

## ¿Cómo cuido mis derechos?

<b>Objetivo:</b> Reflexionar sobre las condiciones que implican respeto a los derechos propios y también sobre aquellas que facilitan la identificación de “signos de alarma”, la puesta en práctica de habilidades psicosociales y de recursos simbólicos en tanto factores protectores personales.
<b>Tiempo:</b> 60 minutos
<b>Material:</b> Papel y lápiz, pizarrón (o equivalente), tarjetas
<ul style="list-style-type: none"><li>• La o el docente da la instrucción para que las y los estudiantes formen grupos pequeños y vayan anotando en una hoja sus ideas sobre “¿Cómo gustaría que me traten los adultos en la escuela y en mi casa?”</li><li>• Después, dependiendo de la cantidad de grupos, cada grupo escoge las 2 o 3 que les parezcan más importantes para compartir en con el grupo general. El o la docente va recogiendo los aportes de cada grupo, anotándolos donde todas y todos puedan verlos. También irá haciendo énfasis en aquellos comportamientos que son claves para la convivencia armónica (ej.: hablar sin gritar ni maltratar, brindar cariño, preguntar y escuchar acerca de lo que piensan y sienten, ayudar cuando lo requieren, etc.)</li><li>• A continuación, la o el docente mostrará cada una de las tarjetas (anexo) y preguntará al grupo general de estudiantes: “¿Qué está pasando en cada situación? ¿Qué emociones muestra cada niña o niño? ¿En cuáles las o los niños se ven cómodos y en cuáles no? ¿Por qué? La o el docente va recogiendo las respuestas de las y los estudiantes, y expandiendo en el contexto de por qué una situación está bien y otra no.</li><li>• Se debe trabajar sobre algunas herramientas de autocuidado, como por ejemplo: el reconocimiento de los propios sentimientos; la capacidad de expresarlos, particularmente en situaciones en las que no se sienten cuidados; el cuidado del propio cuerpo, la capacidad de buscar ayuda en otra persona adulta y contar lo que les pasa; la capacidad de decir “no” frente a situaciones que incomodan o hacen sentir mal, especialmente entre las niñas y adolescentes, así como entender el significado de los secretos (nadie puede obligarles a guardar secretos que les hacen sentir mal, incómodos o confundidos).</li></ul>
<b>Evaluación:</b> La o el docente puede evaluar la comprensión de la actividad haciendo preguntas de cierre como “¿Qué aprendimos sobre los secretos? ¿Está bien decir ‘no’ si nos sentimos incómodas/os? ¿Qué cosas pueden hacer los adultos, profesores o familiares, para que nos sintamos más seguras/os?”
<b>Anexo:</b> Tarjetas:



Actividad adaptada del cuadernillo Educación sexual integral para la educación primaria: contenidos y propuestas para el aula. 1a ed. - Buenos Aires: Ministerio de Educación de la Nación, 2018.