Así, por ejemplo, con frecuencia los alumnos con baja autopercepción de competencia personal presentan un nivel notable de disruptividad (molestias a los compañeros, negación a hacer la tarea escolar, incumplimiento de las normas de convivencia, olvido de los materiales, etc.).

Desde el punto de vista emocional, es el sentimiento de frustración el que originaría reacciones de hostilidad hacia los demás. La estabilidad emocional es un rasgo de personalidad fundamental (Costa & McCrae, 1997, 1999, citados en Vallés, 2008) para el aprendizaje escolar, y para aprender a tolerar la frustración, ya sea la producida por la no consecución de los objetivos personales, como la provocada por los comportamientos de los demás.

En general, los alumnos que poseen antecedentes de inestabilidad emocional tienen menos posibilidades de resistir los efectos de la frustración, que aquellos que son emocionalmente estables, por lo que un alumno con ansiedad se encuentra en elevado riesgo de manifestar trastornos conductuales asociados a su inestabilidad emocional (Jadue, 2006, citado en Vallés, 2008). Por otra parte, también existen alumnos que son capaces de aprender emocionalmente, desarrollando rasgos de estabilidad personal y emocional, la cual está asociada con la tolerancia a la frustración, como consecuencia de la implementación de programas de educación emocional en el ámbito escolar. El desarrollo de la Inteligencia emocional actúa como factor protector de conductas problema como la violencia, la impulsividad, y el desajuste emocional (Mestre, Guil y Segovia, 2007, citados en Vallés, 2008).

Todos estos componentes cognitivos y emocionales brevemente reseñados, orientan el sentido de las relaciones interpersonales que los alumnos establecen con los demás compañeros, produciéndose relaciones de todo tipo: de dominio-sumisión (especialmente en los casos de acoso escolar), de agresividad, de inhibición (escape, huida, evitación de compañeros), de colaboración/amistad, de indiferencia/aprecio, etc. Estas relaciones interpersonales que se establecen provocan determinados estados de ánimo.

Así, por ejemplo, es fácil imaginar qué emociones y sentimientos se producen en un alumno cuando éste es rechazado por los demás, qué emociones vive un alumno que es acosado, qué sentimientos despierta el alumno que se comporta de modo avasallador, etc.

Esta casuística reseñada está presente en la convivencia diaria en el centro, y forma parte de un aprendizaje que los alumnos deben conseguir. Es necesario educar para esa convivencia emocionalmente inteligente, socialmente respetuosa, y conductualmente facilitadora de las buenas prácticas en las relaciones entre compañeros y con los profesores.

5 | PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR

Se presentan reflexiones generales en torno a la conflictividad en la convivencia, y el fenómeno del bullying en el escenario escolar y ciberespacio, desde la perspectiva del aprendizaje emocional. El programa PIECE (Programa de Inteligencia Emocional para la Convivencia Escolar, Vallés 2008) se presenta como una propuesta de trabajo que engloba las competencias cognitivas, emocionales, sociales y de autocontrol (Vallés, 2006, 2008).

Está constituido por unos contenidos de aprendizaje y práctica aplicada para desarrollar la inteligencia emocional de los alumnos en el ámbito intrapersonal e interpersonal.

Incorpora componentes del ámbito 'Propuestas emocionales para la convivencia escolar'. Mejorando el Autoconcepto y la Autoestima, las Habilidades Sociales, la Resolución de Conflictos, y el Aprendizaje de Valores de respeto a los derechos humanos básicos.

Todo ello dirigido a lograr la plena conciencia emocional, cognitiva y conductual, aplicada a la mejora de la convivencia escolar en los niveles de la Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria. El programa está estructurado en 8-9-10 unidades de trabajo (en función de los niveles educativos) que abarcan las siguientes dimensiones emocionales de:

1. Conocimiento de la propia emocionalidad.

2. Expresión y Vivencia Emocional: De modo personal y socialmente adecuado, respetando los derechos humanos en el marco de la convivencia diaria en el centro escolar.

3. Asociación Pensamiento-Emoción.

4. Conocimiento de la Emocionalidad Ajena: Desarrollo de competencias empáticas.

5. Gestión Inteligente de la Emocionalidad: Autocontrol de la ira, el enfado, la ansiedad y demás estados de ánimo negativos.

6. La Familia como Base del Desarrollo Emocional. (Vallés, 2008)

En torno a estas dimensiones, se desarrollan actividades específicas relacionadas con la educación emocional y las situaciones de relación interpersonal que conforman la vida diaria en los centros de Primaria y de Secundaria.

Aunque el programa PIECE tiene una sólida base emocional, incluye en sus contenidos y propuestas de actividades las tres dimensiones del comportamiento: la cognición, la emoción, y la conducta motora y verbal.

En la base de los comportamientos que alteran la convivencia escolar, se encuentran sesgos cognitivos (percepciones defectuosas, o parciales, interpretaciones sesgadas, errores de

pensamiento, pobreza de recursos lógicos, pensamientos rumiantes, etc.) que dan lugar al acoso escolar, a la indisciplina y a otras alteraciones en la convivencia entre escolares.

Las Tres Dimensiones que influyen en el Comportamiento

Dimensión Cognitiva

El Programa PIECE prepara al alumno para realizar reinterpretaciones de las situaciones de interacción social, para atribuir significados emocionalmente más desarrollados e inteligentes, ya que muchas de las alteraciones de la emocionalidad negativa como el miedo, la ansiedad, la tristeza, la ira, furia, enfado, etc., tienen su origen en cómo los estudiantes perciben actitudes, expresiones faciales y motoras, y el metalenguaje en los demás. El análisis reflexivo acerca de uno/a mismo/a da lugar al desarrollo de la conciencia del sí mismo en el ámbito personal, escolar, familiar, y social (diferentes tipos de Autoconcepto), a la modificación de aspectos mejorables, y valoración positiva del yo (Autoestima) (Vallés, 2008).

Dimensión Emocional

Mediante el PIECE, el alumno tiene la posibilidad de desarrollar su competencia emocional en la adquisición de contenidos conceptuales (referidos a emociones, sentimientos, y estados de ánimo), procedimentales (aprendizaje de estrategias de afrontamiento, especialmente para el control de las alteraciones emocionales), y actitudinales (desarrollo de actitudes ante comportamientos personales e interpersonales que son necesarias en la convivencia escolar, por ejemplo: la prosocialidad y la empatía). El desarrollo de estas competencias emocionales incrementa la inteligencia emocional, necesaria para el bienestar personal y el del conjunto de la comunidad escolar en el marco de la convivencia diaria en el centro educativo (Vallés, 2008).

Dimensión Conductual

El Programa incluye actividades motoras y verbales como el role-play, el ensayo de situaciones de conversación, el autocontrol de respuestas agresivas, y la práctica de expresiones verbales asociadas a pensamientos más adecuados que generan emocionalidad positiva. El desarrollo de las habilidades y destrezas sociales básicas permite al alumno adquirir competencias sociales adecuadas en las relaciones interpersonales. En las tres dimensiones: emocional, cognitiva y conductual, está presente el aprendizaje de valores fundamentado en los Derechos Humanos Básicos como base de la convivencia escolar (Vallés, 2008).

I. Tabla: Dimensiones del Comportamiento



Fuente: elaboración propia basada en el Programa de Inteligencia Emocional para la Convivencia Escolar (Vallés, 2008)

6 | CONSTRUYENDO PAZ EN LAS AULAS PARA LA CONVIVENCIA ESCOLAR

En respuesta al fenómeno de la violencia escolar, situación que se vivencia a nivel mundial, se implementó un proyecto en varias escuelas de Monterrey, México, con el objetivo de fomentar la Inteligencia Emocional en las aulas y su impacto al favorecer la Construcción de Paz. Para ello, el Gobierno Federal ha concedido autonomía a las administraciones estatales para que desarrollen libremente, de acuerdo con sus necesidades locales, la gestión de la convivencia, seguridad, y la violencia en las escuelas, decretando varias leyes al respecto desde el 2004. Las legislaciones contemplan consideraciones y definiciones conceptuales sobre la violencia en el ámbito escolar, así como la regulación de los derechos y obligaciones de los actores que hacen parte de la comunidad escolar.

El propósito fue demostrar que, a través de la intervención con actividades enfocadas al desarrollo de la Inteligencia Emocional, se logró fortalecer la convivencia escolar al interior de las aulas, favoreciendo la construcción de una Cultura de Paz. (Rojas Monedero, 2020).

En las escuelas de Monterrey se fomentaron programas educativos para fortalecer habilidades emocionales en sus estudiantes, para prevenir situaciones de riesgo, como suicidios, adicciones, conductas violentas, actos delictivos, y demás situaciones que se puedan presentar al no tener las suficientes herramientas que les permita tomar decisiones adecuadas en su vida.

Rosaura Rojas Monedero (2020) explica que, "a través del fomento de la educación emocional en las aulas, se logra desarrollar la inteligencia emocional en los estudiantes, contribuyendo a la convivencia escolar y al fortalecimiento de las relaciones sociales entre el estudiantado."

El fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes, les permite tener autocontrol emocional, generar más empatía, respeto y tolerancia hacia las opiniones de sus compañeros, además de desarrollar un nivel de conciencia, aceptando las diferencias y los sentimientos propios y ajenos. Logran tener mayor seguridad al expresar sus inconformidades o defender sus derechos, conduciendo a la construcción de relaciones sociales armoniosas que conllevaran a la construcción de una cultura de paz en las aulas. (Rojas Monedero, 2020).

Respecto a la implementación de este tipo de cambios en la educación, el 25/04/2022 fue presentado, en el Senado de la Nación Argentina, un Proyecto de Ley de Incorporación de la Educación Emocional como dispositivo para la promoción y prevención primaria de la salud mental y desarrollo cognitivo de los alumnos.

Los fundamentos del proyecto hacen referencia al incremento significativo de estados emocionales durante la pandemia de covid-19, como ansiedad, irritabilidad, tristeza, trastornos de la alimentación, y regresiones a la etapa previa del desarrollo en los niños y adolescentes. La educación emocional colabora principalmente en la prevención primaria de distintos trastornos mentales en niños y adolescentes, promoviendo la comprensión empática hacia el otro para facilitar las relaciones interpersonales, enseñando a regular las emociones a través de poner en palabras lo que sucede, ayudando a resolver los conflictos de manera asertiva. En la Argentina hay dos antecedentes legislativos: En 2016, se aprobó por unanimidad la primera Ley de Educación Emocional en la provincia de Corrientes y en 2018 en la provincia de Misiones.



ACTIVIDADES SOBRE CONVIVENCIA ESCOLAR Y EDUCACIÓN PARA LA PAZ

NIVEL INICIAL

El objetivo principal de las actividades es que los niños reconozcan el significado de cada valor y emoción, pudiendo gestionarlos a través de cuentos y juegos. Aprenderán a desarrollar, reflexionar, practicar y poner a prueba dichas emociones; desarrollando así habilidades, destrezas intelectuales, motoras y sociales. Además de estimular la calma, pondrán en práctica la escucha activa, formándose como niños que piensen y sientan libremente.

NIVEL PRIMARIO

Los objetivos a desarrollar serán: fomentar el autoconocimiento y conciencia de las propias emociones, y aprender a vivir dichas emociones y sentimientos sin reprimirlos, favoreciendo así la autoestima de cada niño para crear un ambiente de confianza. Fomentar la importancia de los vínculos, desarrollar competencias emocionales, implementar la creatividad y expresión de sentimientos que les producen las diferentes situaciones que viven a diario. También, desarrollar una disciplina positiva, donde cada alumno pueda hablar de lo que siente y analizar lo que le pasa con total libertad, tanto en la escuela como en su hogar.

NIVEL SECUNDARIO

El objetivo de las actividades es fortalecer las emociones y la empatía, favorecer la autoestima, fomentar la cooperación y mediar en los conflictos que puedan surgir. Además, reforzar la expresión de las emociones y comunicación, hacer crecer la imaginación, poder registrar sensaciones, fomentar el diálogo entre grupos de pares, animar a la reflexión y promover el derecho a vivir la adolescencia en paz y armonía.

NIVEL INICIAL

ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS PARA LA FORMACIÓN EN VALORES EN EDUCACIÓN INICIAL

Las estrategias pedagógicas son un medio de instrucción que utiliza el docente para propiciar en los niños la construcción de un criterio propio y un sentido de pertenencia.

Asimismo, los valores representan las actitudes o características que mueven a la conducta humana, que orientan a la vida y marcan la personalidad.

En Educación Inicial es importante la aplicación de estrategias porque es la edad propicia para enseñar y que los niños y niñas adquieran esos conocimientos y aporta aspectos relevantes dentro del entorno social, es decir, contribuye al fortalecimiento de valores. Ejemplo: Tolerancia.

1. Carrera de Valores

I. Imagen: Carrera de Valores

NOMBRE DE LA ESTRATEGIA: “Carrera de Valores”

OBJETIVO: propiciar a que los niños reconozcan el significado de cada valor a través del juego.

TEMÁTICA: tolerancia.

RECURSOS: cartón, ilustraciones de valores, dado con números y colores, otros.

DESCRIPCIÓN: La docente organiza el salón colocando en el piso un camino con diferentes recuadros con imágenes relacionadas con valores, tendrá una entrada y una salida. El niño debe lanzar el dado y donde caiga el dado debe explicar qué significa la imagen y un ejemplo de la misma.

VARIANTE: se puede realizar con una ruleta con imágenes alusivas a los valores.



2. Actividades para aprender a Gestionar las Emociones

Las actividades y recursos planteados en esta actividad se basan en 2 pilares fundamentales para desarrollar en la infancia y sobre todo en los primeros años del ciclo escolar primario:

II. Tabla: Definiciones y Diferencias entre los cuentos y los juegos

| | |
|---------|--|
| Cuentos | Las historias narradas en los relatos ofrecen a los niños experiencias emocionales diversas. Los cuentos les permiten reflexionar sobre diferentes temáticas y también en ciertos casos identificarse con las situaciones relatadas. |
| Juegos | Son mecanismos diseñados con el propósito de entretener y divertir además de motivar a los niños a aprender, pero también como un gran estímulo para practicar y poner a prueba sus emociones, habilidades, destrezas intelectuales, motoras y sociales. |

Fuente: elaboración propia.

3. Cuentos

Los cuentos pueden ayudarnos a desarrollar la dimensión emocional de los niños, pero según Begonia Ibarrola (2016) "el deseo de leer no es innato, requiere que alguien lo siembre, lo contagie, lo invite", y la promoción de la lectura está a cargo de la familia, la escuela, bibliotecas, programas sociales para "formar lectores que piensan y sientan, capaces de construir sentido de las obras que leen, que utilicen la información y el conocimiento para su propio desarrollo y para aprender a convivir".

Las emociones básicas de los niños: Tristeza, Alegría, Ira, Miedo y Desagrado.

¿Cómo podemos enseñar a los niños a conocer y gestionar sus emociones básicas?

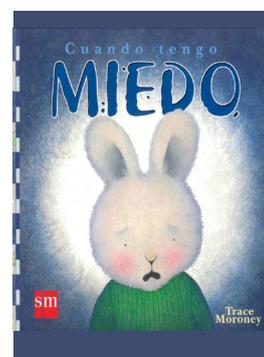
Propuesta:

a. Cuatro cuentos de Emociones para niños de nivel inicial



¿A qué monstruo te pareces hoy?

Feliz, triste, enojado, o dando miedo... los monstruos también tienen muchos sentimientos. Los niños podrán identificarse con los monstruos amarillo, azul, verde, anaranjado o morado, y ponerse sus máscaras dependiendo del sentimiento con el que se identifiquen.



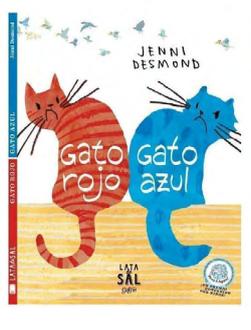
Cuando conejito tiene miedo, siente muchas cosas... tiembla, el corazón se sale de su pecho, o tiene ganas de salir corriendo... Todos tenemos miedo alguna vez, y hay cosas que le dan miedo a algunos, y otras no. Contar nuestros miedos es una buena solución.

¿Con quién hablas cuando tienes miedo?



Y a vos... ¿Qué te hace enojar?

Javier es un niño que se enfada tanto... tanto que comienza a crecerle una gran cola de dragón. Mientras esto sucede, no puede parar su ira, y rompe todos los juguetes. Finalmente, comprende que el enojo nubla sus pensamientos, y cuando logra calmarse, la cola desaparece.



Gato Rojo quiere ser tan inteligente como Gato Azul. Gato Azul sueña con ser tan ágil como Gato Rojo. Los dos gatos que protagonizan esta historia, están dispuestos a hacer las cosas más extrañas para parecerse al otro. Logran un acuerdo, hasta que aparece el Gato Amarillo... y nos preguntamos: **¿De qué color es la felicidad?**

Esta selección de cuentos profundiza la reflexión sobre emociones que los niños transitan a diario, y les cuesta gestionar y expresar. Lo importante de estos cuentos es que pueden ser narrados por su maestra o por padres, abuelos o hermanos mayores, y también compartido con amiguitos.

La lectura de estos cuentos, se puede acompañar o suplantar por su versión digitalizada, en videos. A continuación, se dejan algunas opciones de video-cuentos a los que acceder.



Link: <https://youtu.be/SH8F0bfGHEg>



Link: <https://youtu.be/T91cnsQa4D4>



Link: <https://youtu.be/81aYQppOZm4>



Link: <https://youtu.be/3sAL3u9tXx4>

b. El monstruo de colores

Trabajando con este cuento, los niños aprenderán sobre:

- Autoconciencia de emociones básicas.
- Reconducción de conductas y emociones.

Materiales: cuento "El monstruo de colores", cartulinas o papel, lápices de colores.

