



ESTADO PLURINACIONAL DE BOLIVIA
Ministerio de Educación
Morombeguasú Jerotá
Yachay Kamachina
Yaticha Kamana

CRECIENDO EN CONVIVENCIA PACÍFICA Y ARMÓNICA



GUÍA DE LA MAESTRA Y EL MAESTRO
PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA
Y LA PROMOCIÓN DEL BUEN TRATO

Instituto Plurinacional de Estudio de Lenguas y Culturas (IPELC)

Título: **Creciendo en convivencia pacífica y armónica**
“Guía de la maestra y el maestro para la prevención de la violencia y la promoción del buen trato”

Primera edición
130 p.; 21 x 24
1.000 ejemplares

Depósito legal: 8-1-44-20 PO

Santa Cruz – Bolivia, 2019

Pedro Apala Flores

Director General Ejecutivo - IPELC

Wilberg Cutipa Pérez

Jefe Unidad de EIIP y Fortalecimiento Institucional – IPELC

Elaborado por:

Vilma Panozo Fuentes
Consultora de IPELC

Apoyo técnico UNICEF:

Sandra Arellano Ochoa
Oficial de Educación/ Protección de la Niñez y Adolescencia

Siria Aramayo Zamudio

Consultora de IPELC - UNICEF

Sandra Carbajal Plaza

Consultora de UPIIP / Ministerio de Educación - UNICEF

Ilustración:

Angélica Yesenia Rodríguez Barbery
Consultora de IPELC

Diseño e impresión:

Max Print Imprenta

Esta guía se realizó con la asistencia técnica de UNICEF Bolivia y el financiamiento del Gobierno de Canadá, en el marco del programa “Adolescentes empoderados para prevenir embarazos, VIH y violencias en Bolivia”.

IPELC

Barrio Hamacas, Plan 12, Calle 1. No. 4130, Cuarto Anillo, entre Av. Banzer y Beni, Santa Cruz de la Sierra – Bolivia.

Teléfonos: 71331543

Correo electrónico: ipelc@ipelc.gob.bo

Web: ipelc.gob.bo

E-mail: ipelc@ipelc.gob.bo

CONTENIDO

PRESENTACIÓN

INTRODUCCIÓN

TEMA 1 CONVIVAMOS EN RESPETO

I.	INICIAMOS	23
1.1	Objetivo holístico	
1.2	Actividad de inicio	
II.	CONOZCAMOS	23
2.1.	La convivencia	
2.1.1.	Bases de la convivencia	
2.2.	El respeto ¿Qué es?	
2.2.1	El respeto a uno mismo	
2.2.2.	El respeto a los demás	
III.	PRACTIQUEMOS	32
IV.	PRODUZCAMOS	43
V.	VALORAMOS	43

TEMA 2 CONSTRUYAMOS UNA VIDA CON RESPETO Y PAZ

I.	INICIAMOS	49
1.1.	Objetivo holístico	
1.2.	Actividad de inicio	
II.	CONOZCAMOS	49
2.1.	La violencia	
2.1.1.	Tipos de violencia por causa u omisión según la naturaleza del acto	
2.1.2.	Modalidades del ejercicio de la violencia	
2.1.3.	Clases de violencia en el sistema educativo según el tipo de agente que interviene	
2.1.4.	Causas de la violencia	
2.1.5.	Consecuencias de la violencia	
2.2.	Factores de protección para promover el buen trato	
2.2.1.	Autoprotección	
2.2.2.	Conocimiento de derechos y deberes	
2.2.3.	Construyendo una masculinidad saludable	
2.2.4.	La equidad de género	
2.2.5.	La prevención de la violencia en el marco del enfoque de fortalecimiento de valores	
III.	PRACTIQUEMOS	75
IV.	PRODUZCAMOS	91
V.	VALORAMOS	91

TEMA 3 SUPERANDO LOS CONFLICTOS Y CONSTRUYENDO PAZ

I.	INICIAMOS	96
	1.1. Objetivo holístico	
	1.2. Actividad de inicio	
II.	CONOZCAMOS	96
	2.1. Habilidades para la vida	
	2.1.1. Habilidades sociales	
	2.1.2. Habilidades para el control de emociones	
	2.2. Factores protectores para la prevención de violencia en la comunidad educativa.	
	2.2.1 Plan de Convivencia Pacífica y Armónica	
III.	PRACTIQUEMOS	109
IV.	PRODUZCAMOS	121
V.	VALORAMOS	121
	BIBLIOGRAFÍA	124



ÍNDICE DE CUADROS

CUADRO N° 1	Estructura de la guía de la maestra y maestro para la prevención de violencia y la promoción de buen trato y plan de clase	14
CUADRO N° 2	Contenidos del currículo base primaria	15
CUADRO N° 3	Contenidos de currículo base secundaria	16
CUADRO N° 4	Esquema curricular complementario entre currículo base y currículo regionalizado	18
CUADRO N° 5	Currículo regionalizado de la Nación Chácobo	19
CUADRO N° 6	Factores que pueden influir en el desarrollo del adolescente	27
CUADRO N° 7	Relaciones interpersonales en la comunidad educativa	29
CUADRO N° 8	Definición de la violencia según la Ley N° 348 y Ley N° 548	50
CUADRO N° 9	Ley N° 073, "Ley de Deslinde Jurisdiccional"	51
CUADRO N° 10	Definición de la violencia sexual según la Ley N° 1768 y Ley N° 548	52
CUADRO N° 11	Consecuencias de la violencia en lo emocional, cognitivo y conductual a corto, mediano y largo plazo	66
CUADRO N° 12	Los niños, niñas y adolescentes deben conocer sus derechos y deberes	69
CUADRO N° 13	En el Estado Plurinacional de Bolivia la Equidad de Género es un principio definido en las siguientes normativas	71
CUADRO N° 14	Habilidades para la vida	97
CUADRO N° 15	Habilidades sociales básicas y complejas	97
CUADRO N° 16	Estilos de comunicación	98

PRESENTACIÓN

Sin duda, muchos esfuerzo y tiempo se ha dedicado a la comprensión, origen y consecuencias de la violencia. Instituciones públicas especializadas, ONG y otros han tratado de apoyar la erradicación de la violencia o por lo menos de disminuir su práctica también existen diferentes teorías formuladas por profesionales y especialistas del tema. Una de ellas, y se considera la más acertada, es aquella que se refiere a que la violencia es adquirida en casa. Cuando hay fricciones permanentes, discusiones de la pareja, el problema no solo es de ellos sino que también lo están transmitiendo a la hija o hijo que está presente o se da cuenta de que hubo pelea entre sus padres. Si bien en esos momentos no pueden decir ni hacer nada, esa amarga experiencia repercutirá en su vida adulta.

Es muy importante que los padres puedan reflexionar en lo siguiente: "Un día caminaban por el campo un padre y su pequeño hijo. El padre permanentemente le decía: hijo ten cuidado, ve por donde caminas, a lo que su pequeño respondió – Por mí no te preocupes papá, yo solo sigo tus pasos". Esto es educar con el ejemplo en vez de proporcionarle explicaciones largas a cerca de las circunstancias de la vida.

El texto: **"Guía de la maestra y el maestro para la prevención de la violencia y la promoción del buen trato"** elaborado por el Instituto Plurinacional de Estudio de Lenguas y Culturas (IPELC) a través de la Unidad de EIPP y Fortalecimiento Institucional con el apoyo técnico y financiero del UNICEF presenta una serie de contenidos que permitirán al maestro y maestra, primero comprender la violencia sus implicaciones y luego diseñar la promoción del buen trato consigo mismo con sus compañeros.

Un tema que es muy importante trabajar en el Sistema Educativo Plurinacional es el desarrollo de la autoestima. Muchas veces la violencia cobra muchas vidas cuando la persona víctima de la violencia permite ese trato. Esto porque no supo ni sabe auto-valorarse y aquí otra vez retrocedemos a la formación en la familia, sin embargo, la maestra y el maestro pueden ser un punto clave para el desarrollo de la autoestima.

Por otro lado, el texto "Guía del maestro y maestra para la prevención de la violencia y la promoción del buen trato" intenta dar una lectura aproximada de la pluralidad lingüística y cultural. Si bien, la violencia tiene el mismo ropaje en todas las culturas quizá su prevención tenga significado diferente.

Sin duda, aun existirán limitaciones en los contenidos planteados por lo que pedimos a los maestros y maestras y público lector que nos hagan llegar sus sugerencias para que el presente texto sea un aporte real.

Pedro Apala Flores

Director General Ejecutivo

INSTITUTO PLURINACIONAL DE ESTUDIO DE LENGUAS Y CULTURAS (IPELC)

INTRODUCCIÓN

La práctica de valores sociocomunitarios de nuestras naciones y pueblos indígena, originario, campesino y afroboliviano, son pilares fundamentales en los procesos educativos de las niñas, niños y adolescentes los cuales les permiten relacionarse de manera más adecuada y saludablemente con su entorno, fortaleciendo una convivencia pacífica y armónica.

Aunque se han hecho muchos esfuerzos para reducir la violencia, especialmente a través del desarrollo legislativo expresados en la Ley N° 548 (2014), Código Niña, Niño y Adolescente; Ley N° 348 (2013), Ley integral para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia; Ley de educación N° 070 (2010) "Avelino Siñani y Elizardo Pérez", Ley N° 045 (2010) de lucha contra el racismo y toda forma de discriminación y otras normativas que sancionan la violencia, todavía hay niñas, niños y adolescentes que sufren violencia en sus hogares, en la escuela y la comunidad, situación que de manera conjunta se debe revertir.

Es importante que toda la población, desde los diferentes roles, contribuya a promover una convivencia armónica y una cultura de paz, maestras, maestros, autoridades educativas, consejos educativos y los/las adolescentes deben formar parte activa del proceso de prevención de los diferentes tipos de violencia, construyendo puentes de diálogo y la resolución pacífica de conflictos.

El Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo, debe incluir contenidos a través de las diferentes áreas curriculares, como eje articulador, el desarrollo de los valores sociocomunitarios, para la prevención de los diferentes tipos de violencia y la adecuada resolución de conflictos.

La presente Guía del maestro y maestra para la prevención de la violencia y la promoción del buen trato" está dirigida a las maestras y maestros de las diferentes áreas de secundaria, tomando en cuenta que el Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo plantea una educación integral y holística teniendo como fundamento el desarrollo de las dimensiones del ser, saber, hacer y decidir del estudiante.

Los contenidos pueden introducirse tanto en materias específicas, así como en el eje articulador: "Educación en Valores Sociocomunitarios" en todas las materias.

Se sugiere la ampliación y/o profundización de cada una de las temáticas, según el contexto de la comunidad educativa, así como su integración en el Plan Nacional de Contingencia Educativa "prevención de violencia en entornos educativos" y en el calendario de actividades para la prevención de la violencia que se realiza el 25 de cada mes.

En el marco del Modelo Educativo Sociocomunitario Productivo la metodología aborda tres temáticas que tiene la finalidad de desmitificar, reflexionar y fomentar el pensamiento crítico sobre la naturalización de la violencia, estas temáticas se abordarán de la siguiente manera:

**TEMA N° 1
CONVIVAMOS CON RESPETO**

UNO DE LOS VALORES
FUNDAMENTALES QUE
DEMANDA LA PRÁCTICA
CONSTANTE EN NUESTRO
DIARIO VIVIR



**TEMA N° 2
CONSTRUYENDO UNA VIDA CON RESPETO Y PAZ**

PRESENTA LOS DIFERENTES
TIPOS DE VIOLENCIA Y LOS
FACTORES DE RIESGO Y DE
PROTECCIÓN QUE
PERMITIRÁ, IDENTIFICAR,
DESMITIFICAR Y PREVENIR LA
VIOLENCIA



**TEMA N° 3
SUPERANDO LOS CONFLICTOS Y CONSTRUYENDO PAZ**

TIENE LA FINALIDAD DE
FORTALECER LAS
RELACIONES
INTERPERSONALES



Cada temática está organizada en base a las orientaciones metodológicas: Práctica, Teoría, Valoración y Producción las cuales se presentan de la siguiente manera:



Se utilizó las mismas orientaciones metodológicas del plan de clases, ésto para facilitar la incorporación de contenidos a sus planificaciones.

CUADRO N° 1

Estructura de la Guía de la maestra y maestro para la prevención de violencia y la promoción de buen trato y Plan de clase

Estructura del plan de clase

PLAN DE CLASE		
Datos referenciales		
Unidad educativa:		
Nivel:		
Año de escolaridad:		
Bimestre:		
Campo:		
Área:		
Tiempo:		
Proyecto socioproductivo		
Temática orientadora:		
Objetivo holístico		
Contenidos y ejes articuladores		
Orientaciones metodológicas	Recursos materiales	Criterios de evaluación
PRÁCTICA		Ser
TEORÍA		Saber
VALORACIÓN		Hacer
PRODUCCIÓN		Decidir
Producto:		
Bibliografía:		

Estructura de los contenidos planteados en la Guía

I. INICIAMOS

- Objetivo holístico: Fortalecemos los valores sociocomunitarios a través de buenas prácticas de respeto en la comunidad educativa reflexionando sobre las actitudes negativas y positivas para una convivencia armónica y pacífica.
- Actividad de Inicio: preguntas introductorias

II. CONOZCAMOS

- El respeto ¿Qué es?
- El respeto a uno mismo
 - La autoestima
- El respeto a los demás
 - El respeto en la familia
 - El respeto en la comunidad educativa
 - El respeto a la madre naturaleza

III. PRACTIQUEMOS

- El respeto
- El respeto a uno mismo
- El respeto a los demás

IV. PRODUZCAMOS

Se planea diferentes opciones para la elaboración de productos

V. VALORAMOS

- Preguntas para la etapa de valoración
- Herramienta de valoración
- Realice sus observaciones y conclusiones

CUADRO N° 2
Los contenidos responden al currículo base de primaria

Temáticas: Fortalecer la convivencia pacífica mediante el trabajo en valores y temáticas relacionadas						
	1° año	2° Año	3° Año	4° Año	5° Año	6° Año
	<p>La comunicación en la familia, la escuela y en las actividades de la comunidad.</p> <p>Convivencia familiar y prácticas productivas en la comunidad</p>	<p>Principios de convivencia en comunidad.</p> <p>Potencialidades productivas y factores climáticos en la comunidad</p>	<p>Principios de convivencia en comunidad.</p> <p>Producción en el municipio en equilibrio con la naturaleza.</p>	<p>Diversidad sociocultural y su relación con los ecosistemas de la región.</p> <p>Principios ético morales en las diversas relaciones económicas de la región.</p>	<p>Identidad cultural y formas de producción.</p> <p>Producción y seguridad alimentaria en el Estado Plurinacional</p>	<p>Sistemas de organización sociopolítica en los pueblos del Abya Yala.</p> <p>Desarrollo e intercambio de la ciencia, tecnología y artes del Estado Plurinacional en el contexto del Abya Yala</p>
COSMOS Y PENSAMIENTO	<ul style="list-style-type: none"> - Identidad, autoestima y respeto a los miembros de la familia y comunidad. - Costumbres, tradiciones y valores sociocomunitarios en la familia en el contexto social, natural y cultural. - Convivencia recíproca y complementaria en la familia, escuela y comunidad. 	<ul style="list-style-type: none"> -Valores sociocomunitarios en relaciones de convivencia familiar, comunidad y municipal. -Reciprocidad y complementariedad en la Madre Tierra. -Principios y valores de reciprocidad y complementariedad en convivencia comunitaria. 	<ul style="list-style-type: none"> -Valores sociocomunitarios en actividades productivas (solidaridad, respeto, responsabilidad, reciprocidad y complementariedad) 	<ul style="list-style-type: none"> -Honestidad, puntualidad, responsabilidad, sinceridad en las actividades de convivencia socio culturales del municipio y departamento. -Igualdad de oportunidades y equiparación de condiciones como principio de convivencia comunitaria. -Sensibilidad ante el sufrimiento ajeno y contra la violencia en la sociedad. 	<ul style="list-style-type: none"> -Valores comunitarios y espirituales de los diversos pueblos y culturas del Estado Plurinacional. 	<ul style="list-style-type: none"> -Principios y valores de vida Sociocomunitario de los diferentes pueblos. -Bases de una cultura armónica: Valores sociocomunitarios y espiritualidades.
COMUNIDAD Y SOCIEDAD	<ul style="list-style-type: none"> - Integrantes de la familia, roles y ocupaciones. -Costumbres y tradiciones de la familia y la comunidad. -La seguridad de las y los estudiantes en la vida familiar, escolar y la comunidad. -Derechos y obligaciones de las y los estudiantes en la familia escuela y comunidad. -Equidad social y convivencia sin discriminación en la escuela y comunidad. 	<ul style="list-style-type: none"> -Normas sociales de vida comunitaria: acuerdos, consensos, reglamentos, seguridad, costumbres. -Derechos y obligaciones de los ciudadanos en la comunidad y el municipio. 	<ul style="list-style-type: none"> -Seguridad ciudadana frente a los riesgos de violencia, trata y tráfico de personas. 			

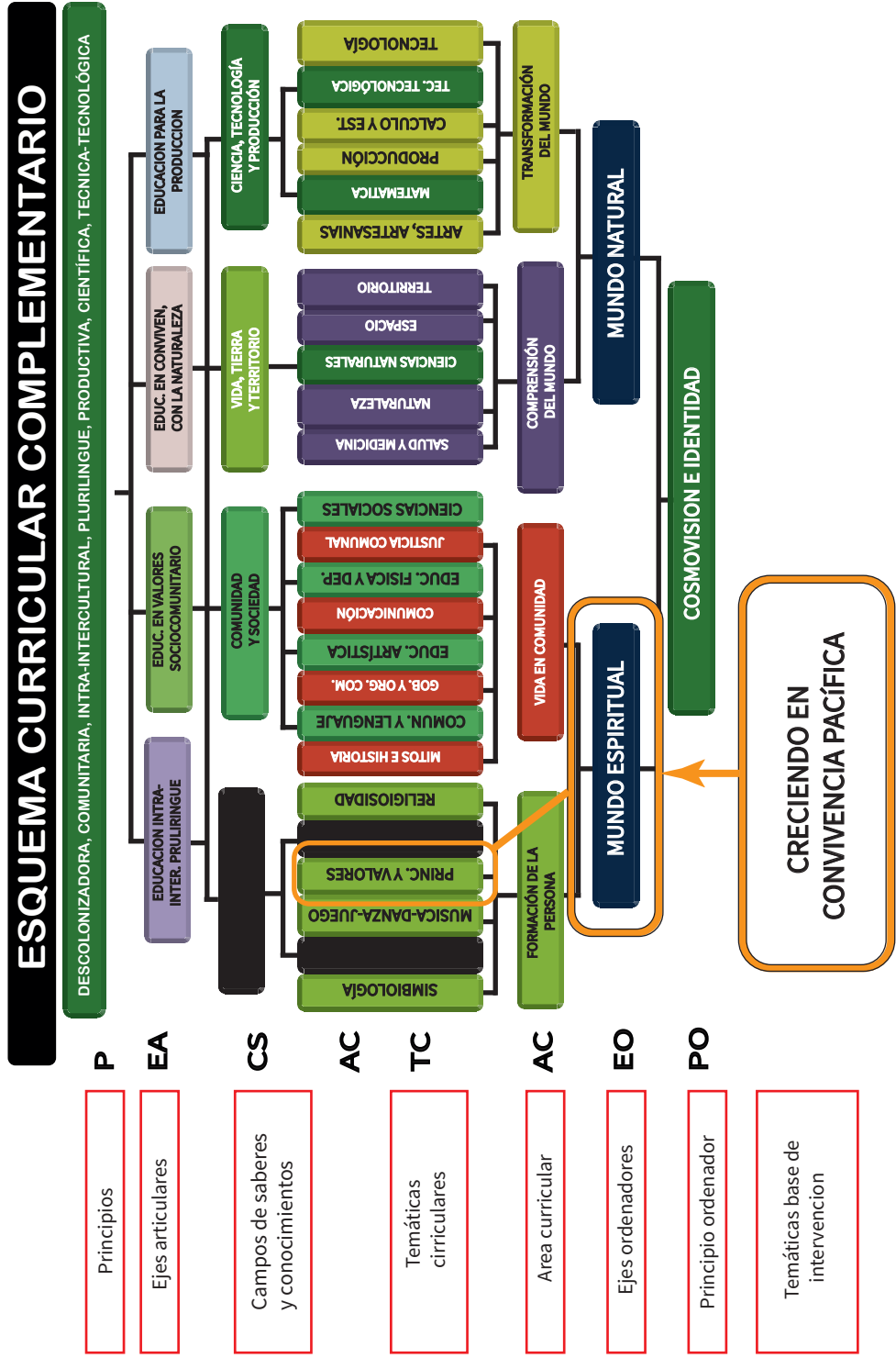
CUADRO N° 3
Contenidos de currículo base de secundaria

Temáticas: Fortalecer la convivencia pacífica mediante el trabajo en valores y temáticas relacionadas							
CSC	AC	1° Año	2° Año	3° Año	4° Año	5° Año	6° Año
COMUNIDAD Y SOCIEDAD	Comunicación y Lenguajes	*Análisis de patriarcalización textos que denotan discriminación y patriarcalización.					*Textos relacionados a derechos y deberes de los ciudadanos.
	Comunicación y Lenguajes (lengua extranjera)	*Práctica de valores comunitarios en los procesos de aprendizaje.		*Cultura, valores y principios frente a la civilización occidental. Fortalecimiento de la formación ciudadana sobre los derechos humanos.	*La descolonización como problemática económica, social, política, cultural. Participación; derechos, deberes y la conquista de ciudadanía. *La igualdad de oportunidades, equidad de géneros y derechos sexuales en Bolivia y el mundo. *Derechos y deberes de la niñez y adolescente.	*La descolonización, lineamientos y perspectivas: La Democracia Intercultural sus principios, valores, formas y mecanismos; el patriarcalismo y el racismo.	
	Ciencias Sociales	*Promoción de los valores de convivencia y bienestar común de las culturas. Valores Sociocomunitarios.					
	Música	*La música en la sociedad comunitaria y práctica de valores.					

Ciencia tecnología y producción	Educación Física y deportes	<p>*Se asume los valores de equidad de género, inclusión, respeto, solidaridad, cooperación en actividades deportivas.</p> <p>*Reflexión sobre los valores de equidad de género, inclusión, respeto, solidaridad, cooperación.</p> <p>*Promoción de actitudes y prácticas de complementariedad y reciprocidad en actividades deportivas y vida cotidiana de la comunidad.</p>	<p>*Relaciones de equidad de género, respeto a las diferencias y no discriminación de ningún tipo en las prácticas deportivas y otras.</p> <p>*Promoción de actitudes y prácticas de complementariedad y reciprocidad en actividades deportivas y vida cotidiana de la comunidad.</p>	<p>*Principios y valores de respeto a la integridad física de las personas y cuidado del medio ambiente.</p>			
Ciencia tecnología y producción	Áreas de especialización y formación técnica			<p>*Principios y valores de respeto a la integridad física de las personas y cuidado del medio ambiente.</p>			
Ciencia tecnología y producción	Áreas de especialización y formación técnica			<p>*Principios y valores de respeto a la integridad física de las personas y cuidado del medio ambiente.</p>			
Cosmos y Pensamiento	Valores, espiritualidad y religión	<p>*Valores sociocomunitarios de los pueblos.</p> <p>*Diálogo interior con el contexto en la identificación de los valores socio-comunitarios.</p> <p>*Respeto a las identidades de la plurinacionalidad.</p> <p>*Inequidad social en las relaciones: discriminación cultural, religiosa, económica, racial, espiritual y de género.</p> <p>*Actitudes respetuosas consigo mismo, los demás, la naturaleza y lo trascendente.</p> <p>*Los derechos y deberes universales y culturales fundamentales de toda persona humana.</p>		<p>*Siento y existo: los sentimientos, las creencias y los valores de la cultura propia.</p> <p>Las emociones, la exploración de emociones y sentimientos, ¿cómo nos afectan?</p> <p>*Ética en la solidaridad comunitaria.</p> <p>*Tipos y clases de emociones, reformulación de pensamientos para generar emociones positivas.</p> <p>*Las creencias y valores en la interreligiosidad que identifican mi personalidad.</p>			
	Cosmos, filosofía y psicología		<ul style="list-style-type: none"> Alteraciones de la conducta sexual: Violencia psicológica; violencia sexual pedofilia; zoofilia; necrofilia, coprofilia exhibicionismo; masoquismo. <p>¿Cómo se dan en nuestras culturas ancestrales?</p>				

En la introducción al currículo regionalizado los contenidos se introduce a partir del eje ordenador MUNDO ESPIRITUAL, por la temática curricular PRINCIPIOS Y VALORES

CUADRO N° 4
Esquema curricular complementario o articulado entre currículo base y currículo regionalizado



CUADRO N° 5
Currículo regionalizado de la Nación Chácobo

DIMENSIONES	OBJETIVOS	CONTENIDOS Y EJES ARTICULADORES	ORIENTACIONES METODOLÓGICAS	EVALUACIÓN
Ser Saber Hacer Decidir	Desarrollamos actitudes de valoración de respeto a los principios y valores del pueblo Chácobo, a través del análisis de las características culturales, para promover la convivencia armónica de la comunidad.	<p>PRINCIPIOS - VALORES</p> <p>Principios Los principios son valores que nos permiten orientar nuestro comportamiento en función de realizarnos como personas Trabajo comunal - quetsona ha yonoco ahina No seas dañino - Yoyoxenicato Yoyoyamati No sirve ser ladrón - Yoma xeni yama hue No seas mentiroso - Quiaxeniyama hue. Quiayamahue No seas flojo - Chiquishyamahue. Chiquish yama xohue</p> <p>No seas celoso - Ranomis yama hue No seas crítico - Ranimis yamanono No seas violento - meri Caxa yamanono</p> <p>VALORES Respeto al agua. Jene ihiyamahue Amar la vida - Iñoia bequinhaina Solidaridad - Mebi na bequihaina Unión - Quetsonano Justicia - Noqui yoba ahiva chani. Reciprocidad . mebi na bequi xenicabo Amor a la naturaleza - Nihí no noi ahina</p> <p>ANTI VALORES Antes la mujer no gozaba de libertad de expresión (Chani yamai yoxa bo ipaonique) Había violencia contra la mujer (yoxa bo rashai ja ipao ca nique)</p>	<p>PRÁCTICA; Generamos encuentros comunitarios con sabias y sabios chacobos para conocer los principios y valores ancestrales. Recuperación de los valores y principios propios de la comunidad chacobo</p> <p>TEORÍA: Contratamos los principios y valores ancestrales presentados por los sabios y sabias, con teorías de escritores nacionales referidas a la nación Chacobo.</p> <p>VALORACIÓN: Análisis y reflexión de los valores y principios de los pueblos Chacobo. Valoración de los principios morales que se practican en las comunidades Chacobo.</p> <p>PRODUCCIÓN: Elaboramos murales con mensajes referentes a los principios y valores</p>	<p>Reconocimiento de los diferentes tipos de principios y valores ancestrales.</p> <p>Respeto a los principios y valores de la comunidad</p> <p>Prácticas de principios y valores en la vida comunitaria</p>

CRECIENDO EN CONVIVENCIA PACÍFICA Y ARMÓNICA

Se articula los contenidos al currículo regionalizado de cada nación y pueblo indígena originario, como en el ejemplo que planteamos en el currículo regionalizado de la Nación Chácobo. Se observa que los currículos regionalizados tienen contenidos específicos relacionados a las temáticas planteados de distinta manera, por tanto, también se pueden introducir en base a la TEMÁTICA CURRICULAR: **Principios y valores.**



CONVIVAMOS EN RESPETO





I. INICIAMOS



1.1. Objetivo holístico

Fortalecemos el valor de respeto a través de buenas prácticas sociocomunitarias reflexionando y analizando sobre las actitudes negativas y positivas para crear una convivencia pacífica y armónica.

1.2. Actividad de inicio

Le sugerimos realizar una lluvia de ideas con las siguientes preguntas rectoras:

- ¿Qué entendemos por respeto?
- ¿A quién debemos tener respeto?
- ¿Para qué practicamos el respeto?

II. CONOZCAMOS

2.1. La convivencia

La convivencia es la coexistencia física y pacífica entre individuos o grupos que deben compartir un espacio. Tiene que ver con la vida en común y de la armonía que se busca en la relación entre las personas.

Aznar, Cáceres e Hinojo (2008) mencionando a Martínez, (2004) plantean la siguiente definición: "Aprender a convivir supone una relación social que va más allá de la mera coexistencia entre las personas, puesto que implica la realización práctica de ciertos comportamientos en cuanto al respeto mutuo, a la cooperación voluntaria y a compartir responsabilidades"

2.1.1. Bases de la convivencia

La convivencia al ser un proceso de interacción entre los integrantes de la comunidad educativa existe imprescindible consenso para construir un proceso de convivencia pacífica y armónica como cultura de paz.

La construcción de la cultura de paz es un proceso lento y complejo que constituyen elementos como la reconciliación, convivencia, tolerancia, participación, corresponsabilidad, por actividad, concertación, organización y positivismo.

El buen trato tiene que ver con prácticas, relaciones de amor y respeto con uno mismo y el entorno; en el ámbito escolar se

identifican 5 principios: el reconocimiento, la empatía, la colaboración y participación, la comunicación afectiva, negociación y mediación, la solidaridad es un valor que implica fidelidad, la comprensión del maltrato, el apoyo al perseguido, entre otros.

El convivir con respeto es la base fundamental de las relaciones interpersonales en toda comunidad. Dentro de esta convivencia este valor es imprescindible para establecer una convivencia pacífica y armónica. Los beneficios de un buen relacionamiento entre la persona y su entorno son la tranquilidad, la felicidad fortalece además los vínculos familiares, el sentido de pertenencia al grupo y en el ámbito educativo permite un buen aprendizaje en las y los adolescentes.

2.2. El respeto ¿Qué es?

El respeto es un valor desarrollado de forma tradicional en la vida social de diferentes comunidades, es entendido como el reconocimiento del "valor propio" y del valor del "otro" en igualdad; por ello, es importante que se reconozca el valor del respeto como un derecho. Es decir, que cada vez que se conversa, se juega, se estudia, se convive o trabaja con otras personas, surge una interrelación con alguien distinto, el cual debe ser valorado tomando en cuenta las diferencias, semejanzas y particularidades, de cada persona. El respeto permite que la sociedad viva en paz y en sana convivencia entre sus integrantes.

En nuestras naciones y pueblos indígenas originarios del Estado Plurinacional de Bolivia, el respeto, se debe a la dignidad de la naturaleza humana, al mundo natural, al mundo espiritual que nos rodea y a la cosmovisión e identidades culturales existentes. El respeto está en el diario vivir con la familia y en la comunidad, como principio normativo de nuestras comunidades (Choque, 2019).

ÑOMBOETE JAEKO
ÑANDEREKO YAIKO KAVI
VAËRA (Guaraní)
El respeto es nuestro
modo de vivir bien



ÑUQANCHIK
MUNAKUNANCHIK
TIYAN (Quechua)
"Nosotros tenemos
que querernos"



El respeto se transmite con el ejemplo, de generación en generación y con la participación de todos:

- Las madres, padres y los mismos hijos (familia).
- Las autoridades educativas como maestras, maestros, directoras y directores, consejos educativos, administrativos, las y los estudiantes (institución educativa).
- Las autoridades de las comunidades socioculturales como el cacique, el mburuvicha, corregidor, capitán, jilacata, mallku, mama t'alla, kuraka, jilanqu, dirigente u otra autoridad comunitaria (comunidad).

El respeto es un valor sociocomunitario que, a través de las buenas prácticas, permite una convivencia pacífica y armónica en el ámbito personal, familiar y educativo.

En algunas de las naciones y pueblos indígena originarios, el respeto se practica a través del saludo y para ello se usa términos propios, por ejemplo:

- En la cultura Quechua se les dice TIYUY, TIYAY (tía, tío) a las personas mayores, seguido del saludo, aunque no sean parientes.
- En la cultura Uru Chipaya, el saludo es una forma de respeto hacia las otras personas. El saludo se inicia con la palabra "TAT" y "MAM" (Este es un saludo con grado honorífico de respeto a las personas mayores que ya pasaron autoridad originaria, el saludo no tiene distinción de tiempo puede ser mañana, tarde o noche TAT dirigido al hombre y MAM a la mujer) a las personas mayores, seguido del saludo. (Entr. Felipe M. F., 30/08/2019).

2.2.1. El respeto a uno mismo

Respetarse a uno mismo significa aceptar y valorar lo que uno es, su identidad, su lengua, su cultura, su historia, su vestimenta, su origen; y valorar lo positivo que tiene y desde este punto de partida planear lo que uno quiere ser. Es entonces, desde la propia aceptación y estima personal que se puede aceptar a otra persona (Celis, 2019), con su propia identidad, cultura, historia, etc., esto, aunque los hace diferentes, no quita a ninguno su cualidad de ser humano, de ser valiosa o valioso en la sociedad.

Una persona que se respeta:

- Conoce sus fortalezas y debilidades.
- Se da el espacio a sí mismo y a los demás.
- Permanece estable internamente, sin ningún sentimiento de inferioridad o superioridad.
- Reacciona ante el peligro y busca ayuda para su seguridad integral.
- No tiene necesidad de depender de otras personas para satisfacer su necesidad de compañía, apoyo o confianza (independencia).
- Trata a los demás con consideración y respeto.
- Muestra rechazo ante las distintas formas de discriminación y vulneración de los derechos humanos.
- Manifiesta sentido de la identidad y de pertenencia a una comunidad.
- Responde adecuadamente ante diferentes mensajes agresivos (autocontrol).
- Busca conocerse a sí mismo y de conocer a las personas con las que se encuentra.
- Participa con la familia, los compañeros, maestras o maestros en actividades sociales que impliquen el cuidado de otras personas y de la naturaleza (ICE, s.f.).



"Autoconcepto, es el conjunto de características físicas, afectivas, sociales, etc., que conforman la imagen que tiene una persona de sí misma"

Adquirir autorespeto, implica conocerse a sí mismo, para luego aceptar los errores que se tiene y asumir el compromiso de mejorar constantemente.

a) La autoestima

Es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo" (Citado por Bonet, 2017).



Se la define también como la valoración positiva o negativa que el sujeto hace de su autoconcepto, valoración que se acompaña de sentimientos de valía personal y auto aceptación (Gonzales, 1999), esto contribuye significativamente a incrementar la confianza de uno mismo y poder interactuar adecuadamente con los otros, la autoestima, entendida de ese modo, influye y se expresa a través del comportamiento de la persona en todas sus dimensiones y manifestaciones, tales como autoaceptación, afrontamiento, aceptación de los demás e interacciones sociales, entre otras.

2.2.2. El respeto a los demás

Las personas estamos en constante interacción con lo que nos rodea a través de una interacción cíclica, en el que nuestras relaciones son guiadas en base a los valores sociocomunitarios, como el respeto.

El respeto a los demás es, esa consideración y trato valioso que se tiene a todo lo que nos rodea. Por ejemplo:

- Entre las diferentes personas, ya sean cercanas o lejanas, como los familiares, vecinos, amigos, etc. y hasta desconocidos.
- Asimismo, el ser humano no solo interactúa con las personas que le rodean, también convive con ese mundo natural, referido a los animales y a las plantas, de los cuales también se dota de alimentación y compañía.
- Otro mundo con el que también las personas interactúan en su cotidiano vivir es, ese mundo espiritual y cósmico, el cual no se ve, pero se siente, al que también se le debe respeto.

**"JA JÍA ITIXO JAHARÍ
NOBA JABI SIRI
JOIMATI" (Chácobo)**
"Aceptar y valorar lo
que es uno con su
identidad"



**"TUKUYMAN
YUPAYCHANA"**
(Quechua)

"Respetemos a todos"



2.2.2.1. El respeto en la familia

La familia es el espacio donde se inicia la vida social a través de la enseñanza y práctica de determinados valores, uno de ellos es el respeto mutuo entre los integrantes. Para ello, al interior de la comunidad familiar, el respeto se desarrolla entre los miembros practicando la honestidad, la sinceridad fortaleciendo la confianza, y la comunicación abierta.

Los tipos de crianza que emplean las familias también definirá otros aspectos como las relaciones de poder y los estereotipos de género que son naturalizados y apropiados desde los primeros años de vida entre sus integrantes. Dentro de la interacción en la familia existen factores que pueden influir para el desarrollo de una relación negativa generando miedo así como también otros que pueden fortalecer el respeto en la o el adolescente.

**"ÑAMBOETEVÍ
ÑANEÑOÑARETA"**
(Guaraní)

**"Respetamos a la
familia"**



CUADRO N° 6 Factores que pueden influir en el desarrollo del adolescente

EXISTE MIEDO SI...

- Se amenaza y grita constantemente.
- Se imponen formas de corrección sin justificar el por qué se las está utilizando.
- No se escucha a los hijos.
- No respeta a los miembros de la familia.
- Se humilla y compara.
- Se usa siempre la expresión "porque yo lo digo".



EXISTE RESPETO SI...

- Se apoya y motiva en las actividades escolares.
- Si se pide las cosas con un "por favor" y se da las gracias.
- Se educa con el ejemplo.
- Se establece normas y límites claros.
- Se escucha y se es paciente.
- Se intenta ser justo con las formas de corrección.
- Se expresa afecto respetando el espacio de la hija o hijo.
- Se comunica sin agresividad y se genera confianza y diálogo.



Fuente: Roldan. M.J. (2015).

Existen varios elementos que se pueden trabajar dentro la familia para promover el respeto, dentro de estos está la práctica de la crianza positiva alejada de los castigos y centrada en los límites y consecuencias generando en las niñas, niños y adolescentes efectos positivos como:

- Sentimientos de importancia y valía.
- El aumento en logros académicos.
- Aprendizaje en la expresión de opiniones y la negociación respetuosa de las normas de casa.
- El fortalecimiento de la independencia.
- Aumento de autoestima y la seguridad en sí mismos.
- Regulación de emociones de una forma adecuada, aumentando la tolerancia a la frustración.
- Resolución adecuada de conflictos, utilizando el diálogo y la empatía.
- La autorregulación.

Algunas formas en las que todos los miembros de la familia pueden practicar el respeto son:

- Comunicarse de manera asertiva, clara y respetuosa entre el padre y la madre y entre los progenitores y las hijas e hijos.
- Expresar lo que se piensa y siente a los integrantes de la familia.
- Practicar la escucha activa (escuchar con atención y comprendiendo lo que la otra persona quiere decir).
- Contar con reglas claras en la familia y respetarlas tanto por parte del padre, la madre como de los hijos.

2.2.2.2. El respeto en la comunidad educativa

El respeto constituye la esencia misma de la educación, por lo tanto la comunidad educativa es la que debe proporcionar la guía y los pasos necesarios para fortalecer el respeto en la interrelación de sus miembros, promoviendo una convivencia pacífica y armónica. Algunos de los elementos que deben estar presentes y cumplirse en la comunidad educativa son los siguientes:

- Respetar y hacer respetar las reglas de la comunidad educativa y las que establecen la convivencia pacífica y armónica.
- Elaborar de manera participativa con todos los miembros de la comunidad educativa el Plan de Convivencia Pacífica y Armónica, establecido en el Código Niña, Niño y Adolescente.
- Conocer, cumplir y hacer cumplir el "Protocolo de prevención, actuación y denuncia en casos de violencia física, psicológica y sexual en unidades educativas y centros de educación especial" donde se establece con claridad lo que la maestra o el maestro puede o no hacer, por ejemplo: el no quedarse a solas con un o una estudiante y otras normas.
- Escuchar con atención a todos los integrantes de la comunidad educativa, (maestras y maestros, madres y padres, las y los estudiantes y autoridades).
- Valorar y enseñar a valorar el trabajo y esfuerzo de todos los integrantes de la comunidad educativa (de las y los estudiantes, de la y el director, del consejo educativo, madres y padres de familia. Evitar los conflictos o conductas agresivas como gritos entre colegas.
- Evitar los gritos o malos tratos (ridiculizar) a las y los estudiantes en todo momento.

El respeto, es un valor que se utiliza para revertir la desigualdad, la violencia o la injusticia, este debe ser modelado también por los actores de la comunidad educativa a través de pequeñas acciones en el día a día ante los estudiantes para lograr alcanzar una comunidad pacífica y armónica (Uranga y otros, 2016).

a) El respeto en el ámbito de las relaciones en la comunidad educativa

En la comunidad educativa las relaciones interpersonales respetuosas son fundamentales, este respeto deben mantenerse sin importar el rol que ocupen los diferentes miembros dentro de la comunidad educativa. Entre estas tenemos las relaciones:

- Entre las y los estudiantes.
- Entre maestras y maestros.
- Entre las y los maestros y las y los estudiantes.
- Entre las y los maestros y las madres y padres de familia.
- Entre directivos y las y los maestras.
- Entre directivos y las y los estudiantes.
- Entre directivos y madres y padres de familia.

“ÑAMBOETETAVI
TĒTARARETA
ÑEMBOERENDA
PEGUA” (Guarani)
“Respetamos a la
comunidad educativa



Una comunidad educativa en la que se ejerce una convivencia pacífica y armónica necesita reglas claras y ser transmitidas a todos los integrantes de la institución; estas deben ser coherentes, lógicas y fundadas en el interés superior de todos los estudiantes que comparten el aula. Las correcciones no deben ser ofensivas ni humillantes, sino aplicarse con fines formativos y según la gravedad de la falta cometida para generar respeto y no miedo en las y los estudiantes.

CUADRO N° 7 Relaciones interpersonales en la comunidad educativa

EXISTE MIEDO CUANDO MAESTRAS Y MAESTROS...

- Amenazan y gritan.
- Imponen tareas como castigos.
- No permiten que las y los estudiantes expresen sus ideas.
- Humillan en público a las y los estudiantes .
- No ceden tiempo para conversar inquietudes del grupo.
- Castigan físicamente

EXISTE RESPETO CUANDO MAESTRAS Y MAESTROS...