El monstruo tiene distintos colores, representando las diferentes emociones por las que pasa.



ALEGRÍA



TRISTEZA



RABIA



MIEDO



CALMA



AMOR

Leer el cuento o ver el video motivará a los niños a expresar sus emociones y poner en práctica la escucha activa con este tema.

Se pueden realizar monstruos en cartulina para estimular la asociación de emociones con los diferentes colores. También podemos hacer dibujar el monstruo a los niños, y pintarlo, trabajando al mismo tiempo la motricidad fina. Esta actividad permitirá unir lo cognitivo y lo emocional.

Otras opciones:

- Gestionar el miedo a la oscuridad sumando a la emoción del miedo otros estímulos permitirá a futuro vencerlo en forma grupal y con su maestra o persona encargada de dar los talleres.
- También se propone implementar un Aula Sensorial con Luz Atenuada. Los niños pueden tener linternas encendidas, y contarán sus experiencias con el miedo. Esta actividad se puede realizar en la clase de música, donde una docente especializada musicalizará la actividad.

Se puede, también, mirar un video donde se narre el cuento.



Link: <https://www.youtube.com/watch?v=xSCCDF0F49Q>

c. El globito Guillermo

Trabajando con este cuento, los niños aprenderán sobre:

- Reducción de conductas y emociones.
- Cómo gestionar la ira.

Materiales: cuento "El globito Guillermo", globos para inflar.

La ira es una reacción de defensa que, desbordada y mal gestionada, puede desembocar en conductas agresivas perjudiciales para los demás y para nosotros mismos. En ningún caso es un rasgo de personalidad inamovible, sino un estado emocional que como bien pasa en 'Guillermo, el globito', se puede aprender a manejar.

El protagonista de este cuento es un globo llamado Guillermo, que muestra su ira.



Los niños pueden sentirse identificados con aquellas situaciones en las que se enojan, se acelera su respiración y el pecho se agita, igual que si infláramos un globo. El problema de Guillermo, es que cuando se enoja no sabe cómo controlarlo y reacciona de forma agresiva: llora, grita, da patadas, se tira por el suelo, insulta... Esta pérdida de control le provoca, además, una profunda tristeza y frustración. A la vez, sus padres sienten mucha desesperación por no saber cómo ayudarlo.



Desarrollo de la actividad:

Una vez leído el cuento y compartido experiencias, se enseña a los alumnos a realizar ejercicios de respiración que les permita calmarse, e inflar globos del tamaño de su enojo para poder visualizar el grado de frustración que sienten en ese momento.

- **Respiración consciente:** Aprender a controlar la respiración es una habilidad que les ayudará a manejar mejor sus emociones, a enfocar la atención, y a tomar conciencia más ajustada de su cuerpo.

También se puede implementar trabajar con música relajante y sonidos de cascadas de agua, hasta se puede colocar en el aula una fuente de agua que los haga imaginar una cascada.

En vez de trabajar con el cuento en físico, una alternativa es trabajar con el video-cuento.



Link: <https://www.youtube.com/watch?v=mpSbWj0tY34>

4. Juegos

Los juegos y actividades para ayudar a trabajar las emociones en los niños son una gran herramienta para su propia inteligencia emocional. Ayudarlos a conocerse a sí mismos, a comprenderse, y conocer cómo y cuáles son sus sentimientos, es fundamental para su desarrollo personal y social.

a. Música, Pintura y Emociones

Con esta actividad se busca:

- Fomentar la expresión de las emociones.
- Favorecer la empatía y la creatividad grupal.

Destinatarios: alumnos de jardín; profesores de música, dibujo y arte.

Esta actividad es una forma de expresar e identificar las emociones, plasmándolas en una canción y en una obra de arte creada por ellos mismos.

Actividad: Inventar o escuchar canciones y dibujarlas, visualizando emociones a través de la música.

Está demostrado científicamente que la música, y todo tipo de arte, puede ayudar a niños y adultos a ganar control sobre sí mismos, incrementando la autoestima, y equilibrando el bienestar emocional, para gestionar con eficacia sentimientos y emociones.

• **Dinámica propuesta:** “Componer nuestra propia canción de las emociones y dibujarla”
Primero, deberán elegir un estilo musical (o varios) y dividirse en grupos de acuerdo con la música elegida. Podrán elegir un tema musical de su preferencia, y cambiar la letra o componer con su propio estilo. Tendrán que cambiar la letra tomando por temática: las emociones, los sentimientos y que hacemos en el aula para sentirnos mejor, o la empatía. Podrán ir escribiendo una frase que se le ocurra a cada uno, y cuando tengan bastantes ideas, armar las rimas. Los docentes del área podrán guiarlos.

Una vez que tenemos la letra, ¿qué hacemos? Improvisar instrumentos, un escenario en el aula y ¡a disfrutar! Posteriormente, en la clase de Arte se podrá dibujar la Canción de las Emociones.

b. Teatro de las emociones

El propósito de esta actividad es desarrollar la inteligencia emocional, fomentar el reconocimiento sobre las emociones, identificarlas y reconocer su expresión, y favorecer el desarrollo de la educación emocional.

Destinatarios: alumnos de jardín, profesores de música – educación física, familiares y amigos de los alumnos.

Materiales: caja de disfraces (con material para elaborarlos), cotillón, etc.

• Dinámica propuesta:

El juego consiste en hacer una representación teatral donde los personajes sean las distintas

emociones. De este modo, a través de una divertida dinámica, conseguimos que los pequeños se pongan en el lugar de las emociones y comprendan cada una de ellas. Al mismo tiempo desarrollamos su creatividad, capacidad de trabajo en equipo, y habilidades sociales.

Primero, preparamos el material para escribir y colocamos a los participantes en círculo. Luego, les explicamos lo siguiente:

- “Vamos a preparar un teatro de emociones. Los personajes que tenemos que representar son las diferentes emociones: alegría, tristeza, enfado, miedo, sorpresa, amor y aversión.”
- “Para ello vamos a repartir unas tarjetas. Cada uno tendrá una tarjeta, y en ella aparecerá la emoción que le corresponde como papel en esta obra de teatro.”

Repartimos las tarjetas e intentaremos que haya el mismo número de personajes de cada emoción. Cuando cada uno tenga su tarjeta, deberán agruparse aquellos que tengan la misma emoción (Por ejemplo: todos lo que tengan alegría, todos lo que tengan tristeza, miedo, etc.).

Una vez hechos los grupos, tendrán que preparar el papel y la puesta en escena.

Cada grupo tendrá que preparar:

- El atuendo apropiado para su emoción (pueden emplear cualquier material de la caja de disfraces o el que consideren necesario).
- Preparar la máscara de cada emoción (les entregaremos una cartulina con una máscara en blanco que deben preparar en función de su emoción).
- Elaborar un sonido y unos movimientos (pueden ser pasos, movimientos de los brazos y piernas, etc.) característicos de cada emoción.
- Desarrollar un diálogo, donde se presentan como emoción. Por ejemplo: “soy tristeza”, y explican cómo y cuándo sienten esa emoción, que es lo que sienten, etc.

Les dejaremos tiempo para que preparen la puesta en escena, y cuando todo este desarrollado, cada grupo representara su función.

c. Botella de la calma (Montessori)

Con esta actividad, los niños aprenderán a reconducir las conductas y emociones, y estimular la calma.

Tiempo estimado: disponibilidad todos los días de clase.

Materiales: botella plástica, agua tibia, silicona líquida o pegamento transparente, aceite de bebé, colorante vegetal, purpurina (o pegamento con purpurina), lentejuelas de diferentes formas.

Esta técnica casera, para controlar las emociones de los niños que se encuentren inquietos y nerviosos, es una de las iniciativas más conocidas de la pedagogía Montessori, y nace para ayudarles a tomar el control de sus emociones.

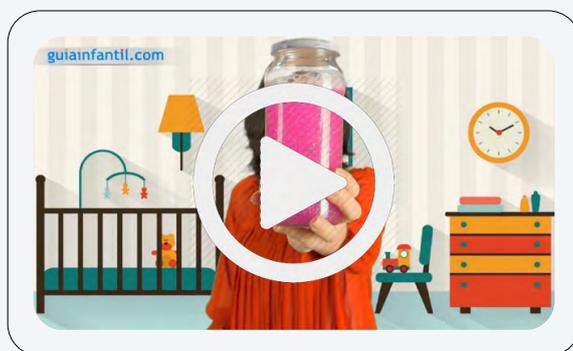


Estas botellas de la calma son una herramienta muy buena para ayudar al niño a calmarse cuando entra en un estado de enfado incontrolable, ya que a veces les cuesta regular la frustración. Este elemento es de ayuda para volver a un estado de mayor tranquilidad.

Cuando el niño está en esa fase incontrolable, no es el momento de hablar con él, ya que el primer paso es lograr que se calme. Una vez calmado, es cuando conversaremos y le preguntemos qué lo hizo enojar. Esta actividad se puede incluir en el Rincón de las Emociones, o bien implementar que cada niño tenga su botella de la calma con su nombre en un mueble o estante del aula.

Se pueden preparar de varios colores, o bien asociarlas al Monstruo de Colores, preparándola en color verde para representar la Calma.

Para visualizar mejor el armado de la botella o frasco de la calma, se puede ver algún tutorial en video.



Link: <https://www.youtube.com/watch?v=31eQ69ur9C4&t=88s>

d. Rincón de las emociones

Con esta técnica, los niños interiorizarán la reconducción de conductas y emociones.

Tiempo estimado: disponible todos los días de clase.

Materiales: almohadones, alfombra, cortinas, biombo hecho con cartones, muñecos, peluches, estante con frascos de las emociones o botella de la calma.

El Rincón de las Emociones es un espacio en el aula donde el niño puede vivir sus emociones sin reprimirlas, y sin interrumpir la dinámica de la clase.

En este lugar, se toman botellas plásticas de colores que están llenas de un líquido verde con purpurina (Botella de la Calma), y láminas con frases motivadoras. Cuando el niño/a sienta que es invadido por emociones negativas, puede recurrir a ese rincón para tomar una de esas botellas y moverla suavemente para relajarse.



El enojo y la tristeza impiden que el niño esté disponible para el aprendizaje. El cerebro da prioridad a la emoción y no puede focalizar su atención en otro asunto hasta haber resuelto ese tema. Así, por mucho que se esfuerce, el alumno tendrá serias dificultades para concentrarse llegando incluso a sentirse culpable y frustrado. La realidad es que no puede luchar contra lo que siente.

De ahí la importancia de crear un espacio en el que pueda atender esta urgencia. Un espacio para atravesar su emoción sin reprimirla. Un espacio en el que pueda recuperar la tranquilidad. Un espacio en el que volver a estar disponible mientras los compañeros continúan con sus tareas, sin interrupciones.

NIVEL PRIMARIO

I. ACTIVIDADES PARA EXPRESAR Y CALMAR EMOCIONES

a. Tarjetero o Diario de las Emociones

Esta actividad busca desarrollar competencias emocionales, fomentar el autoconocimiento y conciencia de las propias emociones, y registrar las emociones que se sienten a diario, brindando a los alumnos la posibilidad de compartir con docentes y familiares las emociones.

Destinatarios: alumnos de nivel primario, familias.

Tiempo estimado: estar disponible para registrar todos los días de la semana.

Materiales: tarjetas diarias impresas, cuaderno/diario de emociones.

Crear un Tarjetero o Diario de las Emociones, brinda una herramienta educativa a través de la cual los alumnos, de forma creativa, hablarán de lo que sienten y analizarán lo que les pasa con libertad tanto en la escuela como en su hogar.

Tarjetero de Emociones:

Confeccionar tarjetas para identificar las emociones en diferentes momentos del día, cada día de la semana. Hay diferentes maneras de usar estas tarjetas en clase, ya que se puede hacer de manera guiada cada día, o dejarlas al alcance de los niños/as. Todo depende de las necesidades del grupo y de cada estudiante.



En cada tarjeta, aparecen tres preguntas:

1. ¿Cómo te sientes ahora?
2. ¿Dónde lo sientes?
3. ¿Qué te hace sentir así?

Para comprender la segunda pregunta habría que explicar previamente, de manera breve, que cada emoción se puede sentir en diferentes partes del cuerpo. Estas preguntas ayudarían al alumnado a identificar las propias emociones.

Diario de Emociones

Para la realización de un diario de emociones es recomendable abarcar los siguientes objetivos, con diferentes propuestas didácticas:

1. Identificar las emociones.
2. Hablar de las emociones con detalle.
3. Expresar qué sentimientos les producen las diferentes situaciones que viven a diario.

¿Cómo empezar un diario de emociones?

Tanto los docentes, como los padres o referentes del niño, deben buscar un momento en el día en el que pueda estar tranquilo/a para rellenarlo. Esto puede ser en un horario determinado de la clase, o en su casa antes de dormir, por ejemplo. En ese momento, se debe hacer un repaso a los distintos sucesos en el día y proceder a rellenar la tabla, planteándolo como un juego para el niño, y no como una obligación o tarea a cumplir.

b. Registro de Reflexión Mensual

Este registro permite al niño, al docente y a la familia, reflexionar sobre las emociones anotadas, pudiendo evaluar e intervenir si hubiera un predominio de emociones negativas.



Registro mensual de emociones

| Lunes | Martes | Miércoles | Jueves | Viernes |
|-------|--------|-----------|--------|---------|
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

Se pueden buscar diferentes alternativas de registro, según las necesidades de los niños. Estas producciones realizadas en la escuela se llevan a casa. Eso despierta en la familia una curiosidad y quizás un momento de reflexión familiar donde los integrantes puedan copiar estas técnicas en el hogar.

2. AUDIOVISUALES: SENTIMIENTOS COMPARTIDOS

“Renata, Nazareno y el mundo de los sentimientos” es una serie de dibujos animados realizada por Paka-Paka. Cada capítulo se centra en un sentimiento y en cómo se manifiesta de diferentes maneras.

Desde esa propuesta, los siguientes audiovisuales son útiles para abrir el diálogo con los chicos sobre lo que sienten en relación con cada sentimiento y cómo está presente en sus vínculos con los compañero/as.



Esta actividad busca generar un espacio para la reflexión y el debate sobre las emociones y los sentimientos.

Tiempo estimado: 1 hora cada lunes, para que los niños puedan contar alguna situación que hayan pasado durante el fin de semana.

Materiales: televisor o pantalla donde ver los videos, videos del programa grabado (o acceso a Televisión Pública).

• **Desarrollo de la actividad:**

Al contar con varios capítulos en la serie, a partir de cada video se pueden pensar diferentes actividades, y crear un ambiente de confianza entre alumnos y maestros. Pueden motivarlos a contar sus sentimientos y las problemáticas que no logran expresar en otros ámbitos.

Además, se puede implementar el debate a temprana edad acerca de emociones y sentimientos como la valentía, el amor, los celos, la felicidad, el odio, el respeto, la confianza, etc., como se presentan en los videos.

Algunos de los capítulos de la serie animada son:



Link: <https://youtu.be/SH8F0bfGHEg>



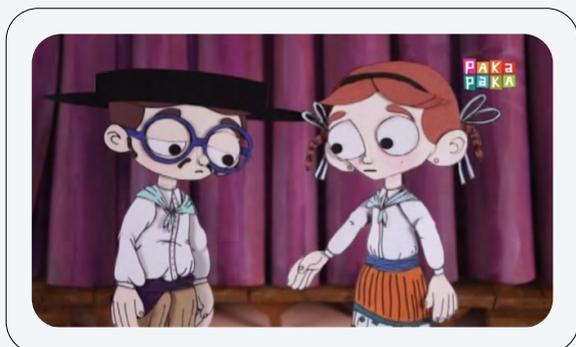
Link: <https://youtu.be/T91cnsQa4D4>



Link: <https://youtu.be/81aYQppOZm4>



Link: <https://youtu.be/3sAL3u9tXx4>



Link: <https://youtu.be/81aYQppOZm4>



Link: <https://youtu.be/3sAL3u9tXx4>

“Renata, Nazareno y el mundo de los sentimientos” cuenta, hasta el momento, con 13 capítulos, y se pueden encontrar incluso en YouTube, en una lista de reproducción del canal Paka-Paka.

Link / Lista de reproducción en YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=uVVSVJAJ-8JY&list=PLeb5KurR3ZBBMP3j50Jmm7I5DF5haRQ7w>

3. JUEGO GRUPAL: DINÁMICA DEL OVILLO

Esta actividad busca favorecer la autoestima de cada alumno, y cohesionar al grupo.

Destinatarios: alumnos de primaria, profesores de educación física.

Materiales: ovillo de lana.

• **Desarrollo de la actividad:**

Todo el grupo debe estar sentado, o de pie, formando un círculo. La/el profesor/a inicia lanzando un ovillo de lana a alguien sin soltar una punta, al tiempo que dice algo positivo, que le guste o valore de la persona a quien se la arroja. Quien la recibe repite el procedimiento con otra persona. Así sucesivamente, sin soltar el hilo, para formar una especie de red o telaraña.



Para facilitar el proceso de reflexión luego de la actividad, se pueden tomar las siguientes preguntas como guía:

- ¿Cómo nos sentimos después de la experiencia?
- ¿Es agradable escuchar frases positivas sobre nuestra persona?
- ¿Nos reconocemos en esas valoraciones que hacen de nosotros/as, o no?

4. RINCÓN DE LAS EMOCIONES

Esta actividad ayudará a los niños en la expresión de sus emociones, y favorecerá la misma.

Tiempo estimado: tener disponibilidad todos los días en clase.

Materiales: almohadones, alfombras, cortinas, biombos, muñecos, estante con frascos de las emociones, botella de la calma, carteles con frases motivadoras, etc.

El Rincón de las Emociones es un espacio en el aula en el que el niño puede vivir sus emociones sin reprimirlas y sin interrumpir la dinámica de la clase.