- Promueven la participación de las y los estudiantes y los escuchan.
- Al interrelacionarse con las y los estudiantes utilizan las palabras "por favor" y "gracias".
- Las normas y límites son consensuados con el grupo.
- Resuelven los conflictos en el grupo.
- Dialogan y se comunican asertivamente. Brindan igualdad de condiciones y
- oportunidades a las y los estudiantes.

b) Actitudes que se deben fortalecer en la comunidad educativa

Entre las actitudes que se deben fortalecer en la comunidad educativa están:

- Enseñar y recalcar que se debe pedir prestado las cosas que se necesiten a otros.
- Agradecer, regresar a tiempo y en buen estado las cosas prestadas.
- Enseñar a cuidar cosas u objetos ajenos y los propios.
- Enseñar a cuidar el mobiliario, la infraestructura y los materiales de la unidad educativa.
- Participar en los juegos respetando las reglas establecidas y las reglas de la institución.
- Escuchar y respetar a las personas que hacen uso de la palabra y su turno.
- Evitar los juegos que inciten a la violencia.
- Evitar los insultos, burlas o el poner apodos a compañeras y compañeros.
- El respeto y el diálogo deben ser los elementos primordiales a la hora de resolver conflictos.
- Respetar a las niñas, adolescentes, maestras y toda mujer, para construir una sociedad sin violencia y más equitativa.
- La maestra o el maestro puede introducir otras sugerencias más específicas que permitan apropiarse de actitudes respetuosas en la comunidad educativa.

c) El rol de la maestra o maestro en el fortalecimiento del respeto

El rol del maestro es fundamental en el establecimiento del respeto de las niñas, niños y adolescentes en la comunidad educativa tanto desde su interrelación con las y los estudiantes como con el trabajo que genere dentro del aula, algunos de estos elementos son:

- **Dar el ejemplo**, es importante conversar en vez de gritar, poner apelativos a estudiantes o colegas no contribuye en nada, más bien se deben reconocer las cualidades y atributos positivos que tienen las niñas, niños y adolescentes.
 - **Generar espacios de trabajo** en equipo y/o grupo, ayudando a que cada participante aporte con lo mejor que sabe hacer, esto ayudará a conocer y valorar la riqueza de cada uno.
 - **Fortalecer la autoestima en las y los estudiantes**, el buen nivel de autoestima que las niñas, niños y los adolescentes desarrollen permitirá contar con herramientas de protección ante diferentes situaciones de invasión personal. Por tanto, es deber de la comunidad educativa incentivar el fortalecimiento de la autoestima en los estudiantes.
 - **Reconocer los logros de las y los estudiantes** por los éxitos que vayan logrando por muy pequeños que estos sean, tomando en cuenta su esfuerzo y dedicación. Es necesario transmitirles la importancia de intentar lograr sus objetivos las veces que sean necesarias y de luchar por sus metas.
 - **Enfocarse en lo positivo** cuando el o la adolescente no logre los resultados que desea, se debe enseñar a mirar siempre el aprendizaje de cada equivocación para luego resaltar que irá mejorando en cada intento.
 - **Los elogios no deben ser exagerados** deben ser sinceros de lo contrario serán contraproducentes, sobre todo en personas con baja autoestima.
 - **Establecer normas, reglas de convivencia y límites claros**, existen normas y límites que se tienen que respetar y cumplir, las y los adolescentes aprenden a desarrollar el sentido de responsabilidad asumiendo las consecuencias de sus actos cuando no cumplen las reglas y límites impuestos.
 - **Realizar críticas constructivas**, si bien se puede comunicar alguna falencia que tiene una persona, debe hacerse para lograr que quien recibe el mensaje mejore, es decir, que la identifique para superarla. Por ejemplo al explicar los resultados de un examen a una o un adolescente: "noto que en tu examen escrito no te ha ido muy bien, porque hay algunas faltas de ortografía, sin embargo, en el oral te ha ido mucho mejor, con un poco más de esfuerzo podrás obtener los resultados que deseas".
- Incentivar la realización de lo que le apasiona**, esto ayudará a las niñas, niños y

"ESEYANEI SE OJJAÑA
KIA PAME NEENEE
KWAN" (Ese Ejja)

"Cada uno de
nosotros somos
valiosos



"PACHAMAMAWAN
KAWSAKUNANCHIK
TIYAN"
(Quechua)

"Debemos convivir con
la madre tierra"



- adolescentes a desarrollar nuevas habilidades, mejorará su auto aceptación, aumentará su creatividad, así como también sus posibilidades de tener éxito haciendo lo que le apasiona, esto también permitirá desarrollar su propia identidad y logrará aumentar su autoestima.
- **La maestra y el maestro debe trabajar** en coordinación con la madre y el padre en estrategias de apoyo dirigidas a las y los adolescentes que presentan por ejemplo: timidez, retraimiento, atención dispersa y otras dificultades.

2.2.2.3. El respeto a la madre naturaleza

El respeto a lo que nos rodea es un valor que se fue practicando profundamente desde las naciones y pueblos. Es decir, el mundo natural que rodea al ser humano le dota de alimentación y compañía, por tanto, es una relación de convivencia recíproca.

De igual manera, desde la visión de las naciones y pueblos indígena originarios, la relación del ser humano hacia la naturaleza NO es de superioridad tampoco se considera dueño de la naturaleza, sino que vive en armonía con ella.

Esta práctica de respeto ha permitido que el ser humano conserve y cuide la naturaleza que le rodea. Hay naciones y pueblos indígena originarios que en base a sus propias cosmovisiones, practican el respeto de diferentes maneras, veamos algunas:

- En la cultura Yuki, con relación a la naturaleza, los ancianos recuerdan que: "Antes no se tumbaban los árboles, no era necesario. Sólo se tumbaba un árbol cuando se tenía que melear (se bajaba una rama para sacar la miel y el panal para evitar las picaduras), pero nunca sin motivo. Para sacar los frutos se subían al árbol" (Ministerio de Educación, 2014).
- En la cultura Kabineña el respeto se practica a partir de la solicitud de permiso, por ejemplo: "Antes pedían permiso para tumbar un árbol al AKWI NIJU, dios de la naturaleza, existían árboles con representaciones, como: "el árbol TSAKWA MAPAJU" representa el bien y el mal, por eso se le temía, el árbol "ECLIPSE-ATUKA MAJU" (oscuridad) porque temían ser llevados por los demonios, ya que los troncos cortados que eran los WARI se convertían en demonios" (ILC Kabineño, 2019).
- Los Kabineños también pedían permiso para realizar la pesca: "al EDUCHI, que es la piedra poderosa" (ILC Kabineño, 2019).
- En la cultura Mosestén, de Pílon Lajas, la comunicación permanente con la tierra y la naturaleza, conlleva la visión del respeto: "En esta cultura los árboles tienen espíritus que viven dentro o en el entorno de la selva. Por ejemplo, El JUJU BU, amo del monte, es a quien debe pedirse permiso cuando se quema o chaquea para tener buena producción.

"OJJAÑA SE KIAPAME
JJABAKIKAJJI OYA
JAYOJJA PIA'AI"
(Ese Ejja)
"Todos nos debemos
respeto"



"JAMERICA JABI NO
AYAMATIXO"
(Chácobo)
"Respeto a toda
forma de vida"



- Si se hace el chequeo indiscriminadamente les envía un castigo haciendo que se enfermen" (PROEIBAndes, 2010).
- En la cultura Ese Ejja: "el MESHI' JAAWANAJJI (respeto a la madre naturaleza) es amplio porque son defensores en la conservación de árboles y diferentes especies de animales cuidando inclusive los lugares o espacios que ocupan los animales. Esto permite que los habitantes no dañen ni deterioren a la Naturaleza" (ILC Ese Ejja, 2017).

Por tanto, el respeto a la naturaleza y a los lugares sagrados que nos rodean debe ser practicado e inculcado en las y los estudiantes permitiendo el cuidado, la conservación y convivencia con la madre naturaleza.

III. PRACTIQUEMOS

A continuación, le proporcionamos diferentes actividades que permitirán interiorizar los contenidos presentados.

El uso de las diferentes dinámicas presentadas a continuación, está estrechamente ligado al tema "CONVIVAMOS EN RESPETO", por tanto, se le sugiere hacer uso de cada una de las dinámicas con la finalidad de permitir internalizar, reflexionar y fortalecer criterios respecto a una Convivencia Pacífica y Armónica.

"ESEYA KIA PAME
BA'EKA POKIJJJI ESEJA
MESHIJO"
(Ese Ejja)
"Debemos convivir
con la madre tierra"



9 dinámicas que ayudarán a internalizar, reflexionar y fortalecer el tema "Convivamos en Respeto"

DINÁMICA: 1 CUENTO – SOCIO DRAMA "EL LOBO VA AL COLEGIO"

OBJETIVO

Practicar actitudes de respeto a través de la identificación de actitudes irrespetuosas en el cuento del lobo.

MATERIAL

El Cuento "El lobo va al colegio" el cual se encuentra al final de este cuadro.

DESARROLLO

- En círculo se realiza la lectura del cuento, puede leer la maestra o el maestro o alguno de los integrantes del grupo.
- Luego se organizan en grupos pequeños, según la cantidad de estudiantes.
- Según la cantidad de grupos conformados, organizan un sociodrama, en el que todas las conductas del lobo sean respetuosas, es decir, ¿Cómo debería ser? Cambiando todas las actitudes negativas por modales respetuosos.

REFLEXIONES

Luego de la lectura y la dramatización, la idea es que concluyan y tomen conciencia de que el respeto está en los pequeños detalles cuando interactuamos con los que nos rodean. Por tanto, consiste en tomar conciencia de que en nuestro entorno hay otras personas que merecen respeto.

Por ello, le sugerimos realizar las siguientes preguntas:

- ¿En qué momentos y lugares ha visto este tipo de comportamiento?
- ¿Cuál de las escenas permite una buena relación de respeto? ¿Por qué?
- Según la situación puede ampliar las preguntas.

Para concluir, deben identificar qué conductas de respeto debemos aplicar durante el camino al colegio

EL CUENTO DEL LOBO

Había una vez un lobo de cola rojiza, que para ir al colegio debía caminar medio kilómetro (500 metros) y tomar un micro, todas las mañanas.

Al salir de su casa decía: – ¡Chau! Pero no se sabía a quién. En el camino se cruza con una loba mayor que estaba sentada debajo de un árbol, el lobo la mira y la loba mayor también, y se pasa rápidamente sin decir una palabra.

Llega a la parada del micro, ya estaban algunos animales haciendo fila para subir al micro, según la llegada. El lobo, en lugar de hacer fila como los demás, empezó a dar empujones y codazos para llegar a ser el primero en la fila, y siempre lo conseguía. con frecuencia causaba peleas y disgustos a gran parte de los pasajeros.

El caso es que, cuando llegaba el micro a la parada, para recogerlos, el conductor siempre encontraba al lobo de cola rojiza delante de todos, dando a entender que fue el primero en llegar, aunque se sabe que no fue así.

No contento con ello, subía al micro repartiendo empujones a los que ya estaban a bordo, porque deseaba sentarse en un buen sitio y para lograrlo no le importaban los medios sino su objetivo, el de ir cómodo.

Ya en el asiento, acomodaba a su lado la mochila que llevaba dejando menos espacio para el otro pasajero. Abría torpemente su mochila y sacaba un cuaderno para ver que le tocaba en la primera hora de clases. Luego guardaba su cuaderno y sacaba un pan de una bolsa plástica. Mientras va comiendo derrama un montón de migas y tira la bolsa plástica por la ventana. En ese trayecto también tosía con la boca abierta y sin reparo a cubrirse, sin preocuparse del perjuicio que sus bacterias causaban a los demás pasajeros del vehículo.

Se removía constantemente tratando de ponerse cómodo y molestaba a los que estaban a su alrededor. A la llegada, salía del bus igual de cómo había entrado, repartiendo empujones y pisotones. Cuando al fin ponía el pie en la calle, todos los que se quedaban respiraban con alivio.

DINÁMICA: 2 "EL CÍRCULO POSITIVO"

OBJETIVO

Fortalecer el pensamiento positivo y autoestima de los demás.

MATERIALES

Ninguno.

DESARROLLO

Los estudiantes sentados o de pie, en forma de círculo, se debe dar las instrucciones:

- Cada participante debe mencionar la flor, el animal o el árbol que le recuerda la persona que está al frente y explicar ¿Por qué?
- Expresar una cualidad de la persona que está situada a tu izquierda y ofrecer una de tus cualidades positivas a la persona de tu lado derecho.
- Mencionar una, dos o tres palabras que expresen tus sentimientos agradables al estar con el grupo.
- Esto puede realizarse en cuatro rondas: 1. Para la persona del frente. 2. Para la persona de tu izquierda. 3. Para la persona de tu derecha. 4. Para el grupo. Así se les da tiempo para pensar y no confundirse.

REFLEXIÓN

Preguntas para los estudiantes:

- ¿Te fue fácil decir cualidades positivas?
- ¿Cómo te sentiste al escuchar cualidades tuyas que ven otros compañeros del grupo?
- Puede ampliar las preguntas según las reacciones durante la dinámica.

Debe concluir, con la idea de que todos somos valiosos, por ello, nos debemos cuidar y respetar a nosotros mismos como a los demás.

DINÁMICA: 3 "MI ÁRBOL"

OBJETIVO

Estimular las actitudes de valoración positiva propia y de los demás.

MATERIALES

Útiles para escribir y dibujar.

DESARROLLO

Cada estudiante dibuja un árbol, el que más le guste, con sus raíces, ramas, hojas y frutas.

- En las raíces deben escribir las cualidades y habilidades que creen tener.
- En las ramas deben escribir las cosas positivas que hacen.
- En las hojas y en los frutos deben colocar los éxitos, triunfos y logros de la misma forma sus aspiraciones y proyecciones en su vida.

A continuación, se hace la puesta en común. En el transcurso, cada participante puede añadir raíces y frutos que los demás le reconozcan.

REFLEXIONES

Realizamos las siguientes preguntas de reflexión que cuestionen su autovaloración.

- ¿Han encontrado los demás otras cosas (cualidades) que tú no?
- ¿Qué cualidad te gustaría cultivar más? ¿Por qué?
- Le sugerimos ampliar otras preguntas, según vayan surgiendo en el grupo en particular, que les permitan reflexionar sobre el valor/dignidad de las personas y la importancia del respeto a esa valía

Para concluir, debe aclarar que todas las personas son valiosas por el simple hecho de existir y que cada uno de nosotros debe quererse y respetarse para que los demás nos respeten y que nuestros frutos irán aumentando de acuerdo al esfuerzo que pongamos para ser lo que se quiere ser.

DINÁMICA: 4 "LOS CORAZONES"

OBJETIVO

Tomar conciencia de la importancia del cuidado y del respeto a uno mismo.

MATERIALES

Hojas de papel cuadradas.

DESARROLLO

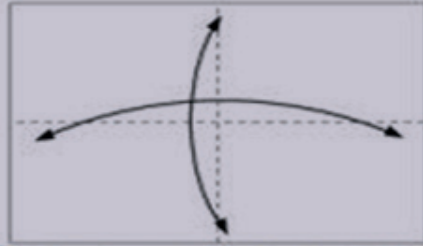
- Reparta las hojas cuadradas a cada estudiante, guíeles a realizar una figura de origami, es importante no informar la forma que están haciendo. Cada participante debe descubrirlo una vez terminado.
- El maestro/as debe mostrar, paso a paso, los dobleces y todos juntos realizarán el origami.
- Una vez terminado el origami, se dirá que la figura (corazón) de origami representa a su persona.
- Inmediatamente se pedirá que lo rompan, el maestro o maestra empezará rompiendo el suyo y botándolo al centro.
- Luego les pedirá a los estudiantes que hagan lo mismo.
- Se debe observar todas las reacciones que surjan y las actitudes de los estudiantes.
- Los estudiantes reaccionarán de diferentes maneras, con asombro, algunos se reirán, otros romperán inmediatamente el corazón, a otros les costará, pero por la presión social podrán romperlo también, otros lo ocultarán y otros no lo romperán, se rehusarán a hacerlo.

REFLEXIONES

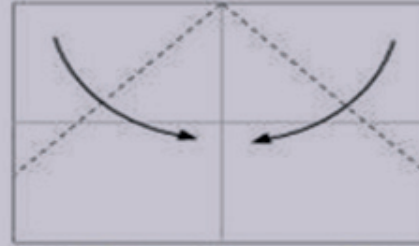
Una vez que todos rompan el corazón (o una gran mayoría), se realizan algunas preguntas de reflexión:

- ¿Por qué rompieron su corazón?
- ¿Qué sintieron cuando se les pidió romperlo y arrugarlo?
- ¿Quién soy yo para decirles que rompan lo que hicieron con tanto cariño y cuidado, teniendo también en cuenta que les representa?

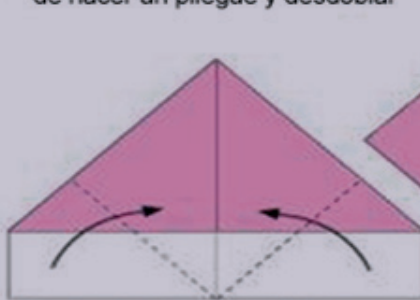
Para cerrar, es importante aclarar que así de fácil se da la violencia, a veces no somos conscientes de ello y por más que sepamos todos nuestros derechos, muy fácilmente nos dejamos manipular y somos pocos los que decimos NO, los que dicen basta, los que exigimos una explicación antes de realizar una acción o buscar ayuda.



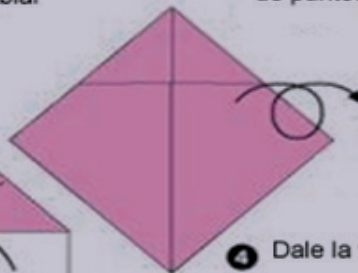
1 Doblar 2 veces a la mitad con el fin de hacer un pliegue y desdoblar



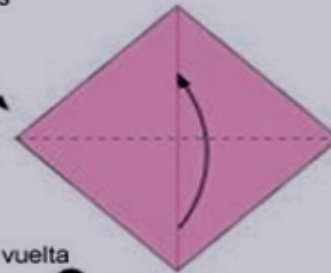
2 Doblar hacia el centro siguiendo las líneas de puntos



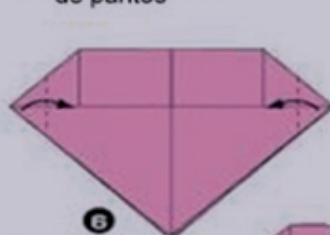
3 Doblar hacia el centro siguiendo las líneas de puntos



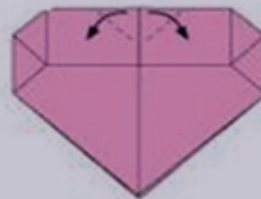
4 Dale la vuelta



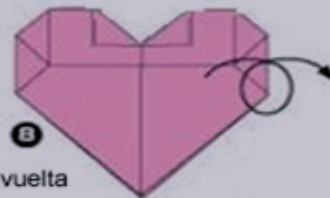
5 Doblar de frente siguiendo las líneas de puntos



6 Doblar hacia dentro siguiendo las líneas de puntos.



7 Doblar hacia dentro siguiendo las líneas de puntos.



8 Dale la vuelta



9 Terminado

CORAZÓN DE PAPEL

SOCIODRAMA: 5 "IDENTIFICANDO ACTITUDES"

OBJETIVO

Identificar actitudes irrespetuosas y respetuosas en la familia.

DESARROLLO

Por grupos de 3 a 5 personas, según la cantidad de estudiantes, se realiza lo siguiente:

- Primeramente, en un papelógrafo, planteen una situación concreta sobre un choque o conflicto que recientemente hayan pasado, en el que identifiquen actitudes de falta de respeto.
- En un segundo momento, a través de un sociodrama, mostrar la situación inversa de lo que está en el papelógrafo, en el que se propongan la solución del conflicto con actitudes de respeto que permitan promover la resolución pacífica de los conflictos.

REFLEXIONES

En base a las siguientes preguntas podemos analizar las situaciones presentadas:

- ¿Qué vimos en la dramatización o escena?
- ¿Cómo te sientes en situaciones de conflicto?
- ¿Qué harías para manejar tus sentimientos en situaciones conflictivas?
- ¿Por qué es importante valorar y respetar a cada integrante de la familia?

Para cerrar, debe quedar claro que la familia es un espacio donde todos los integrantes son actores responsables y deben ser comprometidos para contar con un ambiente pacífico.

DINÁMICA: 6 "TRATA COMO QUIERES QUE TE TRATEN"

OBJETIVO

Fomentar el respeto entre los compañeros.

MATERIALES

Una hoja de papel, lápiz o bolígrafos por cada estudiante.

DESARROLLO

- Cada participante escoge en silencio (en su pensamiento) a otro participante del grupo.
- Piensa en una actividad divertida que tendrá que hacer su compañero en público.
- Escribe en un papel lo que la otra persona debe hacer. Antes de entregar debe firmarlo (ejemplo: "Yo Matías deseo que Juan me salude con cordialidad").
- Luego de haber escrito su deseo, cada participante, deberá doblar el papel y entregarlo a la maestra o el maestro. El maestro o maestra tomará todos los papelitos y explicará que el juego se llama "Trata como quieres que te traten". Luego el maestro o maestra irá leyendo papel por papel, y cada participante deberá hacer lo que escribió, lo que supuestamente debía hacer otro compañero con él o ella.

REFLEXIÓN

- Primeramente, preguntamos ¿Cómo te sentiste cuando te enteraste que el deseo que pediste fue para ti?

Según las reacciones puede realizar otras preguntas más contextualizadas. Luego analizamos, con esta actividad, que hemos experimentando el dicho: "Trata como quieres que te traten". Debemos aprender a respetar a los demás considerando como quisiéramos ser tratados.

Se realiza el cierre, aclarando que las burlas y los chistes sobre personas son una manera de humillar a los otros y no considerar la dignidad o valor que todos tienen.

DINÁMICA: 7 "EL TRABAJO DE LOS DEMÁS"

OBJETIVO

Reflexionar sobre el respeto y cuidado al trabajo de los demás.

MATERIALES

Papeles, lápices de colores, lápiz negro y rojo, goma de borrar.

DESARROLLO

- Cada estudiante deberá hacer en un papel un lindo dibujo con tema relacionado al área curricular y poner el nombre del autor.
- Luego la maestra o maestro recoge y muestra los dibujos e intercambiará entre las y los estudiantes del grupo.
- Cada estudiante deberá, con lápiz rojo, rayar completamente sobre el dibujo del otro compañero/a.
- A continuación, la maestra o maestro les dirá que deben borrar lo que rayaron.
- Una vez que las y los estudiantes terminen deberán devolver el dibujo a su autor, pidiendo disculpas por devolverle rayado su dibujo

REFLEXIÓN

Para la reflexión, comentarán lo que hicieron a través de las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sentiste al rayar el trabajo de otro estudiante?
- ¿En qué condiciones crees haber devuelto el trabajo de tu compañero?
- ¿Cómo te sentiste cuando te entregaron tu trabajo original?