Dentro de su ambientación, pueden agregarse láminas con frases motivadoras. Se dejan a continuación algunos ejemplos:



5. COMECOCOS DE EMOCIONES

Con esta actividad, además de poner nombre a las emociones que se experimentan, los niños aprenderán expresar y compartir sus emociones.

Destinatarios: alumnos de primaria, familiares de los mismos.

Tiempo estimado: implementar cuando sea necesario, en el aula, recreo o el propio hogar.

Materiales: papel plegado con emociones (papiroflexia).

Este es el típico juego de papiroflexia al que hemos jugado todas las generaciones, pero esta vez con una variante, que consiste en poner en el comecocos las emociones básicas y una invitación a que los niños expliquen situaciones en las que se sienten de esa manera.



El comecocos de las emociones se puede adaptar al gusto de cada grado y familia. Si los niños son muy pequeños, se pueden dibujar iconos que representen esas emociones. Si son mayores, se les puede poner nombre y acompañar de algún ejemplo práctico: la clave reside en conectar con lo que sienten.

¿Cómo se juega al comecocos de las emociones?

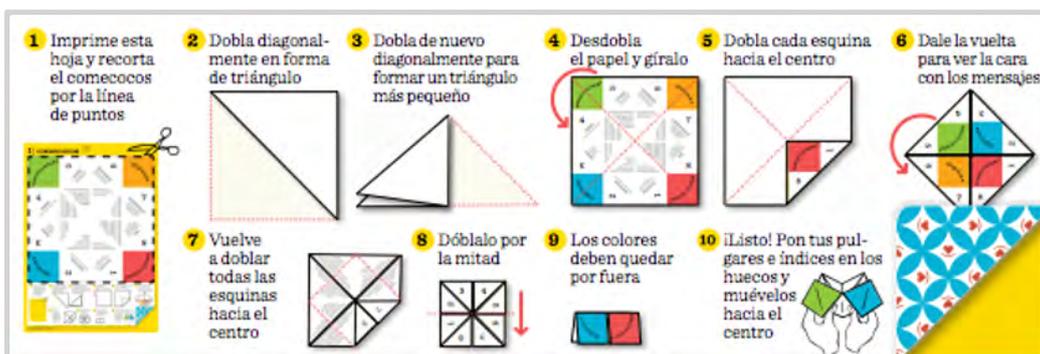
El primer jugador da una cifra. El segundo jugador (que tiene el comecocos) manipula el cartón tantas veces como la cifra elegida por el primer jugador. Éste elige una emoción y sigue las instrucciones. Después, los jugadores cambian de turno.

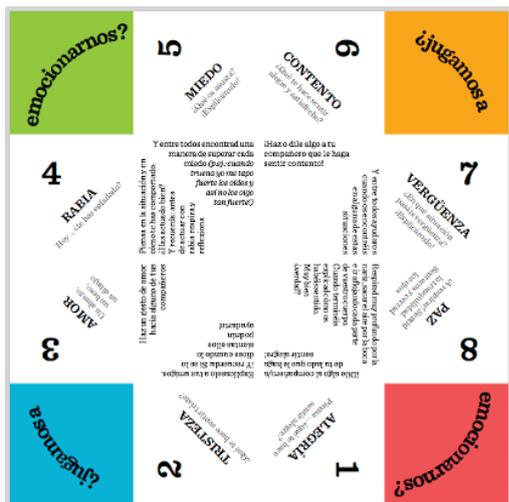
El comecocos de las emociones, permite al niño adoptar comportamientos diferentes en función de las emociones que se representan en el juego de papel. Así, además de divertirse, verán que es una herramienta para ayudarles a gestionar sus emociones y a expresarlas. Del mismo modo, la creación del comecocos es una actividad ideal que une la acción de recortar, plegar, y armar en grupo (se puede, incluso, compartir el armado en familia).

Es sustancial dejarles claro que no existen emociones buenas ni malas, que todas son válidas, y como seres humanos las experimentaremos todas en algún momento de nuestras vidas.

El objetivo, es que con este juego los niños aprendan a gestionar sus emociones, y a no rechazar ni evadir ninguna de ellas. De ahí la importancia de que las conozcan.

A continuación, se dejan algunos modelos de Comecocos de Emociones, y la técnica de armado por medio de papiroflexia:





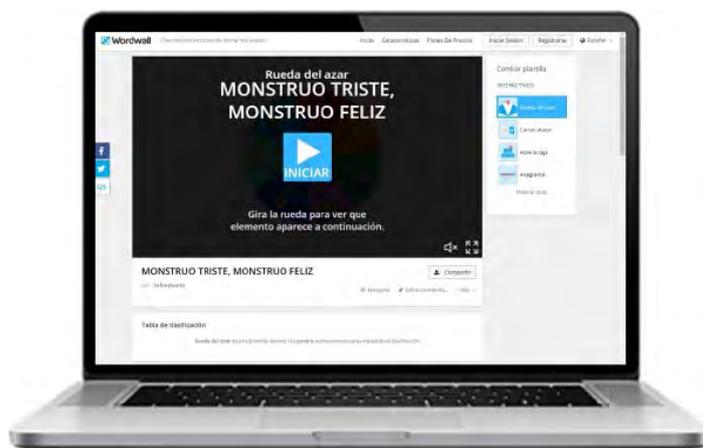
6. JUEGOS DE EMOCIONES INTERACTIVOS

Con esta actividad, los niños podrán poner nombre a las emociones que experimentan, expresando las mismas a la par que las comparten mediante el diálogo.

Destinatarios: alumnos de primaria, profesores de informática.

Se utilizarán los recursos didácticos de la página Wordwall, en este caso bajo el nombre de Monstruo Triste, Monstruo Feliz.

II. Imagen: sitio Wordwall – Monstruo Triste, Monstruo Feliz



Fuente: recuperado de <https://wordwall.net/es/resource/18603365/monstruo-triste-monstruo-feliz>

En el sitio, nos encontraremos con 3 juegos interactivos digitales en los que los niños (acompañados por adultos) mediante el azar, puedan iniciar un interesante momento lúdico de expresión de emociones. Las modalidades de juego serán:

- Rueda del Azar
- Cartas al Azar
- Abre la Caja

Adaptándonos a la nueva realidad, estas son herramientas que pueden utilizarse para fomentar una disciplina positiva que ayude a los niños a recordar opciones y poder canalizar emociones como tristeza, enojo, preocupación, frustración, etc.

• **Desarrollo de la actividad:**

Es aconsejable compartir esta actividad con los niños en un momento en que estén relajados y receptivos. Al iniciar el juego (ya sea Ruleta, Cartas, o Caja), se encontrarán con imágenes del cuento Monstruo Triste, Monstruo Feliz, asociadas a una emoción.

Ante cada emoción que se topen, deben mostrar gestos imitando la foto que aparezca, y contar cuando (en qué momentos) sienten esa emoción. Por ejemplo:

- Si la emoción es Enfado, el niño deben mostrarse enojado y contar cuándo se siente así, por qué, y qué situaciones le provocan enojo.

Es importante que dejemos a los niños participar activamente y que procuremos solo acompañar, sin darles las soluciones a estas actividades, para estimular su creatividad y autoestima.

En el sitio de Wordwall, los juegos antes mencionados se ven del siguiente modo:

RUEDA DEL AZAR



CARTAS AL AZAR



ABRE LA CAJA



NIVEL SECUNDARIO

1. ACTIVIDADES QUE FORTALECEN LAS EMOCIONES Y LA EMPATÍA

a. Juego Grupal: Dinámica del Ovillo

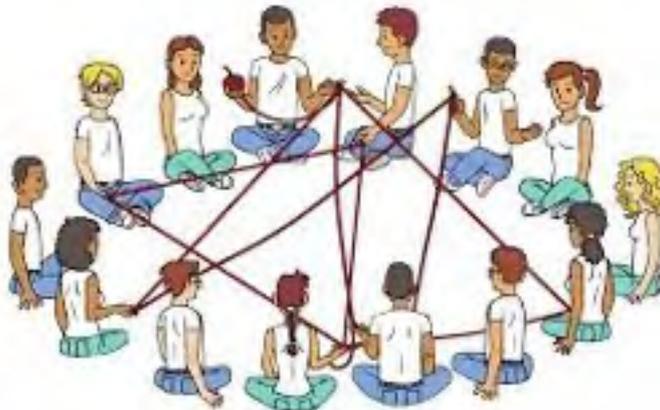
Con esta actividad se podrá favorecer la autoestima de cada alumno, además de cohesionar al grupo.

Destinatarios: alumnos de secundaria, profesores de educación física.

Materiales: ovillo de lana.

• **Desarrollo de la actividad:**

Todo el grupo debe estar sentado, o de pie, formando un círculo. La/el profesor/a inicia lanzando un ovillo de lana a alguien sin soltar una punta, al tiempo que dice algo positivo, que le guste o valore de la persona a quien se la arroja. Quien la recibe repite el procedimiento con otra persona. Así sucesivamente, sin soltar el hilo, para formar una especie de red o telaraña.



Para facilitar el proceso de reflexión luego de la actividad, se pueden tomar las siguientes preguntas como guía:

- ¿Cómo nos sentimos después de la experiencia?
- ¿Es agradable escuchar frases positivas sobre nuestra persona?
- ¿Nos reconocemos en esas valoraciones que hacen de nosotros/as, o no?

b. Actividad Grupal: “El Puente”

El objetivo de esta actividad es favorecer la expresión de emociones y su comunicación.

Se trata de un breve ejercicio de imaginación en el que la persona que coordina va guiando a los participantes.

• **Desarrollo de la actividad:**

Primera etapa: Se pide a los alumnos que cierren los ojos un momento, e imaginen que están cruzando por un puente elevado que atraviesa un precipicio muy profundo. Al visualizar, recalcar que la particularidad de este puente, es que no tiene barandas.

La persona encargada de coordinar la actividad, pedirá que registren en su mente y en su cuerpo lo que van sintiendo y pensando. Una vez realizado, se invitará a todos a abrir los ojos, y compartir con el resto del grupo las sensaciones provocadas por el ejercicio.

Segunda etapa: Se vuelve a pedir que cierren los ojos e imaginen. Esta vez, en la imagen, también deben cruzar un puente con un precipicio muy profundo, pero ahora el puente tiene barandas fuertes a ambos lados. Nuevamente, quien coordine pedirá a los alumnos que registren lo que piensan y sienten y, al abrir los ojos, que lo compartan con los demás.

Durante ambos momentos, se puede ir registrando en dos columnas las sensaciones de los participantes.

A continuación, se presentan algunas de las sensaciones que pueden surgir durante el ejercicio, y su orden en las columnas de sensaciones:

| Al cruzar el puente SIN barandas | Al cruzar el puente CON barandas |
|----------------------------------|----------------------------------|
| Inseguridad | Seguridad |
| Miedo | Confianza |
| Parálisis | Libertad |
| Pánico | Alegría |

Al finalizar la experiencia, se explicará a los participantes el sentido del ejercicio: poder experimentar en el propio cuerpo el sentirse sin límites, sin barandas (inseguros, miedosos, paralizados, con pánico), y cómo cambia eso al sentirse más seguros y contenidos, con barandas, cuando se les ponen límites positivos para sus vidas.

2. ACTIVIDADES PARA CONSTRUIR LA PAZ EN LAS AULAS

a. Dado de la Paz

Esta actividad busca favorecer la paz e incentivar la armonía grupal.

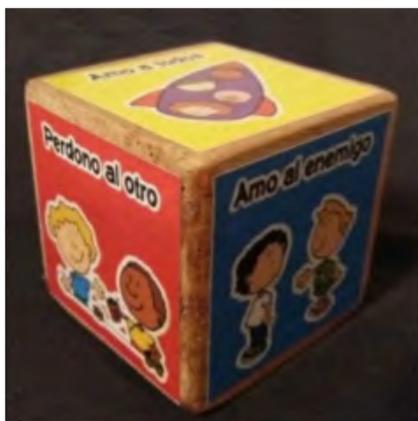
Destinatarios: alumnos (nivel primario y secundario), docentes y directivos de la institución educativa, familias de los alumnos.

Tiempo estimado: Una vez por semana, primera o última hora de clase.

Materiales: dado de la Paz (realizado con cartón y láminas con mensajes), pizarra para escribir la consigna semanal.

El Dado de la Paz, es un dado en cuyas caras no hay números, sino frases que ayudan a construir relaciones de paz entre todos. Las frases son:

1. Soy el primero en amar.
2. Amo a todos.
3. Amo a la otra persona.
4. Escucho al otro.
5. Nos perdonamos unos a otros.
6. Nos amamos unos a otros.



• Desarrollo de la actividad:

Una vez por semana (en la primera hora de clase del lunes, o al final de la clase del viernes) todos los alumnos, docentes y familiares que puedan concurrir al establecimiento educativo se reunirán en el patio, en círculo. Todos pasarán el dado de mano en mano y, finalmente, el dado rodará al centro del círculo. El mensaje que salga será la consigna de la semana a cumplir por todos.

Por ejemplo: Si la consigna fuera "Amo a Todos", toda la comunidad la pondrá en práctica. En cada pizarrón del colegio se escribirá la consigna a cumplir.

Los niños/as reflexionarán en el aula sobre las consignas, llevándolas a situaciones de la vida diaria con sus amigos/as y familia. La propuesta tiene el objetivo de promover el derecho a vivir la niñez en paz y armonía.

Algunos ejemplos/modelos de Dado de la Paz pueden ser:



**Dado de la Paz
para la juventud**



**Dado de la Paz
tradicional**

A continuación, se presenta como anexo material de lectura complementario de interés sobre la propia actividad y la Educación para la Paz.

III. Tabla: Reportaje “Con Carlos Palma, luego de su vuelta a Canelones tras recorrer el mundo con un dado para la paz”

“Vi guerra y muerte durante muchos años en Medio Oriente, incluso me sucedió que mis alumnos morían en mis brazos. Eran como mis hijos. No pude soportarlo más y se me ocurrió una idea tonta de crear un dado chiquito de cartón. No tenía números, pero sí frases con valores para la paz como perdonar, saber escuchar o ser el primero en amar. Les propuse a mis estudiantes tirar el dado todos los días al comenzar cada clase, y convertir la frase que quedé hacia arriba en el programa por la paz del día.”

Fuente: recuperado de <https://hoycanelones.com.uy/2018/03/15/con-carlos-palma-luego-de-su-vuelta-a-canelones-tras-recorrer-el-mundo-con-un-dado-para-la-paz/>

IV. Tabla: Living Peace Internacional – Movimiento de Fotocolares: “¿Qué significa educar para la paz?”

“Educar para la paz no es una disciplina adicional, sino hacer de cada área formativa un instrumento de paz, un camino en el que se desarrolle la creatividad y la autonomía de las niñas/os y adolescentes frente a los problemas y conflictos, aprendiendo a dialogar. Educar para la paz significa, por tanto, promover acciones concretas por la paz y la reconciliación desde las escuelas y llegando a todos los centros de formación posibles.”

Fuente: recuperado de <https://www.focolare.org/es/news/2022/02/04/living-peace-internacional-cumple-10-anos/>

Se sugiere, también, ver el siguiente video, donde se ve la puesta en práctica del Dado de la Paz en un colegio.



Link: <https://www.youtube.com/watch?v=F0oYJAHUqWY>

b. Banco de la Paz en los Recreos

Esta actividad busca favorecer la Paz y armonía grupal, fomentando el diálogo entre alumnos.

Destinatarios: alumnos (nivel primario y secundario), docentes y directivos de la institución.
Tiempo estimado: implementar en cada recreo, con mediadores.

Materiales: banco de la paz en algún sector del patio, caja de la Paz (caja de zapatos), libreta de la Paz (cuaderno de anotaciones), corazón del diálogo (corazón de peluche), identificación para mediadores (ej: pechera, credencial), semáforo para pensar.

Los patios de las escuelas son un espacio donde es habitual que surjan conflictos, ya sea porque los niños se golpean o insultan, o bien porque excluyen a alguien de un juego. Estas situaciones hacen del recreo una experiencia desagradable y poco motivadora para los niños que son dejados de lado, o sufren alguna agresión.

El recreo es un momento de socialización que permite a los alumnos despejarse, pero también el lugar donde se visibilizan y reproducen las desigualdades de la sociedad.

• Desarrollo de la actividad:

El Banco de la Paz es una herramienta de intervención educativa que permite cambiar la realidad, fomentar la cooperación y mediar en los conflictos que puedan surgir.



Cuando surge algún conflicto, los niños concurren al "Banco de la Paz". Este banco está en un espacio especial del patio donde se ubican los Mediadores, con una Caja de la Paz. Es en esta caja donde deben guardarse la Libreta de la Paz (para registrar el conflicto), y el Corazón del Diálogo (utilizado por el niño/a que tiene la palabra), como herramientas para lograr así un orden al contar lo sucedido, y evitar que existan interrupciones al narrar el suceso.



Los mediadores, además, pueden contar con un Semáforo para Pensar o Semáforo de la Conducta, al cual recurrir para llamar la atención en aquellos casos donde los niños se insultan o agreden durante el diálogo.



Los mediadores están identificados con una pechera de color llamativo y una credencial. Son alumnos de los años superiores, que se anotan en la dirección del colegio. Entre todos los anotados se reparten los turnos de los recreos que les tocan cada día, y de lunes a viernes, para mediar los conflictos que se produzcan durante los recreos.

Es importante recordar a los alumnos que ser mediador no tiene ningún premio, lo más importante de hacerlo es sentirse bien, ayudar al otro, y aprender a manejar situaciones conflictivas, algo que les servirá a estos alumnos en todos los ámbitos de su vida cotidiana y futura.

Para ver mejor cada objeto presente en la actividad, lo mismo que una representación de cómo llevarle a la práctica, se recomienda ver el video "EL BANCO DE LA PAZ. Programa RETO."