Cerrar la actividad remarcando lo importante de reconocer el esfuerzo y el trabajo de la otra persona.

DINÁMICA: 8 "ENCONTRANDO SIMILITUDES"

OBJETIVO

Encontrar conexiones con la naturaleza a partir de similitudes personales.

MATERIAL

Ninguno.

DESARROLLO

- Situados en círculo, cada estudiante piensa en un elemento natural (si lo podemos mostrar, mejor) con el cual creemos que tenemos alguna similitud (física, de comportamiento u otra).
- Después nos presentamos diciendo nuestro nombre, el elemento natural buscado y qué tenemos en común con él.

Ejemplo: "Me llamo Ana, y he escogido una hormiguita porque me gusta estar ocupada todo el tiempo, y siempre ando de un lado para otro". "Me llamo Juan y creo que me parezco a este árbol del bosque, porque no me gusta estar solo. Prefiero estar rodeado siempre de gente..."

Se debe dar libertad a la hora de buscar conexiones. Seguro la creatividad de las y los adolescentes nos sorprenderá.

REFLEXIONES

Hablar sobre: Los nombres de las especies:

- ¿Es importante conocer cómo se llama cada árbol, insecto...?
- ¿Todos los animales de la misma especie tienen el mismo comportamiento?
- ¿Pueden tener personalidad propia?, ¿Y las plantas? ¿Por qué?

Para cerrar, utilicemos la técnica de lluvia de ideas, planteando que las plantas y animales deben ser respetados porque convivimos con ellos diariamente y tenemos similitudes. Asimismo, se debe ayudar a que cada participante identifique qué puede hacer para cuidar la naturaleza.

DINÁMICA: 9 "EL RESPETO A LA NATURALEZA"

OBJETIVO

Indagar prácticas y actitudes de respeto hacia la naturaleza en nuestra comunidad.

DESARROLLO

Puede trabajar de manera grupal o individual, según la cantidad de participantes.

- a)** Realizamos una investigación en la comunidad sobre algunas prácticas o actitudes de respeto a la naturaleza.
- Preparamos algunas preguntas abiertas como guía para las conversaciones posteriores.
 - Anotamos los datos de las personas entrevistadas (nombre completo, sexo, edad, parentesco), datos de la entrevista (lugar específico, fecha y hora).
 - Conversan con los abuelos y/o abuelas.
 - Conversan con su padre o madre.
 - Conversan con un pariente de la familia (tíos/tías u otro).
- b)** En clase, los estudiantes socializan los hallazgos, describiendo los detalles sobre las acciones de respeto que se realizan en relación a la naturaleza en la comunidad a la que perteneces.

REFLEXIONES

Conversamos sobre la importancia del respeto a la naturaleza, a partir de las prácticas o actitudes encontradas en los hallazgos.

- En base a las prácticas o actitudes encontradas, cuestionamos el porqué de cada una de ellas.
- Al finalizar también reflexionamos sobre el respeto a los aportes de las personas que entrevistamos, es por eso que les pedimos sus datos.
- Según los contenidos y/o áreas curriculares, los datos de las entrevistas pueden ser utilizados de diferentes maneras. Por ejemplo, en el área de matemáticas o comunicación.

Para cerrar la actividad, se debe recalcar que la convivencia con la naturaleza es recíproca y que debemos practicar en nuestro diario vivir.

SUGERENCIA

Para las comunidades educativas que cuentan con un Proyecto Sociocomunitario Productivo (PSP) agrícola o un huerto escolar también pueden:

- Identificar los cuidados que realizan a las plantas de acuerdo al proyecto.
- Reflexionar sobre la importancia del respeto, cuidado de nuestras plantas y animales que nos rodean.
- Poner en práctica actitudes de respeto durante estas actividades del PSP.

IV. PRODUZCAMOS

- Hacer una lista de prácticas o actitudes de respeto en diferentes contextos (familia, comunidad educativa y sociedad).
- Realizar cuentos, relacionados al valor del respeto en dos lenguas (lengua originaria del lugar y vehicular - castellano) rescatando cuentos y leyendas ancestrales o mediante la producción de los estudiantes.
- En grupos, elaboración de papelógrafos, collages y otros materiales expositivos para una feria educativa.
- Luego de la feria, los materiales deben ser ubicados en lugares visibles para la comunidad educativa, esto con la finalidad de recordar y poner en práctica diariamente.
- Asimismo, la producción de textos elaborados (frases, poesías u otros) por los estudiantes y orientados por el maestro o maestra deben ser recopilados para ser utilizados como materiales pedagógicos.
- El maestro o maestra debe contar con una memoria y/o registro de producción a través de fotografías de los papelógrafos u otros materiales trabajados por los estudiantes.

V. VALORAMOS

Para la valoración del proceso de internalización de los contenidos de la temática del respeto le planteamos lo siguiente:

a) Apreciaciones sobre lo aprendido

Para ello, se le sugiere aplicar la dinámica "El círculo".

DINÁMICA DE CIERRE "EL CÍRCULO".

OBJETIVO

Valorar a las y los estudiantes sobre el desarrollo de los contenidos de la Temáticas 1. "CONVIVAMOS CON RESPETO".

MATERIAL

Algún objeto que pueda desplazarse sin ocasionar daño.

DESARROLLO

- Los estudiantes sentados o de pie, en forma de círculo, se debe dar las instrucciones.
- Cuando haga la pregunta, cada participante debe contestar y pasar el objeto a la persona de su derecha.
- Las rondas son concluidas cuando se terminan de responder las preguntas:
- ¿Qué les gustó?
- ¿Qué no les gustó mucho?
- ¿Qué aprendimos de los contenidos?
- ¿Qué es lo que pondrán en práctica a partir de hoy?
- ¿Qué más les hubiera gustado aprender de este tema?
- ¿Está dispuesto a trabajar el valor de respeto durante sus relaciones con su entorno? ¿Cómo?

Debe concluir, enfatizando con lo importante que es el respeto en todas las dimensiones trabajadas y como plantearnos formas de demostrar respeto en todas las áreas de nuestra vida.

b) Herramienta de valoración

HERRAMIENTA DE VALORACIÓN BASADO EN CRITERIOS						
Parámetros						
1	2	3	4	5		
No se cumple con el criterio	Necesita más apoyo	Regular	Bueno	Muy bueno		
Criterios de valoración		1	2	3	4	5
Los estudiantes muestran interés en el contenido del tema.						
Los estudiantes participan en los diálogos y reflexiones.						
Muestran interés y curiosidad por las dinámicas aplicadas.						
Cumplen con todas las instrucciones de las actividades.						
Muestran actitudes respetuosas, de las que se habló.						
Los estudiantes con mayor timidez presentan algún cambio en sus relaciones.						
Existen actitudes de cambio después del avance de los contenidos.						
Se comunican entre compañeros con actitudes de respeto.						
En general, hay cambios de actitudes.						

c) Realiza tus observaciones y conclusiones

Después de cada clase que se aborde los contenidos del presente material, por motivos de seguimiento y valoración de las instituciones competentes realiza tus observaciones y conclusiones.

Datos personales
Nombre: Unidad educativa: Fecha:
Observaciones
<p>Conclusiones: Si se cumplió con los objetivos o requieren mayor dedicación. Si fuera a requerir mayor dedicación, plantee propuestas de incorporación de actividades en articulación a sus otros contenidos curriculares. Los valores deben ser trabajados en articulación a diferentes contenidos y áreas curriculares.</p>

Nota: En caso de abordar la temática en más sesiones, se sugiere tener un cuaderno que le permita copiar y rellenar el punto "VALORAMOS", por cuestiones de seguimiento que serán realizadas por las instituciones competentes.



CONSTRUYAMOS UNA VIDA CON RESPETO Y PAZ





I. INICIEMOS



1.1. Objetivo holístico

Reflexionamos e identificamos las consecuencias de la violencia, los factores de riesgo y protección a través de diferentes estrategias educativas que promuevan la práctica del valor de respeto en actividades socio- comunitarias, para generar una convivencia pacífica y armónica.

1.2. Actividad de inicio

Como primera actividad, le sugerimos aplicar la lluvia de ideas a partir de las siguientes preguntas dinamizadoras:

- ¿Qué entendemos por violencia?
- ¿Hay violencia en la comunidad donde vivimos?
- ¿Qué tipos de violencia conocemos?
- ¿En qué nos afecta el hecho de sufrir algún tipo de violencia?

II. CONOZCAMOS

2.1. La violencia

La violencia a lo largo del tiempo fue naturalizada a través de conductas cotidianas y retroalimentada por algunas costumbres y/o prácticas culturales y religiosas estereotipadas. Sin comprender a cabalidad, las causas y consecuencias de este fenómeno en el desarrollo integral de las personas y sus relaciones interpersonales.

A continuación se presenta las definiciones que plantean la Ley N° 348 (2013), Ley integral para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia y la Ley N° 548 (2014), Código Niña, Niño y Adolescente, que son adoptadas para la aplicación e interpretación de cada tipo de violencia y su definición es la siguiente:

**“NEBAWITYARA
EKANA EJEMPLU
TSEWE”
(kabineño)
“Enseñemos con el
ejemplo”**



CUADRO N° 8

Definición de violencia según la Ley N° 348 y Ley N° 548

LEY N° 348

LEY INTEGRAL PARA GARANTIZAR A LAS MUJERES UNA VIDA LIBRE DE VIOLENCIA

Art. 6 Violencia. Constituye cualquier acción u omisión, abierta o encubierta, que cause la muerte, sufrimiento o daño físico, sexual o psicológico a una mujer u otra persona, le genere perjuicio en su patrimonio, en su economía, en su fuente laboral o en otro ámbito cualquiera, por el sólo hecho de ser mujer.

LEY N° 548

CÓDIGO NIÑA, NIÑO Y ADOLESCENTE

Art. 147 Constituye violencia, la acción u omisión, por cualquier medio, que ocasione privaciones, lesiones, daños, sufrimientos, perjuicios en la salud física, mental, afectiva, sexual, desarrollo deficiente e incluso la muerte de la niña, niño o adolescente.

La principal característica de la violencia es que se da entre dos o más personas o actores y donde existe abuso del poder, esto mediante el empleo de la fuerza o considerar la idea de superioridad para someter a otros.

Las características principales de la violencia son:

- Intencionalidad: la violencia es un acto intencional con el fin o propósito de causar daño a alguien (la vulneración de derechos humanos de la víctima).
- El daño: Existe una afectación a la integridad física, sexual, psicológica (siempre hay daño psicológico y daño a la integridad y dignidad de las personas).
- El abuso de poder: implica una relación de asimetría entre las personas, donde existe un agresor que ejerce su poder, dominio o fuerza (físico o emocional), hacia una víctima en situación de indefensión, sumisión e inferioridad (una relación vertical de jerarquía del agresor hacia la víctima).

Los ámbitos en los que se puede ejercer violencia son:

- La familia
- La escuela
- El barrio o comunidad
- Las instituciones de cuidado como ser los centros de acogida, los centros residenciales de atención y otros.

Cuando existen situaciones de violencia en las comunidades, estas se sancionan de acuerdo a sus normas internas como por ejemplo: "En la cultura Kabineña así como en otras culturas se sanciona la violencia de diferentes formas como el trabajo de chaqueo en beneficio de la comunidad o en beneficio de la familia afectada, estas formas de resarcimiento son establecidas por las máximas

autoridades de la comunidad. Sin embargo, es importante considerar que estas normas internas tienen sus limitaciones, de acuerdo a la Ley de Deslinde Jurisdiccional, cuando un acto de violencia no sólo agrede a la otra persona, familia o comunidad, sino que el hecho también es un delito, el o los agresores deben someterse a la justicia ordinaria, que establecerá las sanciones que correspondan.

CUADRO N° 9 Ley 073, “Ley de Deslinde Jurisdiccional”

Explica que existen limitaciones. Y que la jurisdicción de las autoridades comunitarias no alcanza para resolver delitos cometidos en contra de la integridad corporal de niños, niñas y adolescentes, delitos de violación, asesinato u homicidio. En su art. 10 refiere:

II. El ámbito de vigencia material de la jurisdicción indígena originaria campesina NO ALCANZA a las siguientes materias:

a) En materia penal, los delitos contra el Derecho Internacional, los delitos por crímenes de lesa humanidad, los delitos contra la seguridad interna y externa del Estado, los delitos de terrorismo, los delitos tributarios y aduaneros, los delitos por corrupción o cualquier otro delito cuya víctima sea el Estado, trata y tráfico de personas, tráfico de armas y delitos de narcotráfico. Los delitos cometidos en contra de la integridad corporal de niños, niñas y adolescentes, los delitos de violación, asesinato u homicidio;

2.1.1. Tipos de violencia por acción u omisión según la naturaleza del acto.

Existen diversas formas de transgredir los límites del respeto, en algunos su manifestación es difusa o bien se la ha normalizado o naturalizado pasando de forma desapercibida en el diario vivir. A continuación, se nombran los tipos de violencia que más se presentan en el ámbito educativo y familiar:

2.1.1.1. Violencia física

Son agresiones como golpes, pellizcos, torceduras, empujones, intentos de ahogamiento, agresiones con objetos contundentes, ingestión forzada de drogas o bebidas alcohólicas y otras formas de castigo físico.

2.1.1.2. Violencia psicológica

Cuando se agreden de manera verbal a otra u otras personas con expresiones descalificadoras y frases humillantes que buscan desvalorizar y menoscabar la autoestima de la o las personas receptoras.

2.1.1.3. Negligencia o abandono

Cuando hay omisión por parte del cuidador o cuidadora de proveer aquello que la niña, niño o adolescente necesita para su desarrollo integral, teniendo los medios para hacerlo, hacerlo. También se incluye el menosprecio, la indiferencia y desatención.

2.1.1.4. Violencia digital

(Ciberbullying) Cuando se utiliza Internet o redes sociales para publicar información acerca de una persona o grupo de personas con el afán de ridiculizar o humillar, cuyo alcance es difícil de precisar, porque el número de personas potencialmente capaces de ver este contenido es muy elevado.

2.1.1.5. Violencia sexual

(Huellas en el cuerpo y la psiquis) la violencia sexual contra las niñas, niños y adolescentes es una de las peores formas de violencia, por eso se constituye un delito tipificado en la legislación penal boliviana. Las víctimas sufren un daño irreparable a su integridad física, psíquica y moral, dañando el derecho a la integridad, la intimidad y a la privacidad personal.

La Constitución Política del Estado indica en su capítulo segundo Derechos Fundamentales Artículo 15 Inciso II: "Todas las personas, en particular las mujeres, tienen derecho a no sufrir violencia física, sexual o psicológica, tanto en la familia como en la sociedad". La violencia sexual está claramente definida en la Ley N° 1768 (1997), Código Penal y la Ley 548 Código Niña, Niño y Adolescente de la siguiente manera:

CUADRO N° 10

Definición de la violencia sexual según la Ley N°. 1768 y Ley N° 548

Ley N° 1768 Código Penal

Artículo 308. Bis (Violación de niño, niña o adolescente). Quien tuviera acceso carnal con persona de uno u otro sexo menor de catorce años, penetración anal o vaginal o introdujera objetos con fines libidinosos, será sancionado con privación de libertad de quince (15) a veinte (20) años, sin derecho a indulto, así no haya uso de la fuerza o intimidación y se alegue consentimiento. Quedan exentas de esta sanción las relaciones consensuadas entre adolescentes mayores de doce años, siempre que no exista diferencia de edad mayor de tres (3) años, entre ambos, y no se haya producido violencia ni intimidación.

Artículo 309.- (Estupro). Quien mediante seducción o engaño, tuviera acceso carnal con persona de uno y otro sexo mayor de catorce (14) y menor de dieciocho (18) años, será sancionado con privación de libertad de tres a seis años.

Artículo 312.- (Abuso deshonesto). El que en las mismas circunstancias y por los medios señalados en los Artículos 308, 308 Bis y 308 Ter, realizara actos libidinosos no constitutivos de acceso carnal, será sancionado con privación de libertad de uno a cuatro años. Si la víctima fuere menor de catorce años, la pena será de diez a quince años.

Ley N° 548 Código Niña, Niño y Adolescente

- 1. Violencia sexual**, que constituye toda conducta tipificada en el Código Penal que afecte la libertad e integridad sexual de una niña, niño o adolescente.
- 2. Explotación sexual**, que constituye toda conducta tipificada en el Código Penal, consistente en cualquier forma de abuso o violencia sexual, con la finalidad de obtener algún tipo de retribución.
- 3. Sexualización precoz o hipersexualización**, que constituye la sexualización de las expresiones, posturas o códigos de la vestimenta precoces, permitiendo o instruyendo que niñas, niños o adolescentes adopten roles y comportamientos con actitudes eróticas, que no corresponden a su edad, incurriendo en violencia psicológica.
- 4.** Cualquier otro tipo de conducta que vulnere la integridad sexual de niñas, niños y adolescentes

En la niñez y adolescencia, la violencia sexual, es toda acción de tipo sexual ejercida por una persona adulta o físicamente más fuerte, contra una niña, niño o adolescente, que atenta contra su integridad física, psicológica, sexual, contra su libertad y dignidad. Es la utilización que una persona adulta hace de una niña, niño o adolescente, con o sin su consentimiento, aprovechando su posición de poder o autoridad para satisfacer sus deseos sexuales. Es también considerada violencia sexual todo acto de contenido sexual que realiza una persona joven o adolescente con una niña, niño o adolescente.

La violencia sexual es ejercida por la asimetría de poder, mediante manipulación psicológica, chantaje, engaño, fuerza, basada en un vínculo de dependencia afectiva, emocional o económica (CEPAT, et. al., 2016, pág. 11).

Por otra parte, la violencia sexual a niñas y adolescentes se origina debido a prácticas culturales en donde se ubica a la niña y a la mujer como objeto sexual, sexualizando precozmente a la niña (Bleichmar, 1997) siendo, por lo tanto, un problema del patriarcalismo y la inequidad de género en una gran parte de los casos.

La violencia sexual también emerge como consecuencia de prácticas violentas que se experimentan, estas secuelas son la violencia física, psicológica y sexual ejercida en muchas circunstancias dentro de la familia donde las niñas y los niños son víctimas o testigos de la violencia. En algunos casos las personas que viven violencia pueden en la vida adulta también replicar esta forma de relacionarse y convertirse en agresores.

**“YOATÍ METSA XO NAA
CHATAHAICA PINO
MĒRAMANO”
(Chácobo)
“Se debe denunciar
sobre cualquier
agresión sexual”**



a) Factores de riesgo para la violencia sexual

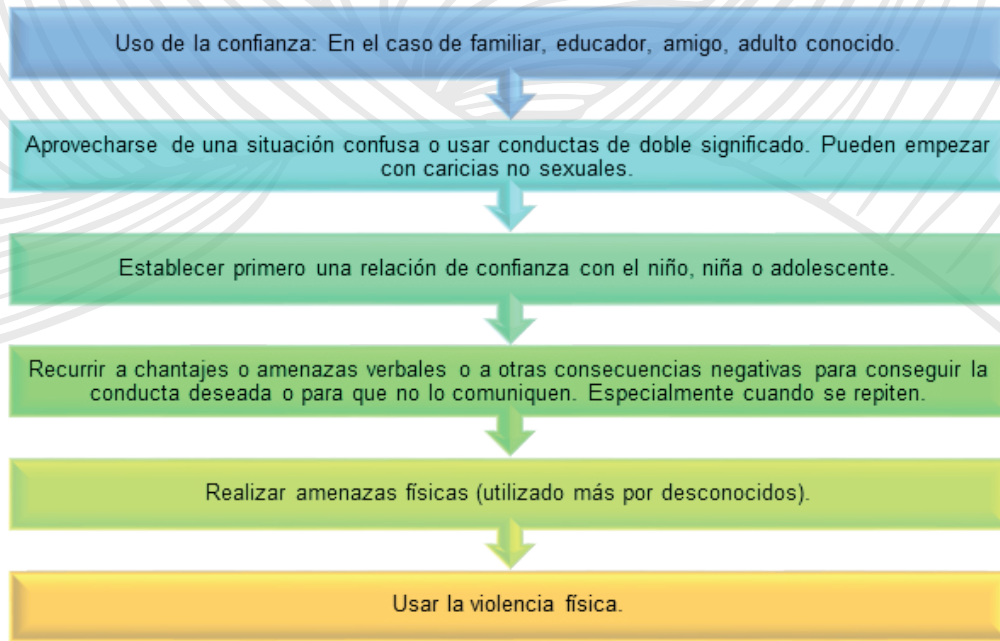
Comprendiendo que los factores de riesgo son elementos y/o situaciones que provocan efectos nocivos en contra de la persona. En ese marco, en el estudio realizado por el CEPAT (2016) en el departamento de Santa Cruz se observó que las niñas, niños y adolescentes, están expuestos a sufrir violencia sexual en diferentes entornos los cuales pueden ser la familia, la escuela, el barrio y otros. Asimismo, existen diferentes elementos que aumentan la posibilidad de sufrir violencia sexual, los cuales son considerados factores de riesgo entre estos tenemos los individuales y familiares.



Como se mencionó el riesgo de sufrir violencia sexual en niñas, niños y adolescentes es latente en diferentes entornos incluso en la familia, por lo tanto, es primordial que reconozcan en primer lugar las estrategias que los agresores sexuales utilizan para poder sobrepasar los límites del espacio vital para ejercer la violencia sexual.

b) Estrategias que utilizan los agresores sexuales

Los secretos, las amenazas y el chantaje son algunas de las tácticas que utilizan los o las agresores/as para ejercer violencia sexual hacia niñas, niños y adolescentes.



c) Estrategias de prevención de la violencia sexual

Es importante trabajar en elementos que fortalezcan el autocuidado en las niñas, niños y adolescentes, dentro de estas estrategias se encuentran las reglas de oro y las tres preguntas de oro:

Las tres reglas de oro

- Decir "no" con firmeza y fuerza (voz alta).
- Gritar, pedir ayuda y salir corriendo.
- Contárselo a alguien de confianza.

También es importante considerar las siguientes alternativas:

- Evitar estar en situaciones y lugares de riesgo.
- Los padres o las personas responsables de la casa deben saber donde están las niñas, niños o adolescentes (donde han ido), así en caso de que suceda algo sabrán donde buscarte y prestar ayuda.

**"JATONO JOIMANO
YOICAPI ACASINA"
(Pacahuara)
"Evitar estar en
situaciones y lugares
de riesgo"**



- Recurrir a una persona de confianza para contarle lo sucedido o ir donde una persona que te escuche y crea.
- Recurrir a la dirección de la unidad educativa, que aplicará el Protocolo de Prevención, Actuación y Denuncia en casos de violencia física, psicológica o sexual.
- Denunciar a las instituciones de protección como la Defensoría de la Niñez y Adolescencia.

Las "preguntas de oro"

Estas preguntas nos permiten identificar los riesgos y tomar decisiones adecuadas, "cuando alguien te invita a ir con ella o él".

- ¿Mi cuerpo me dice que siento una sensación agradable en ese momento?
- Algún adulto que me cuida (padre y/o madre, hermanas y/o hermanos, tios, tias, maestras y maestros) ¿Sabe con quién estoy ahora? ¿Dónde estoy y qué estoy haciendo?
- Si hago lo que dice esta persona ¿Estoy segura o seguro de que me ayudará si lo necesito?

Si la respuesta es "no" a cualquiera de ellas, se debe reusar o negar ir con esa persona.

2.1.2. Modalidades del ejercicio de la violencia

En las características del ejercicio de violencia podemos diferenciar tres clases:

- La violencia interpersonal dentro de la cual se encuentra la violencia entre pares, la violencia jerárquica, violencia en el noviazgo y discriminación.
- La violencia autoinflingida que se manifiesta mediante el consumo de drogas, cutting, suicidio y otras formas de lesiones
- La violencia digital donde se observa el ciberbullying, extorsión, difusión de datos íntimos.

2.1.3. Formas de violencia en el sistema educativo

Según Ley N° 548, Código Niña, Niño y Adolescente, se describen las siguientes formas de violencia en el Sistema Educativo:

2.1.3.1. Violencia entre pares

Es cualquier tipo de maltrato entre personas de similar edad, es decir entre niñas, niños y/o adolescentes, puede ser de manera individual o grupal, la agresión puede darse por única vez, ser ocasional o frecuente.

Al ser una niña, niño o adolescentes, tanto quien agrede como quien es agredido, se tiende a creer que no existe una relación de poder subyacente a la violencia, sin embargo, los niños, niñas y adolescentes también establecen relaciones de poder entre ellos. Es importante que en estos casos se oriente tanto a quien es agredido como a quien maltrata a su compañera o compañero. En casos extremos se podrá coordinar con los progenitores o cuidadores una instancia especializada para apoyar su intervención psico social.

2.1.3.2. Violencia entre no pares

Es cualquier tipo de violencia con ejercicio o abuso de poder. Generalmente, los adultos como la madre, padre, maestras, maestros, personal administrativo, de servicio y profesionales u otras personas dada su condición, pueden cometer maltrato contra la o el adolescente u otro. Es imprescindible hacer notar que la violencia contra las niñas, niños y adolescentes no es justificada ni siquiera como medida disciplinaria.

2.1.3.3. Violencia verbal

Referida a insultos, gritos, palabras despectivas, que descalifican y/o denigran, expresadas de forma oral y repetida entre los miembros de la comunidad social o educativa. Muchos de los casos se dan porque existe una naturalización de la violencia en nuestras interacciones, en el aula, en la clase, en el patio, en los juegos, las canciones, entre otras. Es muy difícil de identificar cuando se han construido formas de relacionamiento basadas en comportamientos, prácticas y actitudes violentas en la resolución de dificultades y/o conflictos.

2.1.3.4. Discriminación

Es la conducta que consiste en toda forma de exclusión, restricción o preferencia fundada en razón de sexo, color, edad, orientación sexual e identidad de género, origen, cultura, nacionalidad, social y/o de salud, grado de instrucción, capacidades diferentes y/o en situación de discapacidad física, intelectual o sensorial, estado de embarazo, procedencia, apariencia física, vestimenta, apellido u otras que denigren u ofendan la integridad de cualquier ser humano.

2.1.3.5. Violencia en razón de género

Es todo acto de violencia basado en la pertenencia o identidad de género que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para cualquier miembro de la comunidad social o educativa. Se presentan situaciones de inequidad, desvalorización, desigualdad, exclusión de oportunidades. El uso de un lenguaje discriminatorio también puede contribuir a promover situaciones de la violencia de género en el ámbito educativo, a través del lenguaje escrito, oral o visual se pueden configurar situaciones de discriminación y violencia. Muchas veces la violencia en razón de género se encuentra representado por normas institucionales y valores no reconocidos abiertamente por los actores del contexto educativo, las construcciones de pensamiento, valoraciones, significados y creencias que estructuran, construyen y determinan las relaciones y las prácticas sociales de y entre hombres y mujeres.

**“JATONO JOIMANO
YOICAPI ACASINA”
(Pacahuara)
“Evitar estar en
situaciones y
lugares de riesgo”**



2.1.3.6. Violencia en razón de la situación económica

Es todo acto orientado a la discriminación de cualquiera de las y los miembros de la comunidad, basada en su situación económica, que afecte las relaciones de convivencia armónica y pacífica. Se puede presentar como una forma de aislamiento o exclusión de los grupos de pares o discriminación por la situación social o económica en las unidades educativas. Las características sociales o económicas de las y los estudiantes ponen en desventaja de sus pares en el proceso de aprendizaje, cuando no se tienen normas de buen trato y de convivencia armónica.

2.1.3.7. Violencia cibernética

Es cuando alguna persona es hostigada, amenazada, acosada, humillada, sufre angustia emocional y preocupación, a través de internet, o cualquier otra tecnología de información y comunicación. Lo que cambia es el medio utilizado para la comisión de delitos o para ejercer violencia, por lo que las consecuencias y el alcance son distintos, dado que el número de personas que toman conocimiento del mensaje es mayor y el ámbito no tiene fronteras, lo que genera nuevas y múltiples condiciones de victimización y revictimización.

2.1.3.8. Violencia autoinflingida

Es el uso intencional de la fuerza, de hecho o como amenaza, contra uno mismo. Se presenta más en adolescentes, por conflictos con los padres, porque su cerebro aún está madurando, por la presión de grupo, el estrés, depresión, aislamiento, soledad y ansiedad. Por ejemplo el cutting, que consiste en cortarse la piel de los brazos, muñecas o pies u otra parte del cuerpo con el objetivo de provocar sufrimiento físico para sentir "alivio" del dolor psicológico o simplemente, "placer" momentáneo.

2.1.3.9. Violencia en las relaciones de noviazgo

En la adolescencia se inicia la etapa del enamoramiento, donde se desarrollan diferentes sentimientos afectivos y formas de comportamiento. En algunas ocasiones, estas relaciones no se desarrollan adecuadamente, en algunos casos pueden promover comportamientos violentos.

La violencia en las relaciones de noviazgo es un grave problema que afecta la salud física y mental de las y los adolescentes, se considera como violencia en el noviazgo a cualquier acto mediante el cual una persona trata de dominar o someter a su pareja haciendo prevalecer diferencias de poder a partir de la manipulación sistemática que ocasiona daño físico, emocional o sexual. Para ello, el agresor puede utilizar distintas estrategias que van desde el ataque a su autoestima, los insultos, el chantaje, la manipulación o los golpes (Báez, 2018).

La violencia en el noviazgo se puede presentar desde el inicio de la relación, sean relaciones pasajeras o estables. Estas pueden darse por parte de cualquiera de los miembros de la pareja.

En la etapa de la adolescencia se tiene dificultad en reconocer todas las conductas violentas, pues se tiende a asociar la violencia con agresión física y no con malos tratos psicológicos o emocionales. En algunos casos la frecuente exposición a situaciones de violencia genera la normalización de los comportamientos violentos.

a) Los indicadores para detectar violencia en el noviazgo en adolescentes

- **Control de su pareja** sobre lo que él o ella hace, con quién está, las horas que ha vuelto a casa.
- **Controlar el acceso a sus redes sociales** y comunicaciones como el exigir las claves de acceso al celular, al WhatsApp, Facebook y otras argumentando que es una muestra de confianza.
- **Celos** no quiere que tenga contacto con ningún otro chico o chica, censura cualquier contacto con personas del sexo opuesto, reclamos permanentes por tener contacto con otras personas.
- **Prohíbe y controla** su forma de vestirse o arreglarse, le pide que no se arregle o vista ciertas prendas.
- **Distanciamiento** del grupo de amigos y/o de la familia, va separando a la pareja de su grupo habitual de amigas o amigos. Influye para que la pareja solo tenga contacto con personas que él o ella eligen.
- **Chantaje**, para conseguir que la pareja acceda a todas sus exigencias bajo chantaje o amenaza de poner fin a la relación.
- **Induce y obliga** a que la pareja tenga comportamientos riesgosos, y que le hagan más vulnerable como el consumo del alcohol, relaciones sexuales sin protección o que se involucre en peleas.

El patrón de abuso que sufren, de manera particular, las adolescentes mujeres en una relación de pareja es similar al que sufre una mujer adulta que es maltratada. La violencia generalmente se presenta en un ciclo, en el que tanto el hombre como la mujer, se encuentran inmersos, el examinar las diferentes fases de este ciclo permite el reconocimiento de la dinámica de violencia que se está viviendo.

b) Ciclo de la violencia de pareja

El ciclo de la violencia es un modelo desarrollado para describir y caracterizar las distintas etapas de la violencia, de esta manera se explica la dinámica de actuación de los agresores y de las víctimas que frecuentemente tiene lugar durante las relaciones amorosas. Este modelo permite identificar expresiones de violencia que se van agravando día a día y como suele ser difícil tratar de salir de este círculo.

El ciclo de la violencia hacia las mujeres explicado a través de 5 fases:

- **Fase 1.** De aparente calma. Aunque se visualice calma, se da una serie de conductas donde la víctima se siente atemorizada porque la pareja se enoje nuevamente.
- **Fase 2.** Acumulación de tensión. Se van acumulando conflictos en la pareja. El agresor se molesta por cualquier cosa, aunque aún no lo demuestra con violencia física. La víctima trata de calmar la situación y evita hacer aquello que cree que disgusta a su pareja, creyendo que evitará la futura agresión. Esta fase se puede dilatar durante varios años.
- **Fase 3.** Explosión violenta. Es el resultado de la tensión acumulada en la fase anterior. Aquí se pierde la comunicación, la tensión aumenta hasta llegar a episodios violentos, es decir, el agresor ejerce la violencia a través de agresiones verbales, físicas y/o sexuales. Es en esta fase donde algunas mujeres víctimas de violencia realizan denuncias.
- **Fase 4.** Arrepentimiento. En esta etapa la tensión y la violencia desaparecen y el agresor se muestra arrepentido, llenando a la víctima de promesas de cambio. Frecuentemente, la víctima le otorga al agresor otra oportunidad creyendo que las promesas serán cumplidas.
- **Fase 5.** Reconciliación. Llamado también fase de luna de miel porque el hombre se muestra amable, cariñoso y atento, aparentando el regreso a la relación amorosa. Frecuentemente dura poco tiempo y nuevamente inician los roces, las peleas y la tensión vuelven a aumentar, para llegar al episodio violento, arrepentimiento y otra luna de miel (Arce et. al., 2015).



Esta etapa del ciclo de la violencia es lo que mantiene a ambos integrantes de la pareja en la relación, esperando los espacios de luna de miel. El ciclo se repetirá varias veces y, poco a poco, la luna de miel se irá haciendo más corta y las agresiones irán escalando siendo cada vez más violentas.

c) Prevenir la violencia en el noviazgo

Para prevenir la violencia en el noviazgo en la etapa adolescente se debe trabajar la desmitificación de la noción del amor romántico el cual es creado a partir de factores socio culturales como el amor todo lo puede, la media naranja, el amor a primera vista, el amor hasta la muerte, entre otros.

Se debe proporcionar a las y los adolescentes estrategias de comunicación, de resolución de conflictos, de toma de decisiones, de respuesta frente a situaciones de presión como la prueba de amor, entre otras. También se debe educar y motivar a las y los adolescentes a crear relaciones sanas y aprender habilidades que fortalezcan sus recursos como la autonomía y la independencia.

2.1.4. Causas de la violencia

Las principales causas para que algunas niñas, niños y adolescentes ejerzan violencia son múltiples y dependen, por lo general, de una combinación de factores socio-culturales, individuales y contextuales. Los factores más relevantes son:

- Familias a favor del dominio y la sumisión que fomentan estereotipos machistas.
- Maltrato físico, psicológico o abusos sexuales en el hogar.

- Castigo físico como método educativo.
- Ausencia total de autoridad, límites y patrones de conducta adecuados.
- Abuso de alcohol y/o drogas.
- Asociación con pares antisociales y grupos conflictivos y marginales.
- Problemas de relación con gente de su edad.
- Aceptación de la violencia como resolución de conflictos interpersonales.
- Baja autoestima e inseguridad.
- Ausencia de valores en la educación dentro de la familia como en la comunidad educativa.
- Exposición a violencia en los medios de comunicación.

2.1.4.1. Factores de riesgo de violencia

Los factores de riesgo son elementos y/o situaciones que provocan efectos nocivos en las personas, los cuales contribuyen a emplear conductas violentas como respuesta a ciertas situaciones. Estos se vinculan a elementos individuales, familiares y sociales o relacionados a la comunidad, en tal sentido, los estudiantes que abandonan la escuela, faltan a clases tienen bajo rendimiento académico son propensos a adoptar la violencia como forma de resolución de conflictos.

De igual manera, la violencia doméstica, violencia física, psicológica y sexual en niñas, niños y adolescentes, el cuidado paterna insuficiente, débiles o nulos lazos de apego emocional en la familia, la carencia económica, el fácil acceso a las drogas legales o ilegales, creencias y conductas inadecuadas sobre la solución de conflictos, son considerados también como predisponentes o factores de riesgo para el o la adolescente. Por otro lado, los medios de comunicación como la televisión aportan elementos que expresan actitudes a favor de la violencia proporcionando modelos con patrones de vida centrados en la violencia.

En la etapa de la adolescencia se afrontan acelerados cambios fisiológicos y emocionales, a su vez las y los adolescentes se enfrentan a situaciones nuevas y algunas de presión para seguir determinadas conductas como el inicio de la actividad sexual, el consumo de alcohol y drogas, situaciones para las que recién están adquiriendo habilidades de respuesta estos elementos hacen que las y los adolescentes sean más vulnerables a los diferentes tipos de factores de riesgo.

2.1.4.2. Tipos de factores de riesgo

Entre los tipos de factores de riesgo que generan violencia se encuentran los factores individuales o personales, familiares y sociales:

- Factores individuales o personales: Personalidad tímida, impulsiva, agresiva, falta de autocontrol, baja autoestima, falta de proyecto de vida, inicio temprano de consumo de alcohol y drogas.

“NO SHINATIXO
NOQUI HUËTSA NO
NOITIXO” (Chácobo)
“Comprensión y
convivencia mutua en
pareja”



- Factores familiares: Poco tiempo compartido, clima familiar conflictivo (discusiones, ruptura familiar, o con poco afecto, con dificultad de comunicación), estereotipos de género (machismo).
- Factores sociales: Presencia de consumidores de alcohol o drogas, presión de grupo de pares, nivel de desigualdad, falta de espacios para recreación y tiempo libre, estereotipos de género, violencia en medios de comunicación, historias de violencia social, justificación cultural o religiosa de la violencia.
- Factores educativos. La falta de información relacionada a los derechos de las niñas, niños y adolescentes, falta de educación en valores, el trato rígido con ausencia de empatía de parte de los maestras y maestros, ausencia de un plan de convivencia pacífica y armónica en las unidades educativas. El sistema patriarcal que vive una sociedad es fuente de la violencia de género y generacional que es importante cambiar el imaginario de las niñas, niños y adolescentes para formar personas respetuosas que contribuyan al convivir en armonía y puedan resolver sus conflictos por la vía pacífica.

**"JAMERICA JOICA JA AYAMANO"
(Chácobo)
"Evitemos la violencia en diferentes ámbitos"**



**"NEBAWITYARA EKANA EJEMPLU TSEWE"
(kabineño)
"Enseñemos con el ejemplo"**



2.1.4.3. La concepción machista como factor de riesgo social en violencia

El machismo es considerado un conjunto de actitudes construidas y compartidas socialmente, es decir, las conductas de dominio, control y abuso de poder de los hombres sobre las mujeres y que, a la vez, ha impuesto un modelo de masculinidad que es valorado por una parte de la sociedad como superior y que conduce a la internalización de normas y roles desiguales, es decir, desigualdad de género.

Frecuentemente, la violencia de los hombres contra las mujeres forma parte de la socialización masculina. Muchos hombres aprenden en su proceso de socialización que las mujeres y niñas deben cumplir ciertas obligaciones hacia ellos, como cuidar de la casa, cuidar de las hijas e hijos, y tener relaciones sexuales con ellos, aun cuando ellas no quieran hacerlo. La violencia doméstica y sexual puede así formar parte de los "roles" sexuales o de género en los cuales estos tipos de violencia son justificados por los hombres, cuando las mujeres rompen ciertas "reglas" impuestas, ya sea por tener relaciones sexuales fuera de la relación de pareja o por no cumplir con sus "obligaciones domésticas".

El machismo utiliza diversos métodos para marcar y mantener las diferencias de poder. El androcentrismo y el adultocentrismo son configuraciones impuestas a través del tiempo para dar continuidad a estas desigualdades:

- **El androcentrismo**, es la visión del mundo que sitúa al hombre como centro de todo, teniendo una posición privilegiada, siendo el hombre el modelo, la norma de todo comportamiento humano, la medida de todas las cosas. Por ejemplo, es el único capaz de dictar leyes, de imponer la justicia, de gobernar el mundo, etc. El sistema de relaciones de poder construido a imagen del hombre que es normalizado y naturalizado se ha invisibilizado hasta hacerse parte de la cultura, por tanto, las ideas, prácticas y cotidianidades propias del patriarcado se han vuelto incuestionables.
- **El adultocentrismo**, indica que existen relaciones de poder entre los diferentes grupos de edad que son asimétricas en favor de los adultos, es decir, que estos se ubican en una posición de superioridad. Los adultos gozan de privilegios por el solo hecho de ser adultos, porque la sociedad y su cultura así lo han definido. Por ejemplo, si una o un adolescente rompe un vidrio por error, recibe una sanción de parte del adulto (grito, reto, castigo o golpes), si este adulto comete el mismo error, no recibe castigo de parte del adolescente e incluso puede asumir que fue un accidente y en el mejor de los casos, decir que tiene derecho a equivocarse (UNICEF, 2013).

**“YAECHAUKA TEKŌ KAVI
YAPOROMBOEVAËRA”
(Guaraní)
“Enseñemos con un buen
ejemplo”**



Estas perspectivas de ver el mundo generan efectos negativos en las y los adolescentes los cuales integran estos mensajes a su mente, los hacen parte de su personalidad y terminan pensando que son menos capaces, menos reflexivos, menos inteligentes y que sus opiniones valen menos que las de los adultos.

La desigualdad de género ha sido un problema que ha caracterizado a la sociedad boliviana, principalmente por la adopción de modelos comportamentales machistas, de discursos y prácticas sistemáticas de reducción de los derechos de las mujeres que contribuyeron en la construcción y naturalizaron la distinción en razón de la separación entre el hombre y la mujer, como una forma de desvalorizar a la mujer.

a) Características del machismo

Una persona machista presenta las siguientes características:

- No permite que las mujeres hagan ciertas actividades comúnmente masculinas.
- Celos en exceso, cuando la pareja sale, la llama constantemente.
- Abuso verbal, es hiriente en sus comentarios y menosprecia constantemente a la mujer.
- Limita su vestimenta cuando indican que las mujeres decentes no deben vestir con faldas cortas.

- En la sexualidad, el hombre niega el deseo sexual de la mujer y la ubica en el lugar de objeto.
- Es aceptada la promiscuidad en el hombre, es decir, el hombre puede salir con varias parejas a la vez y la mujer no.
- Promueve la violencia de género, particularmente en contra de las mujeres, justificando la idea de inferioridad y debilidad de la mujer.
- Ejerce violencia en el entorno familiar.
- Asigna como principal o único rol de la mujer la reproducción (tener hijos) y la crianza de hijas e hijos.

Las consecuencias del machismo pueden llegar a manifestarse de forma encubierta o de forma explícita mediante violencia física, psicológica, sexual, económica y política en contra de las mujeres así como agresión hacia la mujer.

b) Relaciones de poder

El poder es la posibilidad de modificar con actos las acciones del otro. Este poder se encuentra al interior de toda sociedad, y se presenta donde existen relaciones sociales, es en ese momento donde se ejerce el poder existiendo relaciones donde es utilizado para someter (Delgadillo, 2012).

La presencia de las relaciones de poder se manifiesta a través de múltiples canales entre ellos en la vida cotidiana, las podemos observar:

- **En la familia**, a nivel de la convivencia, los padres ejercen poder sobre sus hijos, el padre sobre la madre o viceversa.
- **En la comunidad educativa**, en el relacionamiento de sus miembros como el de maestro sobre sus estudiantes o entre los mismos estudiantes.
- **En lugares de trabajo**, donde existen jefes y subordinados como en fábricas donde capataces lo ejercen sobre los obreros.