Link: https://www.youtube.com/watch?v=d9z8nH_L9NA

CONVIVENCIA DIGITAL Y BUEN USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN

Castro Verde, María del Pilar.

Morzán, Liliana.

Soria, María Guadalupe.

Prof. Rodríguez Aguirre, Patricia Alejandra.



1 | CONVIVENCIA DIGITAL

A lo largo de la historia, la sociedad ha ido creciendo y adaptándose a múltiples cambios que surgieron, generando nuevas formas de pensar, hablar, desarrollarse en sus distintos ámbitos como comunidad, y generando nuevos valores.

En la actualidad, el ejemplo más claro son las Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) como fenómeno atravesando cada aspecto de lo cotidiano, trayendo consigo nuevos valores, y ampliando las maneras de relacionarse al aparecer lo digital (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015).

De este fenómeno, nace la **Convivencia Digital**, que se conforma por las vivencias compartidas que tenemos en medios digitales. Es decir, toda interacción que desarrollemos con un otro (sea de forma anónima o no), mediados por la tecnología.

Esto puede darse en todos los ámbitos, ya sea por contacto realizado por motivos de trabajo, en lo personal a través de las redes sociales o aplicaciones destinadas a este propósito, en blogs o foros donde el contacto es más anónimo, e incluso al consumir cualquier tipo de entretenimiento, ya sea música, videos/películas, o juegos.

Negar que la virtualidad es hoy un medio de socialización no tiene sentido, puesto que, sin importar la edad del consumidor, este tendrá a la mano múltiples opciones para comunicarse con otros pares (como redes sociales, blogs, mensajería instantánea, videollamadas, y videojuegos, entre otras), volviendo imposible el imaginar los vínculos actuales sin pensar en el impacto que tienen las TIC en ellos (Ministerio de Educación, 2022).

Por todo esto, es crucial conocer los aspectos positivos que brinda el acceso a internet y sus facilidades, pero sobre todo sus riesgos y posibles consecuencias cuando no se le utilice de forma adecuada, para que la experiencia utilizando esta herramienta innovadora, sea lo más segura y enriquecedora posible, de acuerdo a la edad y necesidades del usuario.



2 | EL USO DE PANTALLAS EN LOS PRIMEROS AÑOS DE DESARROLLO

Es innegable que, en la actualidad, los niños utilizan con gran facilidad los dispositivos electrónicos, y aprenden sobre el manejo de los mismos desde edades muy tempranas. Reconociendo esta realidad, es importante el tener una guía sobre el tiempo estimado recomendable para que los mismos puedan manejar estas herramientas (teniendo en cuenta la edad del usuario), lo mismo que el reconocer aspectos positivos y negativos asociados al uso.

Tiempo de exposición recomendado

Para establecer un tiempo de uso de pantallas adecuado, se debe tener en cuenta la edad del niño que se expone al mismo. Ante esto, la Sociedad Argentina de Pediatría (2020) sugiere el siguiente uso diario recomendable, basándose en consumo y actividades recreativas:

- En bebés de hasta 18 meses, se debe evitar la exposición a las pantallas, salvo que se trate de videochat.
- De los 2 a los 5 años, se debe limitar el uso entre media y una hora al día.
- De los 5 a los 12 años, entre una hora y una hora y media por día.
- En la adolescencia, dar más libertad de horario, pero educarles en el uso responsable y saludable de las tecnologías



Pautas para el uso de pantallas

Además del tiempo de exposición, se vuelve útil el tener ciertas reglas al momento de implementar el uso de pantallas, sobre todo en los primeros años de vida, para que la adaptación al entorno digital se presente de modo adecuado, evitando riesgos.

La Sociedad Argentina de Pediatría (2020) coincide con las pautas brindadas por UNICEF, las cuales son:

- Establecer un ambiente de confianza en el hogar: esto supone entender las necesidades de niños y adolescentes para acompañarles según su nivel de madurez, y así accedan a contenidos seguros, aptos para su edad, además de expresar sus inquietudes y puntos de vista.

- Evitar una actitud inflexible frente al uso de pantallas: lo ideal es transmitirles a los más pequeños que no es saludable el conectarse a todas horas, y que el cambiar de actividad permite, por ejemplo, descansar la vista y la postura.
- Dar prioridad a las actividades diarias básicas: se deben respetar los horarios para dormir, comer, y las obligaciones domésticas. Es importante no apoyar las excusas para olvidar las rutinas, o dejarse llevar por el impulso no justificado de uso de internet y dispositivos.
- No distraerse y fijar objetivos: al usar internet para alguna tarea educativa, es preferible que no se utilicen otras aplicaciones en paralelo, ni redes sociales.
- Dar el ejemplo: los menores imitan naturalmente los comportamientos que ven en sus adultos de referencia, por lo que no tendrán en cuenta las pautas si no actuamos con mesura y autocontrol con los dispositivos.
- Gestionar adecuadamente el tiempo del uso de dispositivos electrónicos: esto se puede concretar usando herramientas como los pactos familiares, planes de uso medido de redes sociales o el control parental, para establecer normas y límites de uso, facilitando el diálogo para plantear dudas, preocupaciones e intereses.
- Normas específicas: estas están sujetas al tiempo de exposición recomendado que se menciona en el apartado anterior (Sociedad Argentina de Pediatría, 2020).

3 | Huella Digital

Cuando pensamos en la palabra huella, lo primero que imaginamos son pisadas, un rastro que vamos dejando en algún camino por el que transitamos. Para definirle en el ámbito digital, debemos pensar en algo similar, aunque no le apreciemos o entendamos a simple vista. La huella digital es, entonces, el rastro que dejamos a medida que vamos utilizando las distintas alternativas que las TICs tienen para ofrecernos. En el caso de las redes sociales, nuestra huella se va construyendo tanto con el contenido que nosotros subimos en nuestra propia cuenta (como fotos, videos, estados), los me gusta o comentarios que realizamos en cuentas de otros, y las interacciones de otros con nuestros datos cargados, entrelazándole incluso con la huella que van dejando nuestras amistades cibernéticas.

Más allá del ejemplo puntual de las redes sociales, debemos entender que esta huella se desarrolla en todo espacio donde se tenga acceso al internet. Esto incluye desde juegos, compras (donde deben insertarse incluso datos del medio de pago, como tarjetas de crédito o billeteras on-line), las mismas búsquedas que se realizan en el navegador, y toda actividad que realicemos digitalmente.

El Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2022), explica de forma más detallada cómo se compone la huella digital, cómo se recopilan los datos y para qué pueden usarse los mismos, y cómo puedo gestionar mi propia huella digital.

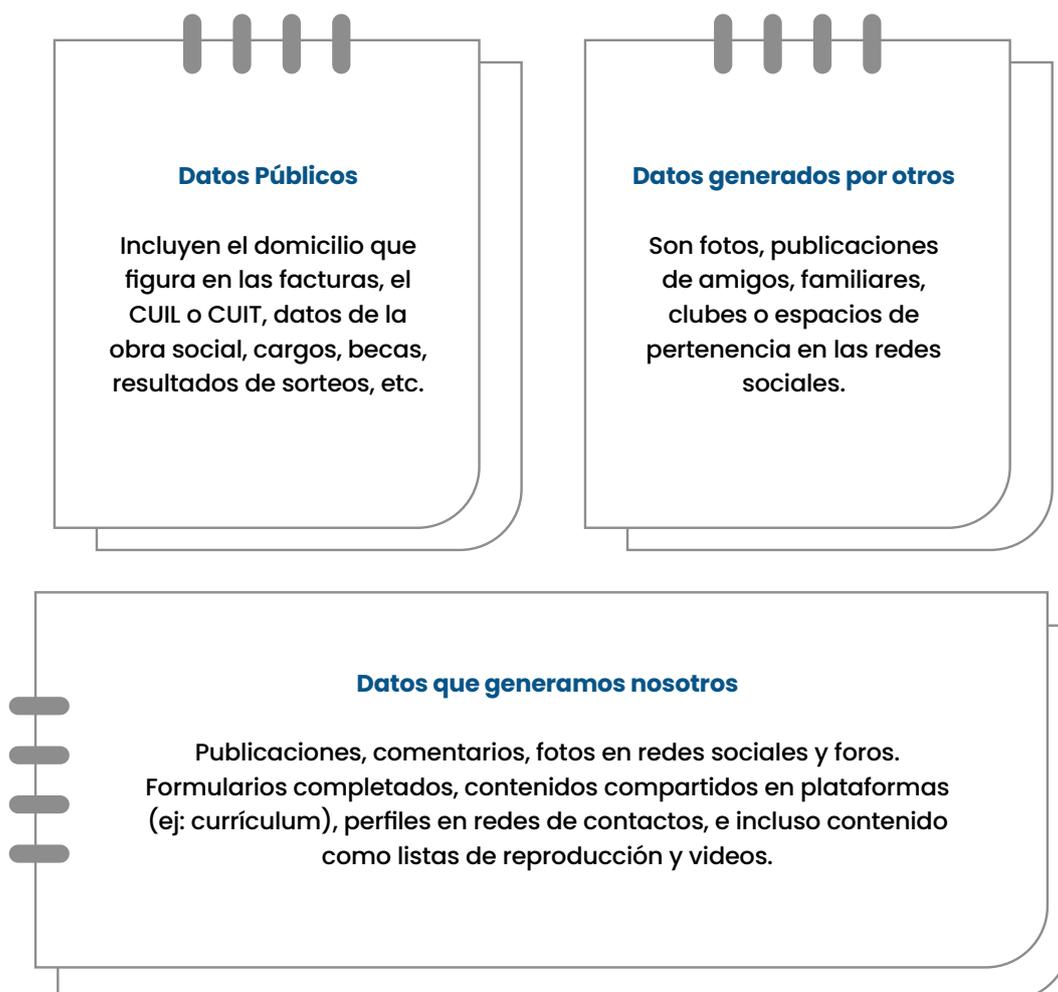
Debemos entender que no podemos navegar sin cookies, y que estas se encuentran en todas partes (Ministerio de Justicia y Derechos Humanos, 2022).

Toda esta información que se va recopilando por medio de los datos, se asociará a nuestro nombre como usuario en la web, generando la identidad digital, valiosa para nosotros, otros usuarios, e incluso empresas que busquen tener un perfil de consumidor más completo (Convivencia Digital, 2017).

Una vez que reconocemos cómo nuestro uso de la tecnología puede dejar un rastro que nos defina, y que esta información puede llegar a manos indeseadas, es importante tomar conciencia de su valor, y seguir algunos pasos para que esta identidad cibernética sea lo más privada posible, controlando en el máximo de nuestras posibilidades que terceros pueden acceder a la misma.

El Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2022), propone una serie de pasos para gestionar la huella digital:

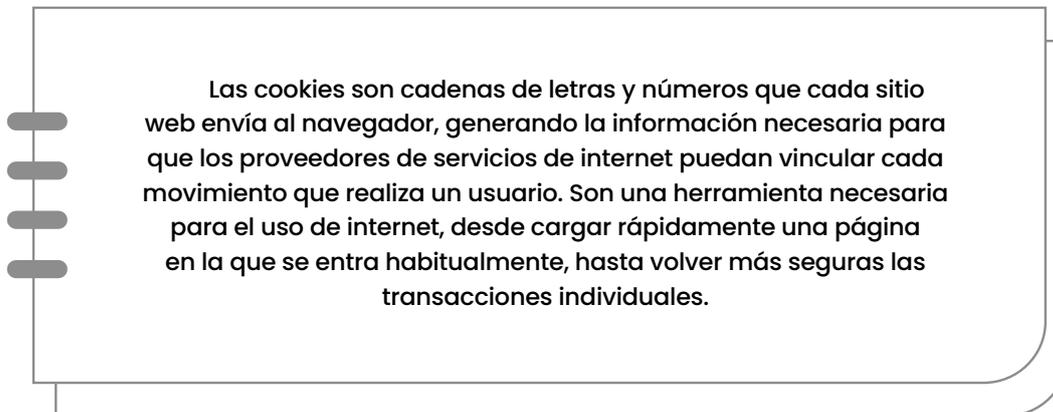
V. Tabla: Componentes de la Huella Digital



Fuente: elaboración propia basada en el Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2022)

Los datos necesarios para generar un perfil con nuestra huella digital, se recopilan a través de las cookies.

VI. Tabla: Información sobre cookies



Fuente: elaboración propia basada en el Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2022)

Debemos entender que no podemos navegar sin cookies, y que estas se encuentran en todas partes (Ministerio de Justicia y Derechos Humanos, 2022).

Toda esta información que se va recopilando por medio de los datos, se asociará a nuestro nombre como usuario en la web, generando la identidad digital, valiosa para nosotros, otros usuarios, e incluso empresas que busquen tener un perfil de consumidor más completo (Convivencia Digital, 2017).

Una vez que reconocemos cómo nuestro uso de la tecnología puede dejar un rastro que nos defina, y que esta información puede llegar a manos indeseadas, es importante tomar conciencia de su valor, y seguir algunos pasos para que esta identidad cibernética sea lo más privada posible, controlando en el máximo de nuestras posibilidades que terceros puedan acceder a la misma.

El Ministerio de Justicia y Derechos Humanos (2022), propone una serie de pasos para gestionar la huella digital:

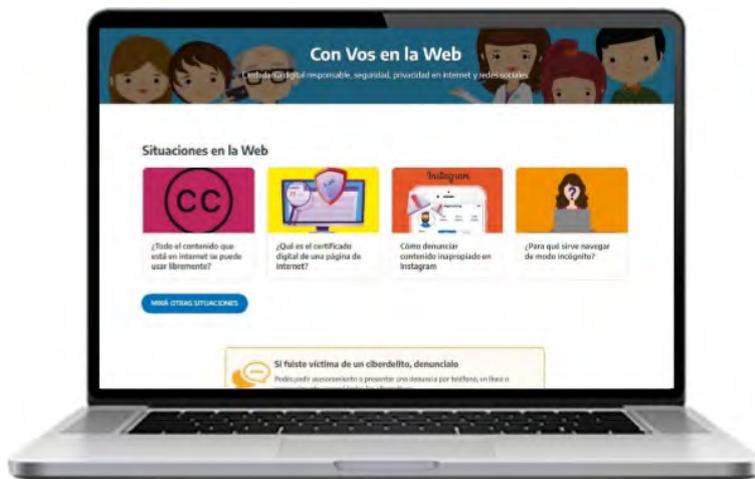
- Decidir si las autorizaciones que damos a sitios web para recolectar cookies (datos) son permanentes o transitorias.
- Al utilizar internet, navegar desde el modo incógnito.
- Configurar las alertas de búsquedas web para que no existan datos personales innecesarios circulando en la misma.
- Denunciar las páginas que expongan información personal sin consentimiento.

Además, podemos tomar ciertos recaudos al momento de crear una cuenta de usuario en algún sitio on-line, a modo de prevenir accidentes:

- Usar contraseñas seguras en todos los dispositivos y cuentas de usuarios.
- Crear claves alfanuméricas (combinación de letras y números), fáciles de recordar y difíciles de descifrar.
- Configurar la privacidad y seguridad de las redes sociales (y todo sitio web) para personalizar la manera en que se comparte el contenido (Convivencia digital, 2017).

De todos modos, si en algún momento se presenta la necesidad de realizar una denuncia, el Gobierno de la Nación cuenta con toda la información necesaria en un apartado de su sitio web, llamado Con Vos en la Web, donde, además de encontrar las distintas alternativas para poder realizar la denuncia (con los medios de contacto necesarios), se encuentran distintas situaciones que pueden presentarse al utilizar internet, e incluso un glosario con nuevos términos -propios de los medios digitales- y sus definiciones para entenderles con mayor claridad.

III. Imagen: sitio Con Vos en la Web – Ministerio de Justicia y Derechos Humanos



Fuente: recuperado de <https://www.argentina.gob.ar/justicia/convosenlweb>

4 | Ciberbullying o Ciberacoso

Seguramente le conocen, ya que es la problemática o riesgo más común, sobre todo en el contexto escolar, y le podemos reconocer con mayor facilidad si entendemos su modelo o forma básica: una relación de dominio y sumisión, donde hay abuso de poder hacia una víctima más débil o indefensa por sí misma, por parte de una o varias personas, utilizando

como medio a la tecnología (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015).

Esta problemática ha crecido al punto de considerarse, a hoy en día, como otra de las formas de violencia escolar que podemos encontrar.

¿Qué características presenta?

En el accionar del acosador, encontraremos que sus actos hacia la víctima seleccionada se verán representados por:

- Amenazas.
- Hostigamientos.
- Intimidaciones.
- Menosprecios.
- Anonimato por medio de seudónimos (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015).

VII. Tabla: Diferencias entre Acosador y Víctima

| ACOSADOR | VÍCTIMA |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Ocupa el rol de dominio en la interacción.• Puede ser "invisible" en la red durante su accionar, gracias a la posibilidad del anonimato.• Suele tener el consentimiento o apoyo de un grupo propio del entorno escolar. | <ul style="list-style-type: none">• Se siente sumisa, débil, indefensa.• Además del acoso por medio de las redes, recibe acoso presencial.• Siente falta de aceptación entre sus iguales, generando incluso aislamiento social. |

¿Qué lo diferencia del acoso tradicional?

El Ciberacoso puede ser más continuo, traspasando el ámbito escolar, ya que el acosador puede molestar a la víctima en cualquier lugar donde tenga acceso a internet, impidiendo que disponga de un ambiente seguro incluso en su hogar. Además, presenta mayor audiencia, y puede tener diferentes formas:

- Mensajes insultantes y amenazantes.
- Difusión de información personal.
- Difusión de fotos.
- Exclusión de la comunicación en línea (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015).

¿Qué puedo hacer ante casos de ciberacoso?