Las relaciones de poder, surgen en situaciones conflictivas o de violencia, donde existe una dinámica común, que es el uso del poder, el control y el de ejercicio de autoridad por parte del agresor hacia su víctima a través del dominio y control que desemboca en agresiones violentas a nivel físico, psicológico o sexual que denigran y humillan a la persona. Este tipo de relaciones de poder está cimentado en los roles de género y los estereotipos socioculturales naturalizados que impiden el ejercicio de la igualdad de género.

Es necesario deshacer las estructuras patriarcales (despatriarcalización) con estas relaciones de poder desiguales para superar la discriminación y el machismo, esto implica eliminar las desigualdades y sus privilegios mediante una educación que genere igualdad y equidad de género.

c) La despatriarcalización

La despatriarcalización es la negación del orden patriarcal, asentado en las estructuras familiares, comunales. Es un proceso de liberación que se consolidará de acuerdo a Salgueiro (2013) mediante:



- La desestructuración de las relaciones de poder que reproducen la subordinación y opresión de los pueblos, jerarquizan las relaciones entre hombres y mujeres.
- Eliminación de patrones culturales y estereotipos discriminatorios que se manifiestan en las relaciones de poder entre mujeres y hombres y en instrumentos ideológicos como son la educación, el arte, y otros.
- La transformación del modelo productivo y de las formas de redistribución de la riqueza, los ingresos, la reproducción y el trabajo, bajo el paradigma del Vivir Bien en armonía con la naturaleza.
- La redistribución del trabajo doméstico y el cuidado de la familia, como una responsabilidad familiar y colectiva.
- El reconocimiento de las mujeres como voceras del Vivir Bien, por ser las principales portadoras de saberes e identidades.

El cuestionamiento desde el área educativa hacia los estudiantes mediante la deconstrucción de los mandatos patriarcales que perpetúan la opresión a las mujeres, permitirá construir nuevos significados en la percepción del estudiante de su entorno y su forma de interactuar con la sociedad.

La educación sociocomunitaria productiva plantea como bases la descolonización por tanto es liberadora, revolucionaria, transformadora de las estructuras económicas y sociales, despatriarcalizadora, inclusiva, universal, orientada a la reafirmación cultural de las naciones y pueblos indígena originario campesino, las comunidades interculturales y afrobolivianas.

2.1.5. Consecuencia de la violencia

El daño que causa la violencia va mucho más allá del daño físico. La violencia en las y los adolescentes provoca depresión, ansiedad y otros trastornos de salud mental en las víctimas de violencia. En algunos casos puede ocasionar serios daños en la autoestima de las personas. En otros casos para hacer frente a sus experiencias traumáticas pueden adoptar comportamientos de riesgo, como consumir tabaco, alcohol y drogas, así también prácticas sexuales de riesgo (Krug, 2014) o autolesiones.

El sufrir violencia en la etapa de la adolescencia desencadena, no solo posibles consecuencias físicas, sino, sobre todo importantes secuelas en el desarrollo biopsicosocial como ser:

- Consecuencias en desarrollo físico: lesiones físicas reversibles e irreversibles.
- Consecuencias en el desarrollo emocional: estrés postraumático, apego inseguro, hiperactividad y ausencia de autocontrol, negativismo, infelicidad y baja autoestima, sintomatología depresiva, pensamientos y tentativas de suicidio.
- Consecuencias en el desarrollo cognitivo: retraso intelectual, fracaso escolar o inadaptación escolar, baja atención e interés a lo nuevo, bajo rendimiento escolar, déficit de atención, pérdida de interés por estudiar, menor competencia en la exploración del entorno.
- Consecuencias en el desarrollo social: trastornos en la relación con adultos no familiares, consumo de alcohol y drogas, personalidad antisocial, conductas delictivas (Morales, 2001), también faltas injustificadas a la escuela.

Las niñas, niños y adolescentes víctimas de violencia pueden llegar a experimentar consecuencias a corto, mediano y largo plazo que pueden afectar en la área emocional, cognitiva y conductual de las víctimas, desarrollando hábitos disfuncionales, conductas de riesgo y muchas veces desadaptativas.

A continuación, se detalla las consecuencias a corto, a mediano y largo plazo extraídas del Protocolo de prevención y actuación y denuncia en casos de violencia física, psicológica y sexual (2019).

CUADRO N° 11 Consecuencias de la violencia en lo emocional, cognitivo y conductual a corto, mediano y largo plazo

CONSECUENCIAS EMOCIONALES A CORTO PLAZO	CONSECUENCIAS COGNITIVAS A CORTO PLAZO	CONSECUENCIAS CONDUCTUALES A CORTO PLAZO
<ul style="list-style-type: none"> • Sentimientos de tristeza y desamparo. • Cambios bruscos de estado de ánimo. • Irritabilidad. • Rebeldía. • Temores diversos. • Vergüenza y culpa. • Ansiedad. • Hiperactividad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Baja en rendimiento escolar y desvalorización de la educación. • Disminución de la capacidad de atención y concentración. • Desmotivación por tareas escolares. • Desmotivación general. • Desajuste emocional. • Ausentismo escolar injustificado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Conductas agresivas. • Conductas destructivas. • Rechazo a figuras adultas. • Marginación o aislamiento social. • Hostilidad y temor hacia el agresor. • Embarazo precoz. • Infecciones de Transmisión Sexual, VIH/SIDA.
CONSECUENCIAS EMOCIONALES A MEDIANO PLAZO	CONSECUENCIAS COGNITIVAS A MEDIANO PLAZO	CONSECUENCIAS CONDUCTUALES A MEDIANO PLAZO
<ul style="list-style-type: none"> • Depresión enmascarada o manifiesta. • Trastornos ansiosos. • Trastornos de sueño: terrores nocturnos e insomnio. • Trastornos alimenticios: anorexia, bulimia y obesidad. • Distorsión de desarrollo sexual. • Temor a expresión sexual. • Intentos de suicidio o ideas suicidas. • Desobediencia 	<ul style="list-style-type: none"> • Repite el año escolar. • Trastornos y problemas de aprendizaje. • Déficit de atención. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fugas del Hogar. • Deserción escolar. • Ingestión de drogas y alcohol. • Inserción en actividades delictivas. • Interés excesivo por juegos sexuales. • Masturbación compulsiva. • Embarazo precoz. • Infecciones de Transmisión Sexual, VIH/SIDA.
CONSECUENCIAS EMOCIONALES A LARGO PLAZO	CONSECUENCIAS COGNITIVAS A LARGO PLAZO	CONSECUENCIAS CONDUCTUALES A LARGO PLAZO
<ul style="list-style-type: none"> • Baja autoestima y pobre autoconcepto. • Estigmatización: sentirse diferente a los demás. • Depresión. • Trastornos emocionales diversos. • Disfunciones sexuales 	<ul style="list-style-type: none"> • Fracaso escolar. • Problemas con las drogas. • Problemas de socialización (problemas de relación con iguales, de apego, de amistad, de cariño, alteraciones del sueño, etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> • Consumo de Alcohol hasta la dependencia del mismo. • Drogadicción. • Conductas delictivas. • Inadaptación social. • Relaciones familiares conflictivas. • Conductas sexuales agresivas. • Suicidio. • Autolesiones. • Vulnerabilidad a ser víctima de violencia sexual comercial o comercio sexual.

Las consecuencias de la violencia sexual, por la magnitud del daño causado dejan secuelas físicas y psicológicas más profundas en las niñas, niños y adolescentes víctimas. El sistema de educación tiene el mandato de prevención de la violencia promoviendo una Convivencia Pacífica y Armónica.

2.2. Factores de protección para promover el buen trato

Los factores protectores son recursos personales, sociales, familiares e institucionales que promueven el desarrollo exitoso de la persona; asimismo, el mantenimiento o la recuperación de la salud, biológica, psicológica y social. Estos factores pueden contrarrestar los posibles efectos de los factores de riesgo, por lo tanto, reducen la vulnerabilidad, ya sea general o específica, de la etapa adolescente (Florenzano, 2002).

Los factores protectores pueden identificarse de la siguiente manera:

- **En lo personal:** Auto-concepto y autoestima positiva, habilidades de comunicación adecuada (asertividad), toma de decisiones, manejo saludable del estrés, manejo adecuado del tiempo libre, empatía, competencia cognitiva.
- **En lo familiar:** valores, límites claros y firmes, apego parental, reconocimiento de esfuerzos y logros, vínculos afectivos sólidos, comunicación entre los madres y padres e hijos.
- **En lo social:** Creación de actividades y espacios recreativos, información pertinente para su protección.

2.2.1. Autoprotección

La autoprotección, es cualquier acción que se realiza en beneficio de uno mismo, es el desarrollo de habilidades que dan seguridad personal. Al tener en cuenta que, las y los adolescentes en esta etapa, se ven expuestos a diversos factores de riesgo que llegan a amenazar su desarrollo integral, es imprescindible fortalecer capacidades de autoprotección.

La autoprotección también significa tener conocimiento de los riesgos, lo que permite el empoderamiento que permite la apropiación de herramientas que ayudan a tomar decisiones acertadas y reducir los riesgos. Desde el área educativa es importante desarrollar en la etapa adolescente algunas capacidades de autoprotección, como ser:

- Fortalecer la autoestima, autovaloración y conocimiento de sí mismo.
- Valoración del propio cuerpo, es otro factor que ayuda al autocuidado, el cuerpo es un territorio personal, privado e íntimo.
- Dotar de conocimiento, a las y los adolescentes en torno a los derechos que los protegen.
- Desarrollo de habilidades comunicativas, evitando los conflictos y promoviendo la resolución de los mismos, como el manejo de las emociones.
- Poniendo en práctica límites, en las relaciones con personas de autoridad en las que se confía, tanto en la familia como en la escuela y la comunidad.
- Dotar de conocimiento sobre diferentes formas de violencia y maltrato de las que pueden ser víctimas, que en algunos casos fueron naturalizadas.



- Educación sexual, no tener información sobre este tema pone en riesgo a las y los adolescentes esto debido a que los padres de familia no hablan o hablan superficialmente estos temas.
- Uso adecuado de redes sociales, los padres deben saber con quienes se comunican sus hijos o si aceptan contactos con desconocidos en WhatsApp, Facebook y otros.

La autoprotección aminora los riesgos, pero no quita la responsabilidad de los adultos; como los padres de familia, maestras y maestros o habitantes de la comunidad, a ejercer una protección permanente a las y los adolescentes.

2.2.2. Conocimiento de derechos y deberes

Cuando un niño pasa a la etapa Adolescente tiene la capacidad y madurez para integrarse en la sociedad e influir en su entorno. Estas habilidades suponen una ventaja y una responsabilidad y es cuando surgen sus deberes y sus derechos, los que fueron establecidos a través de tratados internacionales y adoptados a través de normas nacionales.

Por ello, el Estado Boliviano, en el Código Niña, Niño y Adolescente, Ley N° 548 (2014) plantea dentro de las normativas los derechos y deberes que las niñas, niños y adolescentes deben conocer para ampararse en sus derechos.

La Convención sobre los Derechos del Niño aprobada como tratado Internacional de derechos humanos el 20 de noviembre de 1989, se ha utilizado en todo el mundo para promover y proteger los derechos de los niños, niñas y adolescentes, a lo largo de sus 54 artículos se reconocen sus derechos a un pleno desarrollo físico, mental y social.



CUADRO N° 12

Los niños, niñas y adolescentes deben conocer sus derechos y deberes

DERECHOS	DEBERES
<ul style="list-style-type: none"> • Derecho a la vida, a la salud y al medio ambiente. • Derecho a la familia. • Derecho a la nacionalidad, identidad y filiación. • Derecho a la educación, información, cultura y recreación. • Derecho a opinar, participar y pedir. • Derecho a la protección de la niña, niño y adolescente en relación al trabajo. • Derecho a la libertad, dignidad e imagen. • Derecho a la integridad personal y protección contra la violencia 	<p>Preservar su vida y salud, por ejemplo, no consumir bebidas alcohólicas, realizar actividades físicas, culturales, evitar conductas sexuales riesgosas y otros</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asumir su responsabilidad como sujetos activos en la construcción de la sociedad, por ejemplo: participar en actividades de la comunidad, gobierno estudiantil y en otras actividades. • Conocer, ejercer, preservar y defender sus derechos y respetar los derechos de las demás personas, por ejemplo: participar en foros públicos y otros. • Utilizar las oportunidades que les brinda el Estado, la sociedad y su familia para su desarrollo integral, por ejemplo: no faltarse a clases sin motivo. • Respetar a su madre, padre, guardadora o guardador, tutora o tutor, maestras o maestros y a toda persona, por ejemplo: comunicándose asertivamente. • Cumplir con sus obligaciones en el ámbito educativo, por ejemplo: hacer las tareas y otras. • Actuar con honestidad y corresponsabilidad en su hogar y en todo ámbito, por ejemplo: devolver si encontrase alguna cosa extraviada. • Respetar, cumplir y obedecer las disposiciones legales y ordenes legítimas que emanen del poder público, por ejemplo: la restricción de salidas del hogar en un horario específico para adolescentes. • Honrar la patria y respetar sus símbolos, por ejemplo: ponerse de pie al escuchar el himno nacional. • Respetar el medio ambiente y la madre tierra, por ejemplo: respetar toda forma de vida, cuidar y plantar árboles donde haga falta, no maltratar animalitos, ni arrancar plantas. • Valorar las culturas y la producción nacional, respetar los saberes y conocimientos de otras culturas, por ejemplo: respetar la vestimenta e idioma originario de su comunidad y de otras comunidades ajenas a la suya.

Los derechos y deberes de las y los adolescentes son esenciales en el desenvolvimiento de su vida porque les permite el goce de una vida digna, segura y libre. Esto permitirá desarrollar una feminidad y masculinidad más equilibrada por ejemplo: con responsabilidades en el hogar donde los roles sean compartidos en beneficio de ambos compartir los quehaceres en la cocina, el cuidado de los hijos y otros.

2.2.3. Construyendo una masculinidad saludable

Los estudios y las prácticas sociales en torno a este término varían según los tiempos y lugares. Si bien la masculinidad ha existido siempre, en general ha estado vinculada con lo hegemónico, es decir con el ejercicio de poder en lo público (sociedad) y en lo privado (familia).

La masculinidad agrupa toda una serie de atributos, características y rasgos que sirven para identificar a los hombres en un contexto social. Lo que puede resultar dañino es la forma en la que las sociedades pueden asignar al concepto masculino en detrimento de otros actores sociales como las mujeres, las niñas, niños y adolescentes.

Por ejemplo: el hecho de que el hombre puede levantar más peso que una mujer, es considerado como un atributo "es más fuerte que la mujer" ese atributo se extiende no solo el aspecto físico sino a todo aspecto incluyendo a la expresión de las emociones (no lloran), frente a una mujer, "el hombre es considerado más fuerte no llora". Esta situación es transmitida principalmente a través de modelos sociales y de la educación recibida en diferentes contextos (familiar, institucional, sociocultural).

**"KUIMBARETA ROGUINOIVI
MBOROAIU, YOPARAREKO
JARE OIMEVI OREAKIKA"**

(Guaraní)

**"Los hombres también
tenemos sentimientos y
debilidades"**



**NO CAHËTI XO NOBA JABI
JATIROACA BAXNA
(Chácobo)**

**Debemos cumplir los
derechos y deberes con la
sociedad**



La masculinidad estereotipada plantea las siguientes características:

- Un hombre debe ser fuerte, valiente, insensible, de modales rudos.
- Un hombre debe conquistar a las mujeres de su entorno. Mientras más mujeres conquiste mejor.
- Un hombre es superior a una mujer porque ellas son débiles y vulnerables (Álamo, 2019).

La construcción de la masculinidad basada en conceptos como fortaleza, protección, poder, conocimiento, etc. no se ajusta a una sociedad moderna donde se reconocen los mismos derechos para hombres y mujeres y se plantea la igualdad de oportunidades para niñas, niños y adolescentes.

La masculinidad saludable reconoce a las mujeres como personas independientes, libres de tomar sus propias decisiones, capaces de estudiar, trabajar en todos los campos y aportar económicamente a la familia y al país. El sistema educativo debe promover el respeto, la empatía y la igualdad entre hombres y mujeres, así también superamos la violencia.

2.2.4. La equidad de género

La equidad de género asegura que hombres y mujeres a lo largo de su vida tengan las mismas condiciones para desarrollarse y existir. Sin embargo, en muchos casos se evidencia que las desigualdades históricas aún permanecen y afectan a niñas y adolescentes mujeres.



CUADRO N° 13
En el Estado Plurinacional de Bolivia la Equidad de Género es un principio definido en las siguientes normativas

<p>Ley N° 348 Ley integral para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia</p>	<p>Ley N° 548 Código niño niña adolescente</p>	<p>Ley N° 045 De lucha contra el racismo y toda forma de discriminación</p>
<p>Art. 4. (Principios y Valores)</p>	<p>Art. 12. (Principios)</p>	<p>Art. 2. (Principios Generales)</p>
<p>Equidad de Género. Eliminar las brechas de desigualdad para el ejercicio pleno de las libertades y los derechos de mujeres y hombres</p>	<p>Equidad de Género. Por el cual las niñas y las adolescentes, gozan de los mismos derechos y el acceso a las mismas oportunidades que los niños y los adolescentes</p>	<p>Equidad. Entendida como el reconocimiento a la diferencia y el valor social equitativo de las personas para alcanzar la justicia social y el ejercicio pleno de los derechos civiles, políticos, económicos, sociales y culturales</p>

Por tanto, el planteamiento de las normativas es romper los estereotipos de género, teniendo en cuenta, que la desigualdad de género es una construcción y fenómeno sociocultural en el que se produce discriminación entre personas debido al sexo, es decir, entre hombres y mujeres. Siendo este fenómeno dañino y perjudicial evidenciándose en diferentes contextos, como en la familia, trabajo u otros espacios de convivencia interpersonal.

- **En la familia**, las mujeres realizan labores de casa, atención a los hombres y dependen económicamente de ellos.
- **En lo laboral**, la diferencia de cargos, por ejemplo: en la mayoría de cargos relacionados a jefaturas estos son ocupados por hombres y la mayoría de cargos de secretariado están dirigidos a mujeres.

Aunque los roles de género son expresados de diferentes formas en las distintas identidades socioculturales, el grado de subordinación de las mujeres continúa siendo naturalizado. Un ejemplo de este desequilibrio o desigualdad de género se ve reflejado en los altos índices de diferentes tipos de violencia contra las mujeres que frecuentemente se escuchan, como ser los abusos y acosos sexuales, secuestros, violaciones, maltrato físico, emocional y otros (Francisco, 2018).

Sexo: Se refiere a las características fisiológicas y sexuales con las que nacen los seres humanos.

Género: Características psicológicas, conductuales y culturales asociadas a la masculinidad o feminidad. Es decir, se refiere a cómo la sociedad dice que deben ser y comportarse las personas según su sexo biológico (hombre - mujer).

2.2.5. La prevención de la violencia en el marco del enfoque de fortalecimiento de valores

El trabajo en valores en la comunidad educativa es una forma de fortalecer el camino para lograr una convivencia pacífica y armónica.

El Modelo Educativo Sociocomunitario y Productivo plantea como uno de los pilares básicos para el alcance de los objetivos del diseño curricular cuatro ejes articuladores (Cuadro N° 4), entre estos se encuentra el Eje articulador Educación en Valores Sociocomunitarios, este instrumento metodológico permite la articulación de este caso de los valores sociocomunitarios con los campos y áreas de conocimiento así como de los contenidos del currículo base y regionalizado, el maestro debe introducir todos y cada uno de los valores articulando con los contenidos de los diferentes grados y materias de acuerdo a la necesidad de las y los estudiantes. Los valores y principios éticos y morales que se deberían trabajar en la comunidad educativa se encuentran planteados

en diferentes normativas.

2.2.5.1. Principios éticos-morales y valores desde nuestros saberes y culturas

Existe una diversidad valores planteados en la normativa que recogen además principios y saberes ancestrales:

a) La Constitución Política del Estado

En su artículo 8 plantea:

I. El Estado asume y promueve como principios ético-morales de la sociedad plural: ama qhilla, ama llulla, ama suwa (no seas flojo, no seas mentiroso ni seas ladrón), suma qamaña (vivir bien), ñandereko (vida armoniosa), teko kavi (vida buena), ivi maraei (tierra sin mal) y qhapaq ñan (camino o vida noble).

II. El Estado se sustenta en los valores de unidad, igualdad, inclusión, dignidad, libertad, solidaridad, reciprocidad, respeto, complementariedad, armonía, transparencia, equilibrio, igualdad de oportunidades, equidad social y de género en la participación, bienestar común, responsabilidad, justicia social, distribución y redistribución de los productos y bienes sociales, para vivir bien.

b) La Ley N° 70, "Avelino Siñani - Elizardo Pérez"

En su artículo 3. Bases de la Educación plantea los siguientes principios y valores:

Inciso 13. La educación asume y promueve como principios ético morales de la sociedad plural el ama qhilla, ama llulla, ama suwa (no seas flojo, no seas mentiroso ni seas ladrón), suma qamaña (Vivir Bien), ñandereko (vida armoniosa), teko kavi (vida buena), ivi maraei (tierra sin mal) y qhapaq ñan (camino o vida noble), y los principios de otros pueblos. Se sustenta en los valores de unidad, igualdad, inclusión, dignidad, libertad, solidaridad, reciprocidad, respeto, complementariedad, armonía, transparencia, equilibrio, igualdad de oportunidades, equidad social y de género en la participación, bienestar común, responsabilidad, justicia social, distribución y redistribución de los productos y bienes sociales, para Vivir Bien.

c) La ley 348 Ley para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia

En su artículo 4. Principios y valores plantea:

- **Vivir bien.** Es la condición y desarrollo de una vida íntegra material, espiritual y física, en armonía consigo misma, el entorno familiar, social y la naturaleza.
- **Igualdad.** El Estado garantiza la igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres, el respeto y la tutela de los derechos, en



especial de las mujeres, en el marco de la diversidad como valor, eliminando toda forma de distinción o discriminación por diferencias de sexo, culturales, económicas, físicas, sociales o de cualquier otra índole.

- **Inclusión.** Tomar en cuenta la cultura y origen de las mujeres, para adoptar, implementar y aplicar los mecanismos apropiados para resguardar sus derechos, asegurarles el respeto y garantizar la provisión de medios eficaces y oportunos para su protección.
- **Trato digno.** Las mujeres en situación de violencia reciben un trato prioritario, digno y preferencial, con respeto, calidad y calidez.
- **Complementariedad.** La comunión entre mujeres y hombres de igual, similar o diferente forma de vida e identidad cultural que conviven en concordia amistosa y pacíficamente.
- **Armonía.** Coexistencia y convivencia pacífica entre mujeres y hombres, y con la Madre Tierra.
- **Igualdad de oportunidades.** Las mujeres, independientemente de sus circunstancias personales, sociales o económicas, de su edad, estado civil, pertenencia a un pueblo indígena originario campesino, orientación sexual, procedencia rural o urbana, creencia o religión, opinión política o cualquier otra; tendrán acceso a la protección y acciones que esta Ley establece, en todo el territorio nacional.
- **Equidad social.** Es el bienestar común de mujeres y hombres, con participación plena y efectiva en todos los ámbitos, para lograr una justa distribución y redistribución de los productos y bienes sociales.
- **Equidad de género.** Eliminar las brechas de desigualdad para el ejercicio pleno de las libertades y los derechos de mujeres y hombres.
- **Cultura de paz.** Las mujeres y hombres rechazan la violencia contra las mujeres y resuelven los conflictos mediante el diálogo y el respeto entre las personas.
- **Despatriarcalización.** A efectos de la presente ley, la despatriarcalización consiste en la elaboración de políticas públicas desde la identidad plurinacional, para la visibilización, denuncia y erradicación del patriarcado, a través de la transformación de las estructuras, relaciones, tradiciones, costumbres y comportamientos desiguales de poder, dominio, exclusión opresión y explotación de las mujeres por los hombres.

d) La ley 300, Ley marco de la madre tierra y desarrollo integral para el vivir bien plantea:

- **Saber crecer.** Vivir Bien, es crecer y compartir con espiritualidad y fe, en el marco del respeto a la libertad de religión y de las creencias espirituales de acuerdo a las cosmovisiones del pueblo boliviano, que promueve y construye vínculos edificantes, virtudes humanitarias y solidarias para llevar una vida armoniosa.
- **Saber alimentarse.** Vivir Bien, es alimentarse con calidad y productos naturales; saber combinar las comidas y bebidas adecuadas a partir de las estaciones del año, respetando los ayunos y ofrendando alimentos a la Madre Tierra.
- **Saber danzar.** Vivir Bien, es danzar en gratitud a la Madre Tierra y en celebración de la comunidad y armonía entre las personas donde se manifiesta la dimensión espiritual y energética.
- **Saber trabajar.** Vivir Bien, es considerar el trabajo como fiesta y como felicidad. Se retoma el pensamiento ancestral de que el trabajo es fiesta, por tanto se lo realiza con amor y pasión. Es trabajar en reciprocidad y complementariedad; es más que devolver el trabajo o los productos de la ayuda prestada en cualquier actividad.
- **Saber comunicarse.** Vivir Bien, es comunicarse y saber hablar. Sentir y pensar bien para hablar, lo que implica hablar para construir, para alentar, para aportar. Todo lo que hablemos se escribe en los corazones y en la memoria genética de los seres de la Madre Tierra.

- **Saber soñar.** Vivir Bien, es soñar en un buen futuro, que es proyectar la vida, partiendo de que todo empieza desde el sueño, por lo tanto el sueño es el inicio de la realidad.
- **Saber escuchar.** Vivir Bien, es escucharnos para conocernos, reconocernos, respetarnos y ayudarnos. Es escuchar a los mayores y revalorizar los saberes de las naciones indígena originario campesinas; es leer las arrugas de los abuelos para poder retomar el camino. Es no sólo escuchar con los oídos, es percibir, sentir y escuchar con todo nuestro espíritu, conciencia y cuerpo.
- **Saber pensar.** Es la reflexión no sólo desde lo racional sino desde el sentir, para que sin perder la razón caminemos en la senda del corazón.

Existen varios métodos que se utilizan en la comunidad educativa para trabajar valores con las y los estudiantes entre estos tenemos la educación del carácter, el método de casos, el método de clarificación de valores entre otros, siendo este último uno de los elementos didácticos que se pueden adaptar y contextualizar al sistema educativo, basado en la educación sociocomunitaria y productiva.

El método de clarificación de valores procura ayudar a las niñas, niños y adolescentes a realizar un proceso de reflexión orientado a tomar conciencia de sus opiniones, sentimientos y a identificar los valores que vive y los que quiere vivir, convirtiéndolos a así en objetivos personales para afirmarlos y traducirlos en obras. Este método permite el rescate de los valores y principios de la comunidad para luego incentivar a las y los estudiantes a escoger el valor que deseen trabajar y reforzar el aprecio, disfrute de su elección y dirigirlos hacia su actuación. Cuando existen adolescentes que no tienen claro hacia donde se dirigen o viven sin orientación ni sentido se sugiere que el adolescente analice su vida, asuma la responsabilidad de su comportamiento, articulando esto con valores definidos (valores sociocomunitarios) e incentivando a la actuación de acuerdo a los mismos (Carrillo, 1992).

III. PRACTIQUEMOS

A continuación, le ofrecemos diferentes actividades que permitirá interiorizar los contenidos presentados.

El uso de las diferentes dinámicas sugeridas, están estrechamente ligadas al tema "CONSTRUYAMOS UNA VIDA CON RESPETO Y PAZ", por tanto, se sugiere hacer uso de cada una de las dinámicas que permitirán internalizar, reflexionar y fortalecer criterios respecto a construir una vida sin violencia.

13 dinámicas que ayudan internalizar y reflexionar el tema
"Construimos una vida con respeto y paz".

DINÁMICA: 1
"LA ZONA DEL SÍ Y LA ZONA DEL NO"

OBJETIVO

Identificar métodos de educación positiva

MATERIALES

Cinta adhesiva o una tiza.

Lista de frases

DESARROLLO

Inicialmente, se debe hacer una línea divisoria. Es importante que la línea se visualice claramente. Una de las partes separadas por la línea, será la zona a favor (SI) y la otra será la zona en contra (NO).

El maestro o maestra leerá las frases (ver cuadro al final de esta actividad). Al escuchar cada frase, las y los participantes deben ponerse en la zona que representa su opinión.

Los indecisos se quedarán encima de la línea divisoria. Cada persona, una vez posicionada en cada uno de los lados deberán dar su argumento. Los demás podrán moverse en caso de que los argumentos y las justificaciones expuestas les convengan a los indecisos.

REFLEXIÓN

Una vez que se lean las frases o preguntas, permita que las y los estudiantes expliquen sus argumentos según el lugar seleccionado SI o NO y reflexione con ellos sobre la importancia del diálogo, la reflexión y la lección aprendida (que no debo hacer o qué debo hacer más).

Para cerrar: se debe aclarar que los castigos violentos, si bien fueron naturalizados, deben ser cuestionados y cambiados a partir del desarrollo de una buena comunicación, respeto y empatía.

FRASES

1. El castigo forma parte de la educación desde hace mucho tiempo
2. Todos los castigos siempre educan a los niños, niñas y adolescentes
3. Los castigos son poco efectivos y pueden provocar reacciones negativas.
4. Los peores castigos son aquellos en los que se usa violencia
5. Cuando sea madre/padre utilizaré castigos porque son efectivos?
6. Cuando sea madre/padre resolveré los problemas dialogando?

DINÁMICA: 2 "JUEGO DE GLOBOS"

OBJETIVO

Identificación de actores involucrados en situaciones en las que existe vulneración de derechos o violencia.

MATERIALES

Globos y cuerda o lana.

DESARROLLO

Dividamos a los participantes en 4 grupos, luego cada grupo recibe las instrucciones por separado. No tienen que saber lo que los otros grupos tienen que hacer.

El grupo 1, cada miembro de este grupo tiene que inflar un globo y atarlo a su tobillo.

El grupo 2, tiene que elegir una persona con un globo. Tienen que ubicarse al costado de la persona y sólo protegerla.

No pueden hablar.

El grupo 3, tiene que reventar todos los globos del grupo 1, eligiendo su propia estrategia.

El grupo 4, tiene que sentarse y observar lo que sucede.

Para iniciar el juego hay que pedir a todos guardar silencio y dar la señal de partida o inicio. La maestra o maestro debe observar las actitudes y reacciones particulares que surjan en el desarrollo de la dinámica que pueden y deben ser tomadas en cuenta a la hora de la reflexión. El juego termina al cabo de unos minutos, justo el tiempo para reventar todos los globos del grupo 1.

REFLEXIÓN

Después del juego, iniciamos con las reflexiones a partir de la pregunta a cada grupo:

• ¿Cómo se sintieron? ¿Por qué?

Luego se le explica el juego:

- **El grupo 1:** Representa la niñez y la adolescencia que necesitan protección y cuidado.
- **El grupo 2:** Representa a las personas o instituciones encargadas de velar por la protección y cuidado de la niñez y adolescencia (incluido la familia) que hacen lo mejor que pueden para protegerlos.
- **El grupo 3:** Representa al entorno e incluso personas dentro la familia que pueden ocasionarnos algún tipo de maltrato.
- **El grupo 4:** Representa las personas que observan o son testigos de algún tipo de violencia y que no hacen nada, aunque quisieran ayudar y no saben cómo.

Entonces se pregunta, ¿Qué se tendría que hacer para impedir que el grupo 3 reventara los globos? O para evitar sufrir algún tipo de violencia. Durante las reflexiones y respuestas de los estudiantes se debe inducir a comprender lo que se debe hacer:

- **Como sujetos en situación de mayor vulnerabilidad (adolescentes):** Tienen que saber lo que sucede. Conocer sus derechos, obligaciones y estrategias que les permitirá defenderse, (relacionar con el juego: cuando algunos corrieron, se escondieron y otros fueron atrapados). Puedan participar en su propia protección.
- **Protectores:** Tienen que saber lo que sucede para proteger. Conocer las tácticas de los abusadores. Saber cuándo las y los adolescentes son o están más vulnerables.
- **Abusadores:** Tienen que saber que su comportamiento es inaceptable, dañino y tiene una sanción.
- **Observadores:** Tienen que participar e intervenir ante situaciones de violencia a través de la denuncia. Es responsabilidad de todos.

Para cerrar, se debe tener claro que la violencia es un acto de maltrato que afecta a toda la integridad de la persona e impide el goce de sus derechos. Asimismo, la violencia puede ser ejercida por cualquier persona cercana o lejana.

DINÁMICA: 3 "COLLAGE VOLVER, VOLVER, VOLVER"

OBJETIVO

Reconocerán las etapas que conforman un ciclo de violencia.

MATERIALES

Revistas, tijeras, pegamentos y cartulinas.

DESARROLLO

La maestra o maestro, luego de dar a conocer las diferentes formas de violencia en el noviazgo y qué es el ciclo de la violencia y cuáles son las fases, divide al grupo en equipos de trabajo, el número de integrantes de cada grupo dependerá de la cantidad de participantes. Luego da las instrucciones:

- Les pide que, una vez comprendido el ciclo de la violencia, elaboren un collage, con imágenes de revistas, periódicos y otros
- Cada equipo pasa a explicar de manera breve su collage.

REFLEXIÓN

Aclarar o recalcar que el ciclo de la violencia también se da en los varones. Para ello se pregunta:

- ¿Qué emociones les ha causado las diferentes fases del ciclo de la violencia?
- ¿Han visto casos de ciclo de la violencia en la vida real?
- ¿Qué podemos hacer para romper el ciclo de la violencia?

Se debe dirigir la conversación hacia la identificación de acciones para romper el ciclo de la violencia, como poner límites de respeto en la relación, búsqueda de ayuda y otros que seguro surgirán en el grupo.

Para el cierre de la presentación del collage, debe quedar evidentemente claro que el ciclo de la violencia se realiza no solo en los matrimonios o parejas de adultos, sino también durante las relaciones de noviazgo o de enamoramiento, por ello, ante la primera señal de control o de violencia es necesario distanciarse de la persona y cortar la relación. Es importante que una persona adulta y de confianza conozca de esta situación para que pueda orientar al o la adolescente.

DINÁMICA: 4 "SOCIODRAMA LOS AMIGOS"

OBJETIVO

Identificar factores de riesgo durante las relaciones interpersonales entre pares.

MATERIALES

Ninguno.

DESARROLLO

La maestra o maestro explica que leerá varias escenas de una película o de una historia. Las y los estudiantes deberán tomar nota de los detalles para luego participar.

Caso:

- **Escena 1.** Un grupo de amigos/as está reunido en la plaza del pueblo donde siempre se reúnen antes de ir a bailar o a escuchar música.
- **Escena 2.** Dos amigos/as del grupo llevan una bebida alcohólica y les ofrecen a los demás ya que creen que así la noche será mejor tratando de convencerles.
- **Escena 3.** Dos personas deben rechazarla y mantenerse firmes en su decisión.
- **Escena 4.** Dos personas tras su negativa inicial empiezan a tener dudas entre aceptar o no.

REFLEXIÓN

Al finalizar la escena 4, la o el maestro pregunta cuál creen que fue el final para los amigos que tenían la bebida, cuál para los amigos que no bebieron y cuál para los que quedaron indecisos.

A continuación pregunte cómo se habrán sentido cada unos de los personajes?

Luego, pregunta a las y los estudiantes si alguna vez les pasó algo similar y cómo lo resolvieron.

La maestra o maestro cerrará el debate destacando los aspectos más significativos de los factores de riesgo, que frecuentemente se nos presentan durante las relaciones entre amigos o compañeros como adoptar conductas violentas o a padecer algún tipo de violencia. También explica que muchas situaciones como esta pueden provocar situaciones de violencia entre amigos, con otras personas que estén en el lugar e inclusive que debido a la embriaguez sean víctimas de un acto violento.

DINÁMICA: 5 "LOS COCINEROS O CHEFS"

OBJETIVO

Reconocer situaciones de riesgo relacionadas a la violencia.

MATERIALES

Bolígrafos.

DESARROLLO

Se inicia con una pregunta dirigida a los participantes (estudiantes) ¿Por qué hay adolescentes y/o jóvenes violentos o que agreden a otros/as?. Cuando se hayan recogido varias respuestas, pida a las y los participantes que conformen tres grupos. El número de integrantes dependerá de la cantidad de participantes que tenga. Cada uno de estos grupos será denominado cocineros o chefs, y harán su lista de ingredientes sociales, familiares, individuales o personales. Es decir:

- El primer grupo de cocineros o chefs, debe armar una lista de ingredientes sociales promuevan una convivencia pacífica y armónica. Para ello se debe analizar situaciones sociales, comunitarias o de medios de comunicación. También pueden identificar un mal ingrediente que pueda provocar violencia, por ejemplo la violencia en las películas.
- El segundo grupo de cocineros se debe centrar en los ingredientes familiares, para promover la convivencia pacífica. También puede identificar un mal ingrediente que genere violencia, por ejemplo la poca comunicación de las y los adolescentes con su padre o madre, con sus hermanos.
- El último grupo de cocineros debe reflexionar sobre los ingredientes individuales, aquellos que son claves para tener una vida de tranquilidad, de armonía. Podrán identificar también aquel o aquellos ingredientes que son malos y que muchas veces arruinan lo que estamos preparando como ser muy impulsivos, no controlar nuestro enojo, ser muy emocionales y poco reflexivos, etc.
- Luego se socializan las tres listas de los cocineros o chefs y si algunos de los participantes de otro grupo de cocineros quieren agregar, debe ser agregados a la lista presentada.

REFLEXIÓN

Se debe comentar sobre los resultados de las listas de los grupos de cocineros:

- Cómo podríamos evitar o manejar los ingredientes malos? los que nos pueden hacer tener un desastre en la cocina?
- ¿Qué podemos hacer para enfrentar algún factor de riesgo?

Para cerrar, la maestra o maestro debe enfatizar la idea de los múltiples factores de riesgo que alimentan las actitudes de violencia el desarrollo en la etapa de la o el adolescente y para ello debemos alejar los ingredientes malos y desarrollar los factores de protección individual.

DINÁMICA: 6 “EL PUÑO CERRADO”

OBJETIVOS

Revertir el abuso de poder que es característico de la violencia.

MATERIALES

Ninguno.

DESARROLLO

- Se divide a los participantes, que se coloquen en dos filas (fila uno y dos) frente a frente, todos deben tener su pareja en frente.
- Posteriormente, se pide a la fila 1 que extiendan su mano derecha empuñada, quedándose en su lugar sin decir nada.
- A la fila 2 se le pide intentar abrir la mano empuñada de la persona que está en frente sin tocarla.
- La maestra o maestro debe estar atento a las reacciones de los que deben abrir el puño.

REFLEXIÓN

Para la reflexión, se hace las preguntas a los participantes:

- ¿Fue fácil o difícil convencer que la otra persona abra su puño?
- ¿Hubo alguna emoción de desesperación u otra reacción? ¿Por qué?
- ¿Qué pensaba y sentía la persona con el puño cerrado?
- ¿Qué propones para resolver el problema?

Para finalizar, se debe aclarar que muchas veces como seres humanos queremos tener el poder reaccionando con violencia para obtener lo que queremos, generando mayor violencia y entrando en un círculo difícil de romper. Olvidamos que el uso de las palabras y los buenos modales podría ser una gran solución.

DINÁMICA: 7 "EL PESO DE LA PALABRA"

OBJETIVOS

Concienciar sobre el daño que pueden hacer las distintas formas de violencia.

MATERIALES

Hojas y bolígrafos.

DESARROLLO

- Se pide a los estudiantes que hagan una lista con palabras o frases ofensivas.
- Posteriormente, se organizan en tres grupos, según la cantidad de participantes.
- Luego, en cada uno de los grupos deben agrupar las palabras o frases con 3 palabras que alguna vez escucharon y que son ofensivas.
 - Para las mujeres.
 - Para los hombres.
 - Para ambos.
- Luego identificar los efectos que causan en la persona.
- Para terminar los grupos, deben buscar otra palabra en contraposición a cada una de esas palabras o frases negativas. Organizado en un cuadro.
- A continuación, cada uno de los grupos deben presentar el trabajo realizado.

REFLEXIÓN

En base a las siguientes preguntas se hace la reflexión y se deben expresar lo que pensaron a la hora elaborar el trabajo.

- ¿Sabían que las palabras pueden ser tan duras como un golpe o daño físico?
- Si alguien utiliza algunas de esas palabras identificadas, ¿Crees que lo hace por lo que significan, o que sólo las usan porque están de moda?
- ¿Has utilizado alguna de estas frases? ¿Qué harás ahora?

Para terminar, se debe aclarar que cuando una persona es insultada o discriminada se siente vulnerable, confusa y atemorizada. A veces, se siente avergonzada y culpable. Lo cierto es que sufre una situación injusta, porque quien está equivocado es aquel o aquella persona que agrede y discrimina. Y que normalmente, la discriminación se basa en estereotipos sociales o culturales, sobre cómo tienen que ser o actuar los demás.

DINÁMICA: 8 "HISTORIANDO"

OBJETIVOS

Identificar los efectos negativos de la violencia para las víctimas.

MATERIALES

Recorte de noticias sobre casos de algún tipo de violencia, para cada grupo.

DESARROLLO

Se organizan grupos de acuerdo a la cantidad de participantes.

A cada grupo se le entrega un recorte de periódico sobre una noticia de algún hecho de violencia para que sea leída y analizada según las siguientes incógnitas:

- ¿Qué tipo de violencias se presenta en la noticia?
- ¿Qué consecuencias se identifica en la víctima?
- En lo físico, psicológico, en lo afectivo, conductual y cognitivo.

Luego, presentan los grupos en plenaria el trabajo realizado.

REFLEXIÓN

En base a las siguientes preguntas reflexionamos sobre el caso:

- ¿Cómo habrá sido la víctima antes de sufrir violencia?
- ¿Cómo podría haber sido si la víctima no hubiera sufrido ningún tipo de violencia?
- ¿Qué debemos saber o hacer para no sufrir algún tipo de violencia?

Para cerrar, la maestra o maestro deberá complementar que al sufrir algún tipo de violencia afectará si o si a toda nuestra integridad pero que también podemos superarlo, ante todo evitarlo respetándonos, respetando a los otros, pidiendo ayuda.

DINÁMICA: 9 "CREANDO HISTORIAS"

OBJETIVO

Concienciar e identificar factores de protección.

MATERIALES

Bolígrafos, lápices y colores

DESARROLLO

- Los participantes son organizados en grupos.
- Cada grupo crea una historia sobre una o un adolescente, en la cual pese a tener un problema, un dilema el o la protagonista, se identifican los factores de protección en situaciones en las que surgen los factores de riesgo. Los grupos pueden centrarse en:
 - Al interior de la familia (ejemplo: valores, adecuada comunicación).
 - La institución educativa (ejemplo: información pertinente).
 - El barrio o comunidad combinar (ejemplo: actividades recreativas saludables).
- Al concluir, cada grupo presenta la historia que realizaron en plenaria.