- Proponer siempre el hablar de la situación con un adulto de confianza.
- Denunciar las publicaciones que representen una conducta de acoso (en las plataformas, la denuncia es anónima).
- Bloquear usuarios que sean agresivos en internet.
- Plantearles a los pequeños el no hacer ni decir en redes sociales lo que no harían o dirían en persona, ni herir a los pares (Convivencia digital, 2017).



5 | Pornografía Infantil

Más allá de las distinciones que podemos hacer en sus modalidades, es uno de los riesgos más preocupantes del uso indebido de las TIC, teniendo a niños y adolescentes como víctimas. Es importante entender a qué nos referimos cuando hablamos de pornografía infantil, la cual consiste en “ver, producir, reproducir y distribuir material con contenido sexual en que aparezcan menores de edad” (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015, p. 152).

Además del riesgo que supone para las víctimas, en Argentina es delito financiar, ofrecer, comerciar, publicar, facilitar, divulgar o distribuir por cualquier medio imágenes de niños, niñas y adolescentes en actividades sexuales explícitas o representando sus genitales con fines sexuales. Lo mismo que la tenencia del material con fines de comercialización.

Es también delito el facilitar el acceso de niños, niñas y adolescentes a espectáculos sexuales y/o material pornográfico (Ministerio Público de la Provincia de Buenos Aires, 2022).

Una vez definida la problemática, podemos comprender con mayor facilidad sus modalidades.

Grooming

Es la estrategia utilizada por un adulto, por medio de internet, para ganarse la confianza de un menor y así obtener contenido erótico/sexual del mismo en formato digital, como imá-

genes o videos (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015). Durante su desarrollo, podemos distinguir varias fases:

- Primero: se da el contacto a través de redes sociales, donde el adulto finge tener atractivo físico y gustos similares a los del menor.
- Segundo: continúa con el sexo virtual por medio de imágenes o cualquier material multimedia con contenido erótico.
- Tercero: en algunos casos, se concreta un encuentro físico que puede terminar en abuso y agresiones sexuales (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015).

Debemos entender que el Grooming puede derivar en ciberacoso por conductas de chantaje y amenazas que puedan surgir al difundirse información con los contactos del menor, buscando conseguir pretensiones sexuales (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015).

Sexting

Este nombre proviene de unir las palabras en inglés sex (sexo) y texting (mensajear), para definirle como el envío de fotografías o videos con contenido sexual, de manera voluntaria, utilizando un celular o internet. Para los menores, suele implicar el desconocimiento de los riesgos asociados al compartir contenido privado, en conjunto con la excesiva confianza en el otro (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015).

Se trata de una práctica que puede llevar a la pérdida de la privacidad, ya que “el remitente no tiene control sobre la difusión de los contenidos que se distribuyen” en internet, de forma tan simple. Además, esta problemática puede derivar en ciberacoso, por medio de la vergüenza y el hostigamiento al que son sometidas las víctimas cuando el material erótico/pornográfico llega al dominio público (Pinto Santos y Díaz Carreño, 2015, p. 152).

Medidas de prevención ante Grooming y Sexting

- Tener conocimiento sobre las aplicaciones que utilizan los menores.
- Preguntar con quienes hablan en internet.
- Establecer reglas y horarios de conexión.
- Intentar que se conecten a internet bajo supervisión de un adulto, en lugares comunes.
- Dialogar e informar acerca de los riesgos existentes.
- Conocer a los pares/contactos tanto en redes como en la vida real.
- Prestar atención a las publicaciones.
- Enseñar a configurar la privacidad, lo mismo que diferenciar lo público de lo privado.
- Acompañar a los menores sin invadirles, ni prohibirles el uso de internet.
- Prestar atención a cambios repentinos de humor.
- Concientizarles para que comprendan que todo lo que se sube a la red no puede borrarse, y existe el riesgo de que siga circulando, llegando a extraños (Ministerio Público de la Provincia de Buenos Aires, 2022).

¿Qué puedo hacer frente a un delito informático?

Lo principal es que el menor pueda contar con la figura de un adulto de confianza para acudir, en caso de que las medidas preventivas no hayan surtido efecto. Como adulto, le debemos brindar un espacio seguro para que el mismo pueda explicar la situación, y en base a esto, se decidirá la mejor alternativa para actuar.

El Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Nación, presenta distintas alternativas para asesorarse o presentar una denuncia. Por ejemplo:

- Presentarse en la fiscalía más cercana al domicilio.
- Ministerio Público Fiscal - UFECI (Unidad Fiscal Especializada en Ciberdelincuencia).
- Línea 137, para información y asesoramiento sobre derechos o denuncias de Grooming, abuso y trata.
- Línea 149 - Centro de Asistencia a las Víctimas de Delitos (CENAVID), para pedir asesoramiento jurídico, y asistencia médica/psicológica.
- Línea 102, directa con la Secretaría Nacional de Niñez, Adolescencia y Familia (SENAF), especializada en derechos de niñas, niños y adolescentes.

Estos mismos contactos, con información más detallada, pueden encontrarse en el apartado del sitio del Gobierno antes mencionado, Con Vos en la Web.

Estos mismos contactos, con información más detallada, pueden encontrarse en el apartado del sitio del Gobierno antes mencionado, Con Vos en la Web.

IV. Imagen: sitio Con Vos en la Web, apartado de denuncias – Ministerio de Justicia y Derechos Humanos



6 | Problemas psicológicos y académicos asociados al uso de las TIC

El uso excesivo o abuso de las TIC puede producir cambios de hábitos y rutina, sobrepasando el tiempo que se le dedique al resto de actividades (Pulido Bermejo, López Blanco, Blázquez Buenadicha, Paredes Maña y Pulido Cuadrado, 2015). A nivel mental, emocional, y de rendimiento escolar, algunas de las consecuencias son:

- **Trastornos del sueño:** la sobrecarga de estímulos llevará a disminuir las horas de sueño, afectando el rendimiento escolar y el equilibrio psíquico.
- **Déficit o dispersión de atención:** por el contraste entre la desorganización de información que obtienen en la web, caótica y acelerada, en comparación con la que los profesores pueden ofrecer, más organizada y lenta, con otro nivel de comprensión y aprendizaje, lo que lleva al desinterés de los jóvenes, e incluso la dispersión por sobrecarga de estímulos externos.
- **Forma de escape de problemas y responsabilidades reales:** al ser un flujo continuo de diversión, se vuelven una tentación y un mecanismo automático cuando se presentan problemas o responsabilidades.
- **Aislamiento - Dejar de salir con amigos:** puede ser a causa, sobre todo, del uso en exceso de los videojuegos o algún otro sitio (como redes sociales o páginas web) donde el menor sienta que refuerza su autoestima y sus ganas de disfrutar, sin necesidad del contacto directo con otras personas.
- **Desinformación e intoxicación de ideas:** debido a la sobreinformación a la que niños y adolescentes pueden estar expuestos, atravesados por una etapa en que tienden a asumir nuevos valores, normas, intereses, creencias, etc.
- **Autoestima vulnerable / reputación online:** se ven afectadas por rumores o descalificaciones directas, debiendo cuidar lo que se escribe, qué datos y fotografías se publican o envían por mensaje.
- **Adicción a internet:** se produce cuando las actividades que encuentra en línea, le generan un nivel de satisfacción que le lleva a no necesitar actividades extra. Algunas actividades que generan adicción pueden ser:
 - Cibersexo, pornografía.
 - Videojuegos online (Tipo de Ludopatía).
 - Chat (en uno o varios sitios de mensajería).
 - Blogging (abuso de blogs o foros).
- **Otras adicciones asociadas a las TIC:** referidas a actividades que no requieren específicamente de internet, como puede ser la adicción al celular, a los videojuegos no online, y la televisión (Pulido Bermejo et. al, 2015).

Efectos del uso de pantallas en niños y adolescentes

A las problemáticas antes mencionadas, es interesante sumar el trabajo realizado por el doctor Fernando Lamas (2018), durante el 7º Congreso Argentino de Pediatría General Ambulatoria, en noviembre de 2018, donde expuso algunos de los efectos positivos y negativos asociados al consumo de dispositivos electrónicos e internet durante la infancia y adolescencia. Basándonos en sus palabras, entonces, podemos realizar la siguiente distinción:

Impacto positivo

- Aumenta las habilidades motoras finas.
- Aumenta las habilidades cognitivas.
- Mejora la concentración.
- Estimula la creatividad.
- Favorece el aprendizaje.
- Favorece la adaptación al entorno competitivo social.
- Brinda acceso a nuevas ideas e información.
- Fomenta la lectura en familia.
- Constituye un ambiente personalizado en las redes sociales, donde se explora al máximo la comunicación (Lamas, 2018).

Impacto Negativo

- Retraso en la adquisición del habla y del lenguaje.
- Tendencia al sedentarismo y la obesidad.
- Déficit de atención y trastornos de aprendizaje.
- Trastorno de ansiedad y del sueño.
- Influencia negativa en el carácter (trastornos vinculares).
- Problemáticas asociadas al mal uso de redes sociales (Sexting, Grooming, cyberbullying).
- Trastornos alimentarios y consumo de sustancias.
- Trastorno por videojuegos (Lamas, 2018).

ACTIVIDADES SOBRE CONVIVENCIA DIGITAL Y BUEN USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN

NIVEL INICIAL

El objetivo de las actividades es preventivo. Aprender a diferenciar en qué momentos es correcto utilizar dispositivos electrónicos y cómo se deben respetar ciertos momentos de la rutina diaria (como el comer o irse a dormir). Además, los más pequeños podrán interiorizar acciones básicas de prevención al usar la tecnología, como el hacerlo siempre en compañía de adultos, o respetar el tiempo de uso.

NIVEL PRIMARIO

El objetivo de las actividades es reconocer algunos conceptos propios del ámbito digital, trabajar en identificar los riesgos posibles sujetos al utilizar internet, y aprender de ellos para elaborar e interiorizar acciones preventivas cuando se expongan al uso de diferentes tecnologías. Abrir también, espacios de reflexión acordes a la edad de los alumnos sobre el contenido que pueden llegar a compartir en internet.

NIVEL SECUNDARIO

El objetivo de las actividades es identificar situaciones de riesgo propias del uso de internet (como el Grooming o Sexting), reflexionar sobre la información que se comparte en redes y su impacto (por ejemplo, al realizar una búsqueda laboral), incorporar pautas de convivencia y respeto en la interacción digital, y revertir situaciones de agresión, discriminación, hostigamiento o discurso de odio por medio de la empatía (nunca con violencia), reconociendo qué efecto pueden tener las conductas agresivas propias.

NIVEL INICIAL

1. ¿CUÁNDO PUEDO USAR EL CELULAR? APRENDEMOS JUNTOS

Esta actividad está pensada para que los niños, a través del armado del tablero en conjunto con sus compañeros, comiencen a interiorizar ciertas normas o pautas con respecto al uso adecuado de diversos dispositivos electrónicos en la vida diaria.

La idea es que, gracias a que esta tabla va a estar armada por ellos, lo tomen como un trabajo del que forman parte, y así, sientan más natural el cumplir en sus tareas diarias (su rutina) el uso o desuso de la tecnología, según corresponda.

Tiempo estimado: 1 o 2 horas (dependiendo de la edad).

Materiales: imágenes impresas, cartulinas, pegamento, elementos para colorear.

Desarrollo de la actividad:

El primer paso, será armar en conjunto la tabla con las imágenes representativas de distintas situaciones cotidianas, con casillas vacías debajo de las mismas. A continuación, se presenta un modelo:

| CUANDO COMEMOS | | CUANDO VAMOS A DORMIR | |
|---|---|---|--|
|  |  |  |  |
| | | | |
| JUGANDO CON AMIGOS | | SI USAMOS EL CELULAR | |
|  |  |  |  |
| | | | |

Luego, se repartirán algunos símbolos que representen lo “correcto” e “incorrecto” para que los niños puedan pintarles de verde y rojo, según corresponda, reunidos en grupos (se utilizarán 8 símbolos, pudiendo armar un grupo por cada “correcto” e “incorrecto” por colorear). Un posible modelo para pintar puede ser:



Este símbolo debe pintarse de **color verde**, y será el utilizado para indicar cuando un comportamiento cotidiano referido al uso de la tecnología sea **correcto**.



Este símbolo debe pintarse de **color rojo**, y será el utilizado para indicar cuando un comportamiento cotidiano referido al uso de la tecnología sea **incorrecto**.

Una vez esté colgada nuestra tabla en algún lugar de la sala, explicaremos cada situación cotidiana a los niños, generando una charla sobre cuándo es correcto utilizar el celular o la Tablet, por ejemplo, y cuando no.

A medida que se decida en qué momentos “sí se puede usar” y en qué momentos “no se puede usar”, se irán llenando las casillas vacías con símbolos, ya pintados, que indiquen dichas respuestas.

De este modo, cuando la tabla quede completa, los niños podrán tener un recordatorio visual constante para poder distinguir e interiorizar en qué momentos de su rutina es correcto que utilicen los dispositivos electrónicos, y en qué momentos no deben usarlos.

Con la guía correcta del educador, al finalizarse, la tabla deberá verse de este modo:

| CUANDO COMEMOS | | CUANDO VAMOS A DORMIR | |
|--------------------|--|-----------------------|--|
| | | | |
| | | | |
| JUGANDO CON AMIGOS | | SI USAMOS EL CELULAR | |
| | | | |
| | | | |

Para reforzar todo lo trabajado en la clase, se pueden repetir las pautas aprendidas con imágenes por medio de oraciones simples, además de pegar una versión más pequeña de la tabla y estas mismas pautas en el cuaderno de los niños, para que puedan llevar el aprendizaje de esta actividad a sus casas.

Algunas oraciones para reforzar las pautas:

1. No debo usar el celular durante las comidas.
2. No debo usar el celular al irme a dormir.
3. Puedo usar el celular el tiempo que me den permiso.
4. Si ya terminó mi tiempo de usar el celular, lo devuelvo.
5. Siempre usar el celular cerca de algún adulto.

Debemos aclarar también, a los más pequeños, que se usa el celular como ejemplo, pero que estas reglas deben cumplirse también con la Tablet, la televisión, los videojuegos, y cualquier dispositivo electrónico de entretenimiento al que tengan acceso en sus casas. Así puede verse la versión en pequeño que llevarán los niños a sus casas, pegada en su cuaderno:

| CUANDO COMEMOS | | CUANDO VAMOS A DORMIR | |
|---|---|---|---|
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| JUGANDO CON AMIGOS | | SI USAMOS EL CELULAR | |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

¡RECORDEMOS LAS PAUTAS PARA EL USO DEL CELULAR!

- No debo usar el celular durante las comidas.
- No debo usar el celular al irme a dormir.
- Puedo usar el celular el tiempo que me den permiso.
- Si ya terminó mi tiempo de usar el celular, lo devuelvo.
- Siempre usar el celular cerca de algún adulto.

Familia: los más pequeños aprenden muchas veces imitando lo que hacen los más grandes
 ¡Demos el mejor ejemplo posible!
 Acompañemos siempre con respeto y cariño.

2. SI ME ENCUENTRO UN MONSTRUO

Esta actividad busca que, por medio de la asociación de imágenes, los niños sepan cómo reaccionar si algún contenido inapropiado (sea violento, que les genere miedo, etc.) aparece en la pantalla del dispositivo electrónico que usen. Servirá también, para reforzar la idea de usar siempre internet con un adulto al lado, que pueda cuidarles de posibles riesgos.

Tiempo estimado: entre 1 y 2 horas, dependiendo de la edad.

Materiales: cartulinas, algún pegamento, imágenes de revista y/o impresas.

Desarrollo de la actividad:

El primer paso, será el armado de una tabla, la cual tendrá una "cara feliz" de un lado, y una "cara triste" del otro.

La tabla puede verse del siguiente modo:

| 😊 | 😞 |
|---|---|
| | |

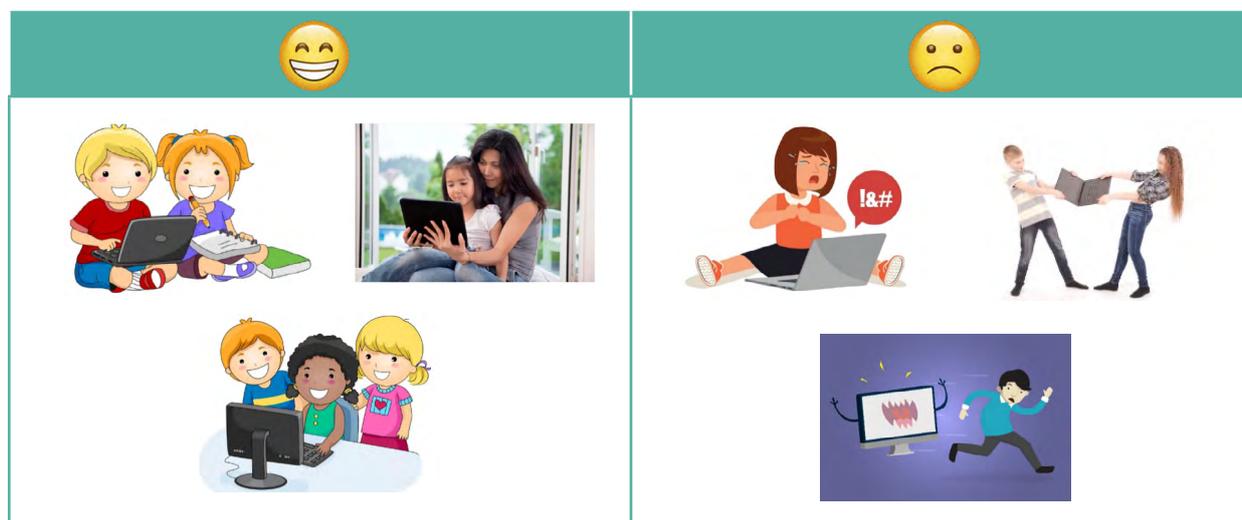
Una vez armada, se hablará sobre las imágenes elegidas para que los niños puedan entender mejor qué representa cada una.

Algunos ejemplos de imágenes para utilizar pueden ser:



De este modo, una vez comprendan cada escena, eligiendo entre todos, se ordenarán las situaciones en cada una de las columnas, alineando las que corresponden al buen uso de la tecnología debajo de la “cara feliz”, y las situaciones que suponen un riesgo o simbolizan un manejo incorrecto, debajo de la “cara triste”.

Con las imágenes de ejemplo, al finalizar el armado de la tabla, se vería del siguiente modo:



Una vez terminada la actividad, la tabla se colgará en algún lugar de la sala para que los niños le tengan como recordatorio, reforzando además lo aprendido con algunas oraciones a modo de pautas, por ejemplo:

1. Siempre que use internet, lo hago cerca de un adulto.
2. Si veo algo feo o que me asusta en la pantalla, le digo a un adulto para que me ayude.
3. Además de jugar, el celular (y otros dispositivos electrónicos) ayudan mucho para aprender.
4. No tengo que usar el celular o la computadora sin permiso.
5. No tengo que usar el celular o la computadora sin un adulto cerca cuidándome.
6. Si tengo problemas buscando algo, o aparece en la pantalla algo que me asusta, debo pedir ayuda a un adulto.

3. MEMO.NET

Esta actividad da un giro al clásico juego de la memoria, o memotest, incluyendo imágenes representativas del buen y mal uso de las TIC, y el internet en general, para que los más pequeños interioricen estos conceptos de manera visual, a la par que trabajan con la memoria, fomentando una competencia sana.

Tiempo estimado: entre 30-40 minutos.

Materiales: varios juegos de Memo.net ya impresos y armados (en cartulinas o cartón), cartulinas con las imágenes de las fichas impresas (en mayor tamaño), lámina recortable con las imágenes usadas en las fichas.

Desarrollo de la actividad:

Primero, se dividirá a los niños en parejas o grupos de 3 (de acuerdo a la cantidad que sean en la sala), para que todos tengan la posibilidad de jugar con las fichas. Una vez acomodados en mesas, se entregará a cada pareja o grupo un juego Memo.net, ayudándoles en el proceso a acomodar las fichas boca abajo y mezclar las mismas para iniciar el juego.

Una vez esté todo acomodado, se explicará a los niños como es el funcionamiento de la actividad, si se quiere, utilizando las siguientes reglas de juego:

1. Por turnos, cada jugador dará vuelta dos fichas (una por vez), intentando formar la pareja de imágenes iguales.
2. Si no logra formar la pareja, dejará las fichas boca abajo nuevamente, y le tocará al siguiente jugador.
3. Quien forme una pareja de fichas, podrá jugar de nuevo, intentando armar otra pareja de imágenes.
4. Al terminar de jugar con todas las fichas, quien forme más parejas, gana.

Al finalizar el juego, quien esté a cargo de coordinar la actividad colocará en alguna pared de la sala las cartulinas con las imágenes impresas en grande, para poder reflexionar mejor sobre la situación que representa cada una. De este modo, se abrirá el espacio a trabajar visualmente los sí y los no del uso de las TIC, a la par que se impulsa lo lúdico, y los primeros pasos para lo que, en futuro, puede ser un debate.

También, se puede armar una lámina recortable con las imágenes usadas en el juego, y pegarlo en el cuaderno de comunicados, para que los más pequeños puedan llevar a sus casas un recordatorio y refuerzo de la actividad, lo mismo que tener su propio Memo.net para jugar cuando lo deseen.

A continuación, se presenta un posible modelo de Memo.net, con ejemplos de parejas de imágenes representativas del uso de las TIC (positivo y negativo, en lo cotidiano), con el dorso de las fichas.

Las imágenes utilizadas serán:



Una vez armadas, las fichas de juego podrían verse así:



Por último, la hoja impresa para que los niños puedan llevar una réplica del Memo.net a sus casas, podría incluir las imágenes en blanco y negro, enmarcadas, para imprimirlas y que dispongan de libertad creativa al armar las fichas. Por ejemplo:



Junto con esta lámina/plancha recortable, se enviará un comunicado sencillo en que se explique la actividad (y sus reglas, si se quiere), de modo que los niños puedan armar el juego con sus familias, y jugar con el mismo también fuera de la institución.

Del mismo modo, esta lámina puede utilizarse también para armar la cantidad de juegos que se necesiten al hacer la actividad durante la clase. Al estar en blanco y negro, las imágenes darán lugar a explorar la creatividad de los niños, permitiendo sumar la propuesta de que pinten las distintas fichas, captando aún más su atención de cara a la realización de este momento de recreación.

4. NI CON EL CELU, NI SIN EL

Para esta actividad, se utilizará como recurso uno de los episodios de la mini-serie “Pilar y su celular”, la cual muestra en breves secuencias animadas las distintas caras del internet, el uso de datos, y demás ejemplos propios del manejo de las TIC.



En el episodio elegido, el eje será el uso de pantallas y como éste nos puede hacer perder momentos de la vida cotidiana.

Duración: 30 minutos.

Materiales: dispositivo para visualizar el video, hojas, lápices o crayones para dibujar y pintar.

Desarrollo de la actividad:

En primera instancia, se reproducirá a los niños el contenido audiovisual ‘Episodio 2: “ni con el cel, ni sin él.” Pilar y su celular, historias para contar’, que servirá como base para poder trabajar sobre el uso de las pantallas, en este caso mostrándolo con el personaje animado (Pilar) jugando en una Tablet o un celular.



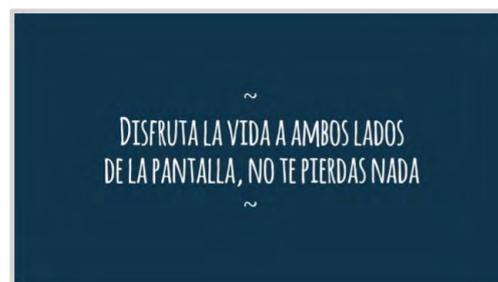
Link: <https://youtu.be/d3nDUXLavcl>

Una vez visto el video, se propondrá a los alumnos dibujar y pintar la escena que más les haya impactado, o la que sientan que representa un comportamiento que ellos suelen tener al usar el celular.

La idea es lograr un proceso de reflexión en que puedan ver, en tercera persona, cómo se ven ellos mismos al utilizar pantallas en todo momento, abriendo también un espacio/momento de concientización. Para ello, se pueden utilizar las frases que aparecen al final del video, reforzando así la idea del trabajo.

Las frases que aparecen en el episodio animado, son:

1. Fuera de la pantalla ocurren cosas muy interesantes.
2. Disfruta la vida a ambos lados de la pantalla, no te pierdas nada.



Otra alternativa para poder trabajar los contenidos presentes y la modalidad de la actividad, es suplantarse el video por algún cuento, narrado por quien coordina la actividad. Algunas opciones de cuentos que tocan cuestiones relacionadas al manejo de las TIC son:

- “Carlitos se va a vivir al mundo virtual”
- “WhatsApp, videojuegos y cabezas mutantes”
- “Lobo solo busca wifi”

NIVEL PRIMARIO

1. DEJEMOS UNA HUELLA

Esta actividad tiene como fin que los chicos conozcan el concepto de “huella digital” por medio del simbolismo: “a cada paso, cada acción, dejamos una huella o marca”.

Tiempo estimado: 1 hora

Materiales: pinturas, fibras, tizas, pinceles, cartulinas o papeles afiches en color blanco.

Desarrollo de la actividad:

Las cartulinas o afiches se colocan en distintos lugares del aula (sobre bancos, pegados en la puerta, en algunas ventanas, y también en algunas paredes). Se divide a los alumnos en 3 o 4 grupos, para que sea un número reducido y se aprecien las marcas que hace cada uno. Cada alumno utilizará el material que quiera y lo identifique del resto, incluso sus propias manos con pintura, para ir dejando marcas a medida que van caminando por el aula, y se encuentren una de las cartulinas.

Una vez que todos dejaron sus huellas, observar y conversar acerca de que cada acción que realizamos, deja una huella, una marca.

De la misma forma que pudieron ver en las cartulinas, cada acción que realizamos en los dispositivos electrónicos, dejará huella, una huella digital. Se pueden dar ejemplos, como la reproducción de videos, la carga de imágenes, la creación de usuarios en redes sociales o en videojuegos, etc.



2. EL MONSTRUO DE LA PANTALLA

Por medio del orden de las imágenes, esta actividad busca que los pequeños aprendan a prevenir situaciones peligrosas en el uso de dispositivos digitales, reconocer situaciones de riesgo y reforzar la importancia de usar internet en presencia de un adulto.

Tiempo estimado: 1 hora.

Materiales: papel, pegamento, imágenes.

Desarrollo de la actividad:

Se entrega a cada alumno las 4 imágenes desordenadas. De ejemplo, presentamos estas imágenes para elaborar una pequeña historieta:



En un papel, ellos deberán ordenar la secuencia. Usando las imágenes de ejemplo, la secuencia, en el orden correcto, debería verse de este modo:



En el caso de los primeros años, se compartirá el trabajo de cada uno, reforzando la importancia de recurrir a un adulto cuando aparece una imagen o video que no les gusta o les genera miedo (contenido inapropiado).

Para los alumnos de los años superiores, a medida que van ordenando las imágenes, deberán explicar brevemente lo que ven o representa cada una. Una vez ordenadas y con su explicación, se abrirá el espacio a reflexionar sobre el peligro de usar internet sin un adulto cerca, y qué pueden hacer si terminan viendo alguna imagen o video inapropiado.

3. LAS DOS CARAS DEL INTERNET

Con esta actividad, se busca que los alumnos reconozcan situaciones favorables y desfavorables en el uso de dispositivos digitales, trabajando en grupo, mediante la toma de decisiones y la elección de objetivos comunes.

Tiempo estimado: 1 hora.

Materiales: cartulinas, barra de pegamento, imágenes de revistas y/o impresas

Desarrollo de la actividad:

Dividimos el aula en tres subgrupos del mismo número de personas. Cada grupo tendrá una cartulina con una tabla dibujada, la cual tendrá de un lado una carita feliz y del otro lado la carita triste. Por ejemplo:

|  |  |
|---|---|
| | |

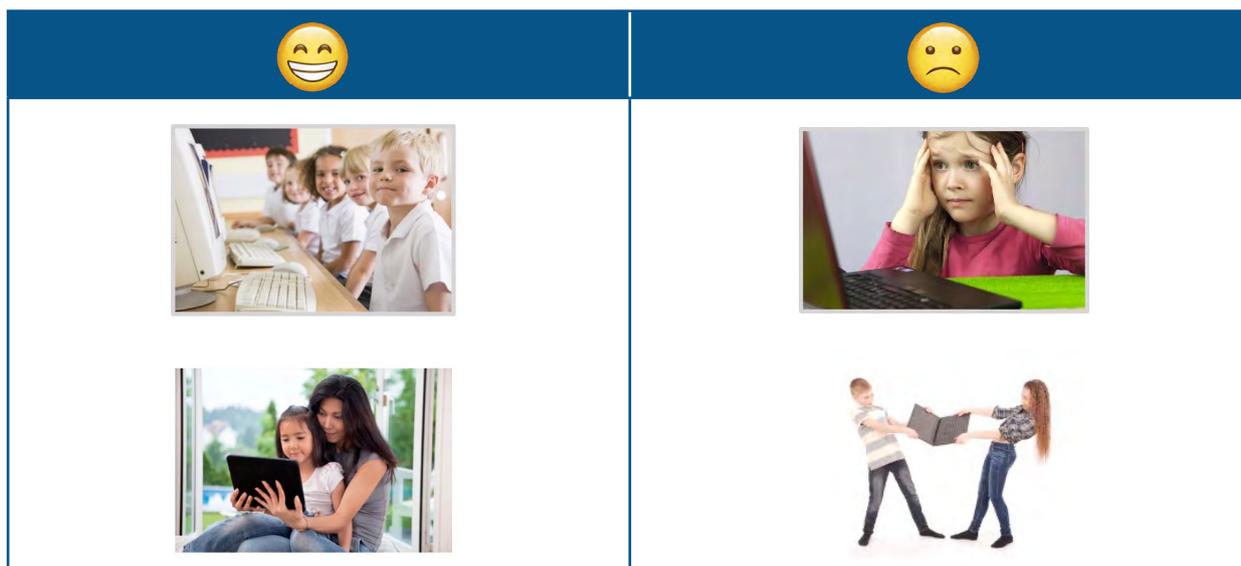
Los grupos tendrán un tiempo para realizar una selección de imágenes que represente situaciones felices y situaciones tristes. Se utilizarán las representaciones que el docente ponga sobre la mesa.

Algunos ejemplos de imágenes a utilizar, pueden ser:



Todas las imágenes han de estar pegadas a la cartulina. Al término del tiempo los trabajos se entregan al docente para que los pegue en el pizarrón/pared (luego se pueden colocar en otro lugar del aula).

Usando las imágenes de ejemplo, las cartulinas se verían así:



Posteriormente se hará un pequeño debate para comentar ¿Cómo se han sentido a la hora de realizar el trabajo? ¿Les costó ponerse de acuerdo? ¿Por qué eligieron esas imágenes para representar cada tipo de situación?

4. MI AVATAR Y YO

Con esta actividad, los alumnos trabajarán con su “yo real” y su “yo virtual”, para poder diferenciar luego, como una misma situación se presenta desde la realidad y la virtualidad (como el caso del juego, la socialización, o la lectura, entre otros).

Tiempo estimado: 1 hora.

Materiales: una foto del alumno, plantillas de partes del cuerpo y rostro.

Desarrollo de la actividad:

Primero, se les explicará a los alumnos qué es un Avatar. Para ello, puede usarse la siguiente definición: Un Avatar es la representación gráfica que simboliza a un usuario en entornos digitales, con el fin de identificarlo.

Luego, en un papel dividido a la mitad, se pegará de un lado la foto del alumno y del otro lado cada uno puede crear su Avatar. Es recomendable que dividan la hoja siguiendo el esquema de una tabla, para que les sea más fácil y ordenado. Por ejemplo:

| YO | AVATAR |
|---|--|
| Aquí debe ir la fotografía que el alumno lleve. | En este apartado, cada uno creará su Avatar. |

Estos son algunos ejemplos de plantillas que se pueden utilizar para construir el Avatar:



Una vez terminado el trabajo, será momento de abrir un espacio de charla para diferenciar qué es lo real y que es lo virtual, usando como primer ejemplo y aproximación, la foto real y el Avatar de cada alumno.

Luego, esta diferenciación se llevará a ejemplos más concretos: Al momento de jugar, es real usar una pelota o muñecas, y es virtual el usar la Tablet, el celular, o cualquier dispositivo electrónico en que se puedan instalar juegos. La misma situación se puede explicar desde el dibujar, el hablar con otros, o el leer.

En vez de imágenes o plantillas de personajes, los alumnos pueden también dibujar su propio Avatar.

5. REFLEXIONAMOS JUNTOS

Con esta actividad, los alumnos podrán aprender para ser responsables con su uso de redes sociales, abordar la problemática del ciberbullying, y reflexionar colectivamente sobre las formas de vincularnos con otros a través de los entornos digitales.

Tiempo estimado: 50 minutos.

Materiales: Dispositivo para reproducir un video, útiles escolares.

Desarrollo de la actividad:

Primero, los alumnos deberán ver el corto “Ciberbullying: Reflexionar para ser responsables”, el cual servirá como material informativo para el desarrollo de la actividad.



Link: <https://www.youtube.com/watch?v=Ds3GP7ypzes>

A continuación, se dividirá la clase en 3 grupos, y a cada uno se le presentará una consigna diferente:

1. Cuenten experiencias similares que hayan pasado.
2. ¿Qué se debería hacer si recibimos una imagen o comentario despectivo de algún compañero? Enumeren los pasos.
3. ¿Qué es lo que nos hace actuar así?

Una vez finaliza el debate entre grupos, se propone recrear una escena sobre ciberbullying. Cada grupo inventará un final alternativo, con la idea de reconocer cuál es la mejor forma de manejar esta situación, y representar qué pasa cuando no pedimos ayuda o la situación no se aborda a tiempo.

Si los alumnos lo desean, las escenas armadas se presentarán en una muestra a los demás alumnos del mismo nivel educativo, para concientizar a los demás estudiantes e intentar prevenir futuras situaciones de violencia.

NIVEL SECUNDARIO

1. BUSCANDO LA PROPIA HUELLA

Edad sugerida: de 12 a 17 años.

Con esta actividad, los alumnos podrán reflexionar sobre la información que se puede ver de ellos en la web, diferenciar entre lo público y privado (y cómo están configurados los datos personales), aprender a configurar la privacidad en los perfiles de las redes sociales e identificar situaciones de riesgo en la red.

Tiempo estimado: entre 60 y 80 minutos.

Materiales: computadora o cualquier dispositivo donde ver el video y poder ingresar en redes, útiles escolares.

Desarrollo de la actividad:

Primero, docente y alumnos verán en conjunto el video “Huella Digital: construir una identidad digital”.



Link: https://www.youtube.com/watch?v=fLKPsy2_2Og

Una vez visto el video, se propone a los chicos que cada uno elija una red social en la que tengan un perfil ya creado, y exploren qué datos son privados (solo los puede ver el dueño de la cuenta), qué datos pueden ver sus amigos, y qué datos son públicos. Esto incluirá fotos, videos, comentarios e interacciones con otros usuarios, etc.

Luego, se dividirá el pizarrón en 3 columnas: datos privados, datos que pueden ver los amigos, y datos públicos. Con ayuda de un debate, se usarán los ejemplos que surjan de la búsqueda realizada por los alumnos, lo mismo que los que consideren del video, para elaborar una lista de uso correcto de estos datos. Por ejemplo:

| DATOS PRIVADOS | DATOS QUE PUEDEN VER MIS AMIGOS | DATOS PÚBLICOS |
|--|--|--|
| Número de celular Correo electrónico Ubicación geográfica Familia | Fotos y videos Edad / Fecha de cumpleaños Comentarios y 'me gusta' Publicaciones o estados Escuela a la que asisto Situación sentimental Seguidores y seguidos (usuarios) | Nombre y Apellido Apodo o 'nickname' Nombre de usuario Biografía (breve descripción hecha por el usuario) Seguidores y seguidos (número) |

La idea es que visualizando esta lista (representativa del buen uso de los datos en las redes), los alumnos puedan comparar su propio manejo de datos, es decir, su huella digital, con ejemplos concretos, seguros y correctos al generar la misma.

Teniendo la tabla y el video de referencia, se pedirá a los alumnos que trabajen nuevamente de forma individual, repasando los aspectos de privacidad de su cuenta, y con esta información, enumerar qué datos consideran están con el nivel de privacidad correcto, y cuáles quieren cambiar, dando el impulso necesario para que puedan generar este cambio en sus redes, además de un uso más consciente.

2. HUELLA DIGITAL Y BÚSQUEDA LABORAL

Edad sugerida: a partir de 16 años.

Esta actividad tiene por objetivo que los alumnos aprendan a reflexionar sobre la información que se comparte en las redes y su impacto en un proceso de búsqueda laboral, identificar las publicaciones que pueden condicionar el acceso a un trabajo, y revisar la propia huella digital verificando aquellas manifestaciones públicas que no ayudan a construir un perfil favorable al momento de una búsqueda laboral.

Tiempo estimado: 50 minutos, aproximadamente.

Materiales: Dispositivo para ver un video, materiales escolares.

Desarrollo de la actividad:

Primero, se debe ver el video "Huella Digital: construir una identidad digital", para que los alumnos puedan reforzar el término en sí mismo, y tener, además, una guía informativa con la cual poder realizar la actividad.



Link: https://www.youtube.com/watch?v=fLKPsy2_2Og

Luego, se utilizará la consigna "Tus huellas digitales pueden perjudicar una búsqueda laboral", para abrir el espacio a la actividad práctica donde se podrá crear más consciencia de lo visto hasta el momento.

Se propondrá a los alumnos una situación donde, en vez de currículums, la presentación laboral fuese por medio del perfil en alguna red social. Cada uno, debe imaginar que es dueño de una empresa, o trabaja admitiendo personal, y debe elegir quiénes serán los próximos empleados.

Ante esta situación imaginada, cada alumno deberá:

1. Elaborar una lista de características esperables o adecuadas para un perfil profesional. Es decir, definir un perfil apto para lo laboral.
2. Del mismo modo, elaborar otra lista con situaciones que generarían rechazo ante la posibilidad de elegir a la persona para un puesto. En otras palabras, crear una idea de perfil inapropiado para un trabajo.
3. Luego, abrir el perfil personal en alguna de sus redes sociales, y comparar lo que ven en sus publicaciones o accionar, con las listas que han armado. De esta comparación, deberán encontrar con cuál de los perfiles del punto 1 y 2 tienen más coincidencias (perfil apto laboral, o perfil inapropiado para el ámbito de trabajo).

A continuación, se presentan algunas características a modo de ejemplo, para facilitar el entendimiento o visualización de los distintos perfiles.

| PERFIL LABORAL APROPIADO | PERFIL LABORAL INAPROPIADO |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Foto de perfil con vestimenta apropiada, de día, sonriendo, con los gestos faciales visibles, etc.• Buen vocabulario en las publicaciones (ej: sin faltas de ortografía, palabras coherentes).<ul style="list-style-type: none">• Datos reales.• Publicaciones desde el respeto, constructivas, de contenido informativo.• Respeto por la privacidad de sus amigos en la red (proteger sus datos). | <ul style="list-style-type: none">• Foto de perfil en una fiesta, con vestimenta inapropiada, tapándose la cara, con gestos faciales poco visibles, etc.• Mal vocabulario en las publicaciones (ej: malas palabras o insultos/agresiones, faltas de ortografía).<ul style="list-style-type: none">• Datos inventados.• Publicaciones despectivas hacia otras personas o contenido vulgar.• Invasión de la privacidad de sus amigos en la red (exponer sus datos). |

3. IMAGINAMOS

Edad sugerida: de 12 a 17 años.

Con esta actividad, los alumnos podrán llevar a la práctica lo aprendido sobre huella digital, logrando, además, la concientización entre pares por medio del trabajo en grupo.

Tiempo estimado: 80 minutos.

Materiales: Dispositivos electrónicos para visualizar el video, conexión a internet, útiles escolares.

Desarrollo de la actividad:

El primer paso será analizar el video “Huella Digital: construir una identidad digital” para interiorizar los conceptos necesarios referidos al tema, y aclarar las dudas necesarias con respecto a lo narrado en el material audiovisual.



Link: https://www.youtube.com/watch?v=fLKPsy2_2Og

Una vez comprendan el video, realizarán una actividad de forma grupal, en la que deberán completar las siguientes consignas:

- a)** Con lo aprendido hasta el momento, imaginen qué huella les gustaría dejar en internet y explíquenla en conjunto.
- b)** Naveguen por internet, creando un perfil de Facebook o Instagram nuevo que se utilizará solo en la escuela, con fines educativos.
- c)** Entre grupos, envíense solicitudes de amistad para poder visualizar lo que publica el otro, e interactuar.
- d)** Al finalizar la actividad, comentarán entre todos si en algún momento les surgió la idea de utilizar de manera errónea las publicaciones de otro grupo, o si alguno de los grupos invadió la privacidad de otro.

4. CAMPAÑA CONTRA EL CIBERBULLYING

Edad sugerida: de 14 a 17 años.

Con esta actividad, los alumnos podrán comprender las consecuencias de sostener conductas de hostigamiento y acoso hacia un par, e incorporar pautas de convivencia digital y respeto en la interacción a través de la web.

Materiales: Dispositivo para reproducir videos, cámara o celular donde grabar y editar videos, útiles escolares.

Desarrollo de la actividad:

Primero, los alumnos verán un corto llamado “Yo también odio a Carlitos”, sobre el cual deberán reflexionar para compartir situaciones que conozcan vinculadas al ciberbullying.



Link: <https://www.youtube.com/watch?v=NIhGhV-qHhs>

Luego de ver el corto, se propondrá a los alumnos crear un reel para Instagram, en donde recrearán una situación de ciberbullying. Esta escena puede ser inventada por ellos, o pueden tomar de ejemplo algún caso que encuentren investigando por la web.

La finalidad de esta escenificación será transmitir un mensaje de concientización sobre el ciberbullying, a modo de campaña, por lo que al final de la parte actuada, se incluirán mensajes que incentiven conductas de respeto y empatía hacia el otro en las redes, evitando la discriminación y los discursos de odio.

Una vez finalicen el armado del video, se pedirá permiso a la institución para publicarlo como una campaña de prevención en la cuenta del colegio, como un proyecto del mismo, aclarando el curso que realice la intervención.

Para facilitar la realización del trabajo, y volverlo más colaborativo, se propondrán tres dinámicas al curso, y los alumnos deberán elegir la que más les interese para formar los grupos.

- Primer grupo: este se encargará del armado del guion para el corto, buscando una situación real de cyberbullying que quieran recrear, o inventando una. Elegirán, además, las frases de concientización que se utilizarán al finalizar la escena.
- Segundo grupo: será el encargado de actuar o recrear la situación problemática que haya narrado el primer grupo. Si bien tendrán que respetar el diálogo propuesto por los guionistas, podrán ser creativos en cuanto a las ubicaciones o su apariencia dentro del corto.
- Tercer grupo: se encargará de la filmación y edición de la campaña, es decir, grabar las escenas y frases finales, y editarles para subirle en formato reel en Instagram.

Estos grupos son estimativos, por lo que la opción queda abierta a que, en caso de que los alumnos tengan una idea para agregar otro grupo, o consideran necesario agregar uno más, puedan hacerlo.

Por ejemplo, podría armarse un cuarto grupo dedicado a la difusión en la escuela, o en medios locales, sobre la campaña que realizaron.

5. SI NO LO DECÍS EN LA CARA, ¿POR QUÉ HACERLO POR INTERNET?

Edad sugerida: de 12 a 18 años.

Con esta actividad, los alumnos podrán entender la importancia de comportarse siempre con respeto hacia el otro, reflexionar colectivamente sobre nuestra manera de vincularnos a través de entornos digitales, y reconocer las consecuencias de las conductas agresivas en el mundo digital.

Tiempo estimado: al menos 80 minutos.

Materiales: Dispositivos para visualizar videos, celulares, útiles escolares.

Desarrollo de la actividad:

Los alumnos deberán formar grupos de no más de 6 personas, y agruparse de ese modo en el aula. Una vez reunidos, se presentará la consigna:

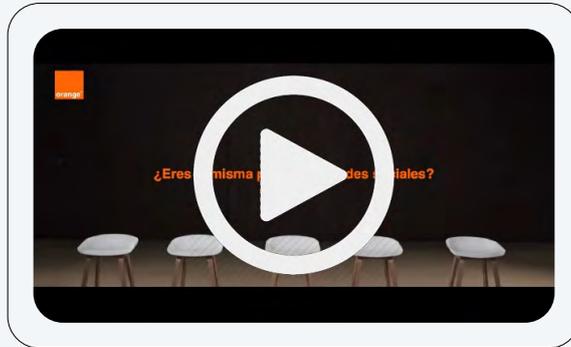
- Armar un grupo de WhatsApp con los integrantes y el profesor/a.

- Responder las siguientes preguntas (el profesor/a puede elegir algunas o utilizar todas):

1. ¿Te arrepentiste de publicar una foto personal en redes sociales?
2. ¿Compartiste datos personales en las redes?
3. ¿Alguna vez publicaste una imagen y verificaste más de una vez cuántas personas la habían comentado?
4. ¿Te sentiste mal porque la foto publicada no tenía gran cantidad de "me gusta"? ¿Llegaste a borrar alguna foto por este motivo?
5. ¿Alguna vez quisiste salir de un grupo de WhatsApp, pero no lo hiciste por temor a que los integrantes se enojen?
6. ¿Tuviste que pedirle a otra persona que quite una foto personal de una red social? ¿Hizo caso a tu petición?
7. ¿Te sorprendiste de conocer algún dato de la vida privada de otra persona a través de las redes?
8. ¿Viralizaste una foto o contenido que afectó a otra persona sin intención de hacerlo?
9. ¿Publicaste una foto de otra persona sin su consentimiento?
10. ¿Alguna vez comentaste sobre el cuerpo de alguien en redes?
11. ¿Hablaste mal de alguno de tus compañeros en redes sociales?
12. ¿Alguna vez te burlaste de los gustos musicales de alguien y lo expusiste en redes?
13. ¿Alguna vez te pasó a vos? ¿Cómo reaccionaste? ¿Pediste ayuda? ¿Lo pudiste hablar con alguien?
14. En caso de que haya pasado, ¿Se resolvió la situación? ¿Tu familia se enteró de lo que estabas viviendo?
15. ¿En la escuela pudiste hablar de estos problemas?
16. ¿Qué se debería hacer para revertir la situación?
17. ¿Consideras que sirve callarse cuando nos pasa algo así o vemos que le sucede a un

compañero?

Una vez los alumnos respondan las preguntas, por el mismo grupo de WhatsApp, el profesor/a enviará el video "¿Eres la misma persona en redes sociales?".



Link: : <https://www.youtube.com/watch?v=6K0wtyDI2u4>

Luego de ver el video, se abrirá el espacio a reflexión bajo la consigna "¿Actuamos igual en las redes sociales y en la vida real?". Teniendo las respuestas de los alumnos, se reproducirá el video "No lo digas por internet".



Link: : <https://www.youtube.com/watch?v=6K0wtyDI2u4>

Sugerencia:

En caso de que los alumnos muestren interés en la propuesta, podrán armar en conjunto una actividad de difusión con su propia campaña contra el ciberbullying. Para ello, se pueden utilizar como eje las siguientes pautas:

- a)** Investigar sobre campañas en contra del ciberbullying.
- b)** Realizar una campaña en presentación PowerPoint o con afiches impresos, utilizando como inspiración la campaña que les haya generado mayor impacto.
- c)** Presentar la campaña realizada a toda la comunidad educativa, donde sean los propios alumnos quienes expliquen a los demás la importancia de tomar conciencia en la manera de relacionarnos, y el no ser cómplices (apelando al silencio) cuando se enfrentan situaciones de este tipo.

Conclusiones y Reflexiones Finales

En estas guías, hemos visto que la convivencia digital y la convivencia escolar, como la resignificación de los lazos entre alianza familia y escuela, siguen estando en vigencia en la actualidad.

Si bien los vínculos siempre han sido difíciles de conformar, también fue un desafío y algo pendiente que nos dejó la Pandemia y el confinamiento social; y será lo que nos enriquecerá como personas poder comunicarnos con los otros para aprender de la vida del otro.

A través de diferentes disciplinas hoy sabemos que transmitimos con las miradas, gestos, posturas, abrazos, y no solo con la palabra. Un diálogo cercano se hace más profundo desde lo afectivo y empático para entender el alma del otro y sobre todo de los Niños/as y adolescentes; donde no hay una sola infancia, o adolescencia, sino que son múltiples como dice Walkerdine (2007).

Esta propuesta de las guías, quiso promover proyectos educativos enfocados en estimular la inteligencia emocional aplicada a los saberes pedagógicos, y orientados a la transformación de las aulas en todos los ciclos escolares, creando nuevas escenas pedagógicas donde los alumnos tuvieran la oportunidad de aprender, en un espacio donde pudieran no solo adquirir conocimientos académicos sino también educar sus emociones.

De esa manera, estimular en las infancias y adolescencias las competencias emocionales, autoconocimiento, autorregulación y empatía, a través de la identificación de las emociones, reconociendo su importancia en la vida diaria, constituye la base o condición necesaria para el progreso de los niños y adolescentes en las diferentes dimensiones de su desarrollo.

Estimamos que favorecer el desarrollo de la educación emocional desde temprana edad implica un gran desafío respecto a la mirada tradicional de la escuela, no solo en lo relacionado al modo de enseñanza sino también, para poder generar un cambio significativo en la conducta de los alumnos, pensando también a la escuela como un escenario emocional especial para la construcción de paz en las aulas.

En tanto el desafío de proponer la educación emocional para la paz requiere el fortalecimiento de una relación de cooperación entre “la escuela y la familia”, aunando esfuerzos para consolidar un puente en la búsqueda de ámbitos educativos integrados a las realidades de los niños y niñas.

Con estos objetivos, se plantearon estrategias lúdicas para que a través del juego y actividades creativas se pudieran proyectar deseos, miedos, emociones que no se pueden expresar

fácilmente con palabras, permitiendo la evolución de las dimensiones del ser, aprendiendo a vivir y convivir con el otro, aceptando las diferencias, particularidades e individualidades. Por último, nuestra finalidad con este proyecto fue la de generar condiciones especiales para construir una “escuela inclusiva, sin violencia y abierta a las diferencias”, y que además ofrezca la oportunidad de desarrollar la inteligencia emocional, fomentando en los niños la posibilidad de reconocer e identificar las emociones y expresarlas.

Sabemos que la cultura de paz ayuda a superar desafíos mediante la educación y la acción, fomentando el diálogo y la transformación pacífica de los conflictos, deconstruyendo la exclusión y construyendo empatía desde la primera etapa infantil, implementando nuevos escenarios que integren las propuestas pedagógicas y experiencias educativas con valores que permitan sembrar en nuestras infancias el respeto a la vida, libertad, justicia, solidaridad, tolerancia y la igualdad entre todos los seres humanos.

Es por ello que coincidimos con estas palabras de Paulo Freire.

“La educación no cambia el mundo,
cambia a las personas
que van a cambiar el mundo”

Bibliografía

Boggino, Norberto. (2008). "Diversidad y Convivencia Escolar. Aportes para trabajar en el aula y la escuela". REXE. Revista de Estudios y Experiencias en Educación, núm. 14, 2008, 53-64. Universidad Católica de la Santísima Concepción, Chile. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/2431/243117031004.pdf>

Compartir en familia. (2022). 3 cuentos educativos relacionados con la tecnología. Recuperado de: <https://compartirenfamilia.com/tecnologia/3-cuentos-educativos-relacionados-con-la-tecnologia.html>

Componentes emocionales de las habilidades sociales. (2021). Apunte de la materia Entrenamiento en Habilidades Sociales. Tecnicatura Universitaria en Promoción Comunitaria de Niñez y Adolescencia. Universidad Siglo 21.

Convivencia digital. (2 de abril de 2017). El civismo. Recuperado de: <https://www.elcivismo.com.ar/notas/27643/>

Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires. (2016). "Construyendo convivencia, Guía de procedimientos para el abordaje de la convivencia a nivel de primaria". Recuperado de: https://www.buenosaires.gob.ar/sites/gcaba/files/guia_procedimientos_de_convivencia_primaria_0.pdf

Goleman, D. (1996). La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el coeficiente intelectual. Recuperado de: <https://ciec.edu.co/wp-content/uploads/2017/08/La-Inteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>

Habilidades sociales básicas y avanzadas. (2021). Apunte de la materia Entrenamiento en Habilidades Sociales. Tecnicatura Universitaria en Promoción Comunitaria de Niñez y Adolescencia. Universidad Siglo 21.

Ibarrola, B. (2016). Cuentos para sentir: Educar las emociones. Recuperado de: <https://www.educacionyfp.gob.es/suiza/dam/jcr:9567a845-f278-41a9-8b45-b39d5109bd04/cuentos%20para%20sentir%20y%20edu%20las%20emoc.pdf>

Lamas, F. (2018). "Crecer con pantallas y poder contarlo". 7º Congreso Argentino de Pediatría General Ambulatoria. Recuperado de: https://www.sap.org.ar/docs/congresos_2018/Ambulatoria/Viernes%209%20de%20noviembre/V03%20Lamas%20Crecer%20con%20pantallas%20y%20poder%20contarlo.pdf

Ley N° 20536. w.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=1030087

López M, Pérez A. (2006). La alianza escuela- familia en los bordes de lo escolar en el Gran Buenos Aires. Estudios Fronterizos, 7(13), 95-121.

Martínez Doñate, J. P. (2020). ¿Cuáles son los principales componentes de la inteligencia emocional?. Recuperado de: <https://redsocial.rededuca.net/componentes-inteligencia-emocional>

Ministerio de Educación. (2022). Conflictos 3.0: Malentendidos en las redes. Recuperado de: <https://www.educ.ar/recursos/158336/conflictos-3-0-malentendidos-en-la-redes/download/inline>

Ministerio de Industria, Energía y Turismo de España. (s.f). Capacitación en materia de seguridad TIC para padres, madres, tutores y educadores de menores de edad. Recuperado de: <http://ceipsesquarterades.com/img/files/%E2%80%9CCapacitacio%CC%81n%20en%20materia%20de%20seguridad%20TIC%20para%20padres%2C%20madres%2C%20tutores%20y%20educadores%20de%20menores%20de%20edad.pdf>

Ministerio de Justicia y Derechos Humanos. (s.f). Con Vos en la Web. Recuperado de: <https://www.argentina.gob.ar/justicia/convosenlaweb>

Ministerio de Justicia y Derechos Humanos. (s.f). Guía de actividades. Ciberbullying. Recuperado de: <https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/ciberbullying-guia-de-actividades.pdf>

Ministerio de Justicia y Derechos Humanos. (2022). ¿Qué es la huella digital en internet?. Recuperado de: <https://www.argentina.gob.ar/justicia/convosenlaweb/situaciones/que-es-la-huella-digital-en-internet>

Ministerio Público de la Provincia de Buenos Aires. (2022). Pornografía Infantil y Grooming. Recuperado de: <https://www.mpba.gov.ar/infopinfantil>

Narodowski, M. (1996). La escuela argentina de fin de siglo. Entre la informática y la merienda reforzada. Ediciones Novedades Educativas, Buenos Aires.

(1999). Después de clase. Desencantos y desafíos de la escuela actual. Ediciones Novedades Educativas, Buenos Aires.

Observatorio Web. (2021). Convivencia en la web. Recuperado de: https://drive.google.com/file/d/1UmUC28Rnmgl-WbPVvh-WvPylFypKx-M_w/view

Pantallas Amigas. (2022). Pilar y su celular, historias para contar. Recuperado de: <https://www.pilarysucelular.com/>

Pinto Santos A. R. y Díaz Carreño, J. (2015). Convivencia Escolar en la era de la hiperconectividad. *Cultura, Educación y Sociedad*, 6(1), 149-164. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Alba-Pinto-Santos-2/publication/303401205_Convivencia_Escolar_en_la_era_de_la_hiperconectividad/links/5740b14408ae298602ebb71f/Convivencia-Escolar-en-la-era-de-la-hiperconectividad.pdf

Pulido Bermejo, J.P., López Blanco, F., Blázquez Buenadicha, C., Paredes Maña, M.M. y Pulido Cuadrado, F.J. (2015). Guía para el buen uso educativo de las TIC. Junta de Extremadura.

Rodríguez Aguirre, P. (2022). "Resignifying the links from- intra and intergenerational- dialogues between children-adolescents with adults after the Pandemic, its impact on family and social coexistence in Argentina". (Paper presented in ESA- RN04 The Sociology of children and childhood. Mid- Term Symposium). Engaging with children's lives theoretically, building on and breaking through existing epistemologies. Organised by Inverness College, University of the Highlands and Islands, Scotland. 12th 14th July 2022.

Rojas Monedero, R. (2020). Construyendo Paz en las Aulas desde la Inteligencia Emocional. *Eirene Estudios de Paz y Conflictos*, 3(5), 31-48. Recuperado de: <https://www.estudiosdepazyconflictos.com/index.php/eirene/article/view/94>

Sarratea, L. (2017). Curso: Operador Didáctico. ONG "Un lugar para crecer". San Nicolás, Pcia. de Buenos Aires.

Sociedad Argentina de Pediatría. (2020). Uso de Pantallas en tiempos del Coronavirus. Recuperado de: https://www.sap.org.ar/uploads/archivos/general/files_uso-pantallas-epoca-covid_1589324474.pdf

Suárez Colorado, Y. (2012). La Inteligencia Emocional como Factor Protector ante el Suicidio en Adolescentes. *Revista de Psicología GEPU*, 3(1), 182-200. Recuperado de: [https://revistadepsicologiagepu.es.tl/La-Inteligencia-Emocional-como-Factor-Protector-ante-el-Suicidio-en-Adolescentes.htm#:~:text=Chan%20y%20Nock%20\(2009\)%2C,-sin%20embargo%20las%20relaciones%20no](https://revistadepsicologiagepu.es.tl/La-Inteligencia-Emocional-como-Factor-Protector-ante-el-Suicidio-en-Adolescentes.htm#:~:text=Chan%20y%20Nock%20(2009)%2C,-sin%20embargo%20las%20relaciones%20no)

UNICEF. (2017). Guía de sensibilización sobre Convivencia Digital. Recuperado de: https://www.unicef.org/argentina/sites/unicef.org/argentina/files/2018-04/COM-Guia_ConvivenciaDigital_ABRIL2017.pdf

UNICEF. (2020). Guía de Sensibilización sobre Convivencia Digital. Recuperado de: <https://www.unicef.org/argentina/media/9481/file/Gu%C3%ADa%20sobre%20Convivencia%20Digital-2020.pdf>

Vallés, A. (2008). Propuestas emocionales para la convivencia escolar. El programa PIECE. Recuperado de: https://www.euskadi.eus/contenidos/noticia/irakurketa_gida_adimena_1_17/es_def/adjuntos/valles.pdf

Walkerdine, V. (2007). There is a multiplicity of childhoods. *The Education Monitor*, 10(5), 38-40.

Wyness, M. G. (2012). "Children participation and intergenerational dialogue: Bringing adults Back into the analysis". *Childhood: a global journal of child research*, 120(4), 429- 442. doi: 10.1177/0907568212459775.

[Imagen sin título sobre Avatar femenino] (s.f). Recuperado de: https://www.freepik.es/vector-premium/chica-cara-constructor-caracter-infantil-avatar-creacion-nina-cabeza-labios-u-ojos-ilustracion-conjunto-elementos-faciales-girly-construccion-peinado-ninos-fondo_8220892.htm

[Imagen sin título sobre Avatar masculino] (s.f). Recuperado de: https://www.freepik.es/vector-premium/boy-cara-constructor-personaje-infantil-creacion-avatar-chico-cabeza-labios-ojos-ilustracion-conjunto-construccion-elementos-faciales-hombre-nino-peinado-ninos-fondo_8220318.htm

[Imagen sin título sobre Banco de la Paz] (s.f). Recuperado de: <https://pbs.twimg.com/media/DoWOASmXsAMI70P.jpg>

[Imagen sin título sobre Botella de la Calma] (s.f). Recuperado de: <https://www.diariodecuyo.com.ar/tendencia/Como-hacer-el-frasco-de-calma-un-elemento-muy-util-paralos-chicos-20221026-0034.html>

[Imagen sin título sobre Cara Feliz y Cara Triste] (s.f). Recuperado de: <https://www.pngwing.com/es/free-png-vuukw>

[Imagen sin título sobre Ciberacoso] (s.f). Recuperado de: https://www.telesurtv.net/_export/1648603608173/sites/telesur/img/2022/03/29/ci.png_1718483346.png

[Imagen sin título sobre Computadora] (s.f). Recuperado de: <https://www.freepng.es/png-8iudij/>

[Imagen sin título sobre Convivencia Digital] (s.f). Recuperado de: <https://www.grupoeducar.cl/wp-content/uploads/2019/04/inquietudes.jpg>

[Imagen sin título sobre Convivencia Escolar] (s.f). Recuperado de: <https://colegiosantasabina.cl/wp-content/uploads/2021/04/convivencia-1024x683.png>

[Imagen sin título sobre Convivencia Escolar – Portada] (s.f). Recuperado de: https://img.freepik.com/vector-gratis/dibujado-mano-dia-juventud-personas-abrazandose-juntas_23-2148583760.jpg

[Imagen sin título sobre Dado de la Paz – Modelo] (s.f). Recuperado de: http://livingpeaceinternational.org/attachments/article/3/A4_dado_de_la_paz_es.pdf

[Imagen sin título sobre Dado de la Paz para la Juventud – Modelo] (s.f). Recuperado de: <http://livingpeaceinternational.org/attachments/article/335/ES%20Dado%20giovani.pdf>

[Imagen sin título sobre Diario de las Emociones] (s.f). Recuperado de: <https://www.actividadesdeinfantilyprimaria.com/2021/03/25/mi-diario-de-las-emociones/>

[Imagen sin título sobre El Monstruo de Colores – Alegría] (s.f). Recuperado de: <https://www.pinterest.es/pin/631418810239975804/>

[Imagen sin título sobre El Monstruo de Colores – Amor] (s.f). Recuperado de: <https://www.pinterest.es/pin/692006298963734801/>

[Imagen sin título sobre El Monstruo de Colores – Calma] (s.f). Recuperado de: <https://www.pinterest.es/pin/692006298963734802/>

[Imagen sin título sobre El Monstruo de Colores – Miedo] (s.f). Recuperado de: <https://www.pinterest.es/pin/621074604832585797/>

[Imagen sin título sobre El Monstruo de Colores – Rabia] (s.f). Recuperado de: <https://ar.pinterest.com/pin/448037862915072837/>

[Imagen sin título sobre El Monstruo de Colores – Tristeza] (s.f). Recuperado de: <https://www.pinterest.es/pin/861172759966032231/>

[Imagen sin título sobre El Mundo de las TIC] (s.f). Recuperado de: <https://www.pinterest.es/pin/24980972925070741/>

[Imagen sin título sobre el Uso de Pantallas] (s.f). Recuperada de: https://www.freepik.es/vector-gratis/profe-sor-que-muestra-respuesta-correcta-telefono-ninos-clase-grupo-ninas-ninos-dibujos-animados-que-usan-tabletas-computadoras-portatiles-mesa-ilustracion-vectorial-plana-aula-educacion-concepto-tecnologia_22344036.htm

[Imagen sin título sobre el Uso de las TIC en clase] (s.f). Recuperado de: <https://www.pinterest.es/pin/842876886499893557/>

[Imagen sin título sobre Familia usando TIC] (s.f). Recuperado de: <https://noticias.unad.edu.co/index.php/gid-t/3065-enfermedades-por-uso-incorrecto-de-la-tecnologia-2>

[Imagen sin título sobre Huellas de las Manos] (s.f). Recuperado de: https://www.freepik.es/fotos-premium/huellas-manos-color-ninos-sobre-fondo-blanco_25209430.htm

[Imagen sin título sobre Inteligencia Emocional] (s.f). Recuperado de: <https://lectera.com/info/es/articles/inteligencia-emocional>

[Imagen sin título sobre Logo de Wi-Fi] (s.f). Recuperado de: https://www.flaticon.es/icono-gratis/wifi_93158

[Imagen sin título sobre Modelo de Comecocos de Emociones] (s.f). Recuperado de: <https://www.bloghoptoys.es/descarga-el-comecocos-de-las-emociones/>

[Imagen sin título sobre Modelo de Comecocos de Emociones con Instrucciones] (s.f). Recuperado de: <https://www.actiludis.com/2014/07/27/comecocos-de-las-emociones/comecocos-emociones-3/>

[Imagen sin título sobre Niña con el Celular en la Cama] (s.f).
Recuperado de: <https://www.alamy.com/illustration-of-a-kid-girl-using-a-tablet-computer-while-sitting-in-bed-image238328195.html>

[Imagen sin título sobre Niña Desobedeciendo] (s.f). Recuperado de: https://stock.adobe.com/ar/images/internet-and-smart-phone-addiction/338962683?asset_id=338962726

[Imagen sin título sobre Niña enojada con Tablet] (s.f). Recuperado de: https://es.123rf.com/clipart-vectorizado/chica_enojada.html

[Imagen sin título sobre Niño Desayunando] (s.f). Recuperado de: https://www.freepik.es/vector-premium/nino-dibujos-animados-desayunando-cereales_26076542.htm

[Imagen sin título sobre Niño Durmiendo] (s.f). Recuperado de: https://www.freepik.es/vector-premium/nino-durmiendo-cama-gatito_3848265.htm

[Imagen sin título sobre Niño Obedeciendo] (s.f). Recuperado de: https://www.freepik.es/vector-premium/madre-enojada-adiccion-al-nino-chico-telefono-inteligente_6489813.htm

[Imagen sin título sobre Niños Comiendo con el Celular] (s.f). Recuperado de: https://es.123rf.com/photo_82442093_ni%C3%Blos-con-tel%C3%A9fono-celular-en-la-mesa.html?is_plus=1

[Imagen sin título sobre Niños Jugando] (s.f). Recuperado de: https://www.freepik.es/vector-gratis/personaje-dibujos-animados-nino-nina-jugando-balancin-sobre-fondo-blanco_18055493.htm

[Imagen sin título sobre Niños Jugando con el Celular] (s.f). Recuperado de: <https://www.pinterest.es/pin/316589048811081805/>

[Imagen sin título sobre Portada General] (s.f). Recuperado de: <https://alcazardelascondes.cl/2021/04/09/comenzo-la-presentacion-de-la-unidad-de-fyce-en-las-jefaturas/>

[Imagen sin título sobre Registro Mensual de Emociones] (s.f). Recuperado de: <https://ar.pinterest.com/pin/559572322453913511/>

[Imagen sin título sobre Serie: Renata, Nazareno y el mundo de Los Sentimientos] (s.f). Recuperado de: <https://blogs.ffyh.unc.edu.ar/escueladefilosofia/2015/04/13/filosofar-con-ninos-en-renata-nazareno-y-el-mundo-de-los-sentimientos/>

[Imagen sin título sobre Rincón de las Emociones] (s.f). Recuperado de: <https://corazonmaestra.wordpress.com/2019/12/08/el-rincon-de-las-emociones/>

[Imagen sin título sobre Rincón de las Emociones II] (s.f). Recuperado de: <https://educacioninfantil.lasalle.es/el-rincon-de-las-emociones-siento-luego-existo/>

[Imagen sin título sobre Semáforo de la Conducta] (s.f). Recuperado de: <https://loycarecursos.blogspot.com/2017/10/el-semaforo-de-la-conducta.html#>

[Imagen sin título sobre Semáforo para Pensar] (s.f). Recuperado de: <https://www.eltallerdelmodelista.com/img/cms/Blog%20QDJ/2021/tecnica-semaforo.jpg>

[Imagen sin título sobre Símbolo de Correcto] (s.f). Recuperado de: https://es.pngtree.com/freepng/chek-icon-for-your-project_4813294.html

[Imagen sin título sobre Símbolo de Incorrecto] (s.f). Recuperado de: <https://www.ultracoloringpages.com/es/p/prohibido-p%C3%A1gina-de-colorear/22fa0f8f81e7346bee175a070ac9c9a9>

[Imagen sin título sobre Tarjetero de las Emociones] (s.f). Recuperado de: <https://www.orientacionandujar.es/2021/02/11/registro-semanal-de-emociones/>

[Imagen sin título sobre Técnica del Ovillo – Adolescentes] (s.f). Recuperado de: <https://es.salescheapstore2022.ru/content?c=dinamica%20tela%20de%20ara%C3%B1a&id=16>

[Imagen sin título sobre TIC - Portada]. (s.f). Recuperada de: <https://www.on24.com.ar/locales/universidad-cambia-su-insignia/>

[Imagen sin título sobre Universidad Siglo 21 – Portada]. (s.f). Recuperada de: <https://i.pinimg.com/originals/e6/94/c2/e694c245faca232714e419da05fee6e.jpg>

[Imágenes sin título sobre Carteles Motivacionales] (s.f). Recuperado de: <https://www.pinterest.es/pin/598345500488802267/>

[Imágenes sin título sobre Comecocos de Emociones] (s.f). Recuperado de: <https://www.bloghoptoys.es/descarga-el-comecocos-de-las-emociones/>

[Imágenes sin título sobre Dado de la Paz] (s.f). Recuperado de: <https://www.focolare.org/conosur/>

news/2016/07/25/el-dado-de-la-paz-de-la-plaza-al-celular/

[Imágenes sin título sobre el Uso de la Computadora] (s.f). Recuperado de: <https://sp.depositphotos.com/stock-photos/ni%C3%B1os-usando-computadora.html>

[Imágenes sin título sobre Guillermo, el globito] (s.f). Recuperado de: <https://www.istardukediciones.com/p3429195-guillermo-el-globito.html>

[Imágenes sin título sobre Secuencia Animada] (s.f). Recuperado de: <https://es.dreamstime.com/ni%C3%B1a-con-vector-de-smartphone-usando-un-computadora-ni%C3%B1o-dibujo-animado-internet-m%C3%B3vil-adicci%C3%B3n-gadget-dispositivo-image157366205>

[Imágenes sin título sobre Técnica del Ovillo] (s.f). Recuperado de: <http://www.auladeelena.com/2016/10/dinamica-de-grupo-el-ovillo.html>

Elaborado para el Colegio Juan Pablo II
Cátedra de Seminario de Práctica Profesional
Universidad Siglo 21

Ciudad de Córdoba, Argentina.
Noviembre de 2022.

UNIVERSIDAD
SIGLO 21

ISBN 978-631-90229-8-8



9 786319 022988