REFLEXIÓN

- Para ello nos basamos en las siguientes preguntas guía:
- La historia que realizaron ¿Se acerca a tu vida real? ¿Por qué?
¿Qué debemos desarrollar en nosotros como factor de protección para que no nos hagan daño o suframos algún tipo de violencia?

Para concluir, se debe dirigir a los factores de protección personal, como el fortalecimiento de la autoestima, desarrollo de las habilidades comunicativas adecuadas, manejo de las emociones, pasatiempos positivos como los deportes, desarrollo de la empatía, tener respeto con uno mismo y con los demás y otros aspectos de desarrollo personal.

DINÁMICA: 10 "CONCIENCIÁNDOME"

OBJETIVO

Hacer conscientes los sentimientos que se tienen cuando existe una autoestima alta.

MATERIAL

Ninguno.

DESARROLLO

La maestra o maestro les dice a los participantes que recuerden alguna ocasión reciente, en la que se sentían con mucho ánimo, importante, valioso y capaz. Tal vez fue cuando recibieron regalos lindos, felicitaciones, fueron premiados en alguna actividad o sacaron una de las mejores calificaciones en un examen o trabajo, se resolvió un problema de difícil solución, etc.

- Pedirles, que traten de volver a ese momento y revivir la sensación y los sentimientos que tuvieron.
- Luego hacer la comparación, mencionándoles que así es cómo se siente una persona con la autoestima alta.

REFLEXIÓN

A continuación, se les plantea la pregunta:

- ¿Qué tan seguido te sientes como en esos momentos?
- ¿Cada cuánto tiempo tienes esos momentos con sentimientos de que eres importante, valioso y capaz de hacer cosas grandes y maravillosas?

Para cerrar, se debe evidenciar que una autoestima alta es un factor de protección muy importante en momentos en los que se enfrentan a cualquier factor de riesgo.

DINÁMICA: 11 "LOS DERECHOS Y DEBERES VISUALIZADOS"

OBJETIVO

Reflexionar sobre las acciones que conlleva cada uno de los derechos y deberes.

MATERIALES

Recortes de cada uno de los derechos y deberes para el sorteo.

Papelógrafos y útiles para dibujar y escribir o pegar.

DESARROLLO

- Organizamos la clase en pequeños grupos (4 u 8 grupos).
- Luego, repartimos a cada grupo un derecho y un deber de la Ley 548 (2014), Art. 158 (ubicado en 3: a) Factores de protección, b) Derechos y deberes) A través de un sorteo. Si son cuatro grupos a dos derechos y a dos deberes, si son ocho se debe dar uno a uno a cada grupo.
- Cada grupo debe trabajar para desglosar ese derecho y deber en acciones concretas. Es decir, como poner en práctica a través de ejemplos. Por ejemplo, derechos a la igualdad, es que todos podemos hacer las mismas cosas, como ser Hombre y Mujer podemos cocinar, llorar, etc.
- Debe ser plasmado en papelógrafos de una sola medida para que con la unión de todos los trabajos se realice un rotafolio.

Se debe socializar en plenaria las acciones de cada uno de los derechos y deberes.

REFLEXIÓN

- Luego de la puesta en común ante el grupo, dialogamos en base a las siguientes preguntas:
- ¿Se cumplen estos derechos? ¿Por qué?
- ¿Cumplimos nuestros deberes? ¿Por qué?

Para cerrar, los estudiantes deben tener claro que el goce de nuestros derechos también demanda del ejercicio de nuestros deberes en todo momento donde nos desenvolvemos (en la familia, en la escuela, en la comunidad y otros contextos).

DINÁMICA: 12 "LA SILUETA"

OBJETIVOS

Fortalecer la visión crítica y reflexiva sobre roles de género de la masculinidad y feminidad.

MATERIALES

Pliegos de hojas o cartulinas, instrumentos para dibujar y escribir.

DESARROLLO

Teniendo en cuenta que las creencias de género aluden a las concepciones que todos tenemos sobre ser "hombre" o "mujer" en diferentes contextos de la sociedad.

Se solicita a los estudiantes que se organicen en pequeños grupos, dependerá de la cantidad de participantes el número de integrantes por grupo, pero se debe contar con 3 o 4 grupos.

- Organizados en el grupo, deben trazar la silueta de una figura humana (tamaño real) sobre una cartulina o papel blanco.
- La maestra o maestro les señala que algunos grupos trabajarán sobre la figura de una mujer, y los otros sobre la silueta de un hombre.
- Luego se les pide, a cada grupo, que piensen e identifiquen las características, intenciones, gustos, acciones o pensamientos que la sociedad o la personas les atribuyen a los hombres y las mujeres. Por ejemplo: Ser fuerte, musculoso, le gusta el fútbol, etc.
- Cada elemento reconocido debe ser escrito o representado en la figura. Por ejemplo, una pelota de fútbol al lado, expresión de enojo, etc.

La maestra o maestro puede ayudarles haciendo algunas de las siguientes preguntas para que las y los estudiantes identifiquen mayores características:

- ¿Qué espera la sociedad de un hombre o mujer?
- ¿Cómo dicen que tiene que ser el hombre o mujer?
- ¿Qué le dicen de su cuerpo y mente en relación a lo que debe pensar y lo que no le debe gustar?
- ¿A qué trabajos le dicen que se tiene que dedicar?
- ¿Cómo debe comportarse?
- ¿Cómo debe vivir su sexualidad?
- ¿Cómo tiene que ser con el sexo opuesto?"

REFLEXIÓN

Una vez que las siluetas estén completas, la maestra o maestro los invita a presentar sus figuras al resto de los compañeros/as, explicando lo escrito y representado.

La maestra y maestro debe promover que se genere un debate, desde sus percepciones, sobre estas creencias rígidas de género basadas en las siguientes interrogantes:

- ¿Todos debemos ser así? ¿Por qué?
- ¿De dónde vienen esas ideas?
- ¿Qué les pasa a las personas que no siguen esos estereotipos?
- ¿Realmente todos cumplimos con esas características? ¿Por qué?
- ¿Dejamos de ser hombres, mujeres o personas por no querer ser así?
- ¿Conocen de gente que sea distinta, por ejemplo, varones cariñosos o mujeres buenas para el fútbol?
- ¿Creen que esas personas son menos felices, igual de felices o más felices que las otras?
- ¿Hay gente que es superior a otra? ¿Por qué?

Para cerrar, la maestra o maestro deberá complementar que el sufrir algún tipo de violencia afectará la integridad y el comportamiento de la persona; pero que también se puede superar, ante todo evitarlo mediante el respeto a uno mismo, respetando a los otros y pidiendo ayuda.

DINÁMICA: 13 MÚSICA – SOCIODRAMA “CANTANDO”

OBJETIVO

Concienciar sobre los mensajes de las canciones.

MATERIALES

Reproductor de música, canciones, implementos para la dramatización (voluntario).

DESARROLLO

- Organizados en grupos, dependiendo de la cantidad de estudiantes.
- Los grupos, deben aprender una canción (ver sugerencias). El aprendizaje de las canciones se basará, fundamentalmente, en el proceso de imitación, repitiendo pequeños fragmentos del texto y música al mismo tiempo. De esta manera, permitiendo trabajar la memoria, el lenguaje, el oído, el ritmo y la escenificación.
- La distribución de los temas y canciones dependerá de la cantidad de grupos y lo que faltaría por enfatizar o trabajar los cuatro temas a la vez (un tema por grupo): (Violencia de género, estereotipos sexistas, valoración de la mujer, emancipación de la mujer e igualdad de género).

Los intérpretes deben hacer entender al resto lo que expresa la canción a partir de su escenificación. Para ello se deben basar en algunas preguntas:

- ¿La canción es alegre o triste?
- ¿La canción que nos cuenta?
- ¿Es claro el mensaje de la canción? ¿Cuál es?

REFLEXIONES

Para esta etapa, se debe preguntar a los protagonistas del grupo:

- ¿Cómo se han sentido los protagonistas?
- ¿Qué creen que nos ha querido transmitir, cuál es el mensaje que nos da?
- ¿Qué sensaciones has tenido al escuchar la canción?
- ¿Estás de acuerdo o en desacuerdo con el mensaje que se expresa en esta canción? (Ante todo preguntar en canciones estereotipadas y violencia) ¿Por qué?

Se debe tomar en cuenta que la mejor opción es el conocimiento, la información, la reflexión, el análisis crítico constante. Las canciones no deben ser dejadas de lado, más bien, se trata de saber oírlas críticamente, porque las canciones son productos culturales, vehículos de transmisión de ideologías y creencias. Pero, si nos formamos como ciudadanos/as capaces de ejercer un pensamiento crítico, serán personas capaces de dialogar de manera contemporánea y de manera coherente.

Para cerrar, debe quedar claro que el problema no está tanto en la emisión del texto o mensaje sino en nosotros los receptores/as. Entonces, somos los receptores/as quienes tenemos que ejercer una postura de pensamiento crítico para interpretar los textos musicales. Sin la necesidad de dejar de oírlas.

Sugerencia de algunas canciones a utilizar:

- Violencia de género: La bella y la bestia (2009. Hip-hop, rap) de Porta & Norikko:
<http://www.youtube.com/watch?v=jHyTFXEkNEc>
- Estereotipos sexistas: Soy capitán (2011. infantiles) de Gonzalo Ferrer.
http://www.youtube.com/watch?v=vhIHsdl_-Yo. Mujer Florero (2013. Pop) de Ella baila sola.

- Valoración de la mujer: Pégale a la pared (2003, Pop) de Rayli Barba.
http://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=10x_L1WNyWE.
- Completamente loca. (1991, Pop) de Alejandro Sanz.
<http://www.youtube.com/watch?v=ryZlsg1amHU>
- Emancipación de la mujer: Ella (2004, Pop, rock) de Babe.
<http://www.youtube.com/watch?v=GdUtj6dvbzQ>.
- Las Que Se Ponen Bien la Falda. (2016, Pop) María José & Ivy Queen.
<https://www.youtube.com/watch?v=a8dS0aQ03ZI>
- Igualdad de género: igualdad de género (2008, Infantiles) Andaluna y Samir.
<http://www.youtube.com/watch?v=iax2WgqAfK0>.

Puede buscar otros o pedir a los estudiantes que las investiguen.

IV. PRODUZCAMOS

Se deben concluir con la elaboración de dos productos:

- Collages: Que muestren estereotipos de género y relaciones de poder y relaciones positivas sin estereotipos (dos caras).
- Fotonovelas: Que muestren los factores de riesgo y los factores de protección (ante un factor de riesgo presentar factores de protección), es decir, evidenciando alternativas de salidas en cada una de ellas.
- Puede especificar las temáticas según lo avanzado y la cantidad de participantes. Asimismo, se debe hacer uso de una lengua originaria y el castellano.
- Igualmente, la producción de textos elaborados (fotonovela) por los estudiantes y orientados por el maestro o maestra deben ser recopilados para ser utilizados como materiales pedagógicos.

En este punto se le sugiere realizar el seguimiento y registro, a través de una memoria fotográfica, de los materiales producidos y las estrategias de socialización que se aplicaron en su unidad educativa (en las ferias, horas cívicas u otro).

V. VALORAMOS

a) Apreciaciones sobre lo aprendido

Para la valoración del proceso de internalización de los contenidos se le sugiere aplicar la dinámica "El círculo restaurativo".

DINÁMICA DE CIERRE "EL CÍRCULO"

OBJETIVO.

Valorar la comprensión de los estudiantes sobre el desarrollo de los contenidos de la temáticas "CONSTRUYAMOS UNA VIDA CON RESPETO Y PAZ".

MATERIALES.

Algún objeto liviano que permita desplazarse entre los participantes.

DESARROLLO

- Los estudiantes sentados o de pie, en forma de círculo, se debe dar las instrucciones.
- Cuando haga la pregunta, cada participante debe contestar y pasar el objeto a la persona de su derecha.
- Las rondas son concluidas cuando todos o todas terminan de responder las preguntas:
- ¿Qué les gustó?
- ¿Qué no les gustó mucho?
- ¿Qué aprendimos de los contenidos?
- ¿Qué es lo que pondrán en práctica a partir de hoy?
- ¿Qué más les hubiera gustado aprender de este tema?
- ¿Está dispuesto a trabajar el valor de respeto durante sus relaciones con su entorno? ¿Cómo?

Debe concluir, enfatizando con lo importante de poner en práctica lo aprendido, de manera cotidiana.

b) Herramienta de valoración.

HERRAMIENTA DE VALORACIÓN BASADO EN CRITERIOS						
Parámetros						
1	2	3	4	5		
No se cumple con el criterio	Necesita más apoyo	Regular	Bueno	Muy bueno		
Criterios de valoración		1	2	3	4	5
Los estudiantes muestran interés en el contenido del tema						
Los estudiantes participan en los diálogos y reflexiones.						
Muestran interés y curiosidad por las actividades aplicadas.						
Cumplen con todas las instrucciones de las actividades.						
Los estudiantes se muestran sorprendidos por los contenidos del tema.						
Existe actitudes de cambio después del avance de los contenidos.						
Los estudiantes diferencian las causas y consecuencias de la violencia.						

c) Realiza tus observaciones y conclusiones

Después de cada clase que se aborde los contenidos del presente material, por motivos de seguimiento y valoración de las instituciones competentes se sugiere realizar el llenado del siguiente cuadro.

<p>Datos personales</p> <p>Nombre: Unidad educativa: Fecha:</p>
<p>Observaciones</p>
<p>Conclusiones: Si se cumplió con los objetivos o requieren mayor dedicación. Si fuera a requerir mayor dedicación, plantee propuestas de incorporación de actividades en articulación a sus otros contenidos curriculares. Los valores deben ser trabajados en articulación a diferentes contenidos y áreas curriculares.</p>

Nota: En caso de abordar la temática en más sesiones, se sugiere tener un cuaderno pedagógico que le permita copiar y rellenar el punto de "VALORAMOS", por cuestiones de seguimiento que serán realizadas por las instituciones competentes.



SUPERANDO LOS CONFLICTOS Y CONSTRUYENDO PAZ



I. INICIAMOS



1.1. Objetivo holístico

Fortalecemos los valores sociocomunitarios a través del desarrollo de habilidades sociales para la vida configurando nuevas formas de resolución de conflictos para construir espacios de convivencia pacífica y armónica.

1.2. Actividad de inicio

Como primera actividad, le sugerimos aplicar la lluvia de ideas a partir de las siguientes preguntas:

- ¿Cómo solucionamos nuestros conflictos?
- ¿Cómo se solucionan los conflictos en nuestras familias?

II. CONOZCAMOS

2.1. Habilidades para la vida

La Organización Mundial de la Salud (1999) define habilidades para la vida o competencias psicosociales como: "la habilidad de una persona para enfrentarse exitosamente a las exigencias y desafíos de la vida diaria" las clasifica en autoconocimiento, empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales, toma de decisiones, manejo de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico, manejo de emociones y manejo de tensiones y estrés.

Uno de los elementos importante en el trabajo de prevención de violencia desde ámbito educativo es el fortalecimiento de habilidades para la vida en las niñas, niños y adolescentes. Las habilidades para la vida sirven como un enlace entre los conocimientos, actitudes y los valores, además generan factores de protección frente a los problemas psicosociales del entorno y formas de afrontamiento asertivas a los conflictos.

Para un mejor abordaje en el trabajo con niñas, niños y adolescentes en el área educativa se divide las habilidades para la vida en habilidades sociales, cognitivas y para el control de emociones.

CUADRO N° 14 Habilidades para la vida

Habilidades sociales	Habilidades cognitivas	Habilidades para el control de emociones
<p>Nos dan la posibilidad de relacionarnos con los demás con asertividad.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Habilidades de comunicación. • Habilidades de negociación y rechazo. • Habilidades de comunicación asertiva • Habilidades interpersonales (para desarrollar relaciones sanas). • Habilidades de cooperación. • Empatía y toma de perspectiva. 	<p>Permiten el procesamiento consciente del pensamiento introspectivo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Habilidades de toma de decisiones/solución de problemas. • Comprensión de las consecuencias de las acciones • Determinación de soluciones alternas para los problemas. • Habilidades de pensamiento crítico. • Análisis de influencia de sus pares y de los medios de comunicación. • Análisis de las propias percepciones, de las normas y creencias sociales. • Autoevaluación y clarificación de valores. 	<p>Permite el aprendizaje en el manejo de las emociones y los sentimientos. Favorecen vínculos y expresiones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Control del estrés • Control de sentimientos incluyendo la ira. • Habilidades para aumentar el locus de control interno (manejo de sí mismo, monitoreo de sí mismo).

2.1.1. Habilidades sociales

Las habilidades sociales son un conjunto de estrategias de conducta y capacidades que permiten expresar sentimientos, actitudes, deseos opiniones o derechos de modo adecuado a la situación en la que se encuentra la persona respetando las conductas de los otros. Existen dos tipos de habilidades sociales las básicas y las complejas.

Estas categorías de habilidades no se desarrollan por separado, sino de manera complementaria unas con otras que permite relacionarse mejor con el medio, expresar nuestras emociones de manera asertiva y reflexionar y tener un pensamiento crítico.

CUADRO N° 15 Habilidades sociales básicas y complejas

Habilidades sociales básicas	Habilidades sociales complejas
<ul style="list-style-type: none"> • Escuchar. • Iniciar una conversación. • Formular una pregunta. • Dar las gracias. • Presentarse. • Presentarse a las personas. • Realizar un cumplido 	<ul style="list-style-type: none"> • Empatía. • Inteligencia emocional. • Asertividad. • Capacidad de escucha. • Capacidad de comunicar sentimientos y emociones. • Capacidad de definir un problema y evaluar soluciones. • Negociación. • Modulación de la expresión emocional. • Capacidad de disculparse. • Reconocimiento y defensa de los derechos propios y de los demás.

Las habilidades sociales complejas ayudan a la comprensión, predicción y solución de problemas. Una de las principales habilidades sociales para trabajar con las niñas, niños y adolescentes en el ámbito educativo son las habilidades de comunicación dentro de la que se encuentran la capacidad de escucha, de comunicar sentimientos y emociones de forma asertiva.

2.1.1.1. La comunicación

La comunicación es un proceso de producción y emisión de mensajes, tanto verbales como no verbales que nos permiten interactuar entre las personas y compartir significados mediante el intercambio de ideas, hechos, sentimientos y opiniones, al tiempo que facilita una profundización en el conocimiento de uno mismo y de los demás. Existen tres elementos principales en la comunicación:

- El contenido, que hace referencia a los temas de comunicación.
- La frecuencia, son las veces que se repite un mensaje.
- Los estilos de comunicación que es la forma particular con la que cada persona transmite la información y se comunica.

a) Estilos de comunicación

Existen diferentes estilos de comunicación entre los más importantes se encuentran el estilo pasivo o inhibido, el agresivo y el asertivo.

“ÑEE ARAKUARUPI
YAIKOTA, YAIKO KAVI
VAËRA” (Guaraní)
“La comunicación es
importante para nuestra
convivencia”



CUADRO N° 16 Estilos de comunicación

Estilo pasivo o inhibido

Son personas que no defienden sus intereses, no expresan sus sentimientos verdaderos, creen que los demás tienen más derechos que ellos mismos, no expresan desacuerdos. Usan frases como:

- Quizá tengas razón.
- Supongo que será así.
- Bueno, realmente no es importante, etc.

Estilo agresivo

Con frecuencia están tensos y no tiene en cuenta los sentimientos de los demás. Pierden con facilidad el control de las situaciones y de sus propios recursos al enfrentarse a las relaciones interpersonales, suelen acusar, pelear, amenazar, agredir, insultar y gritar:

- Esto es lo que pienso y punto. Tú eres tonto por
- Lo que tú quieres no es importante.
- Si no lo haces... etc.

Estilo asertivo

Consiguen sus objetivos sin dañar a los demás, se respetan a ellos mismos y a los otros y son capaces de comunicarse de la mejor manera posible, solucionando los problemas satisfactoriamente utilizando algunas frases:

- Esto es lo que pasa y pienso que....
- Hagamos...
- ¿Cómo podemos resolver esto?
- ¿Qué te parece...?.

b) Comunicación asertiva.

La comunicación asertiva es la capacidad para expresar o transmitir lo que se quiere, piensa, siente o necesita, sin incomodar, agredir o herir los sentimientos de la otra persona. Es decir, permite valorar tanto, la propia perspectiva como la del otro evitando situaciones conflictivas.

“KISARATI TU JIDA YATSE
JIDA ANI ISHU” (Kabineño)
“La comunicación es
importante para nuestra
convivencia”



La comunicación asertiva es una habilidad y un poderoso recurso durante las interacciones con los demás, esta comunicación eficaz y con empatía nos acerca a tener relaciones más positivas y armoniosas.



c) Beneficios de utilizar la comunicación asertiva

Las personas que desarrollan la comunicación asertiva presentan las siguientes características:

- Protege los propios derechos y respeta a los demás.
- Logra sus objetivos sin inducir al interlocutor sentimientos de malestar, enfado, miedo, culpabilidad o vergüenza para obtener sus propósitos.
- Aumenta el nivel de autoestima.
- Realiza sus elecciones y decisiones por sí mismo.
- Establece la posición con claridad.
- Incrementa sus relaciones interpersonales.
- Se pone en la posición de los demás.

d) Habilidades básicas de la comunicación asertiva

Las habilidades que se deben desarrollar para lograr una comunicación asertiva son las siguientes:

- Escuchar activamente.
- Ponerse en el lugar o del otro.
- Reformular o repetir lo que el otro ha dicho para aclarar.
- Uso de preguntas abiertas y cerradas en función del objetivo o tema.
- Disposición a ser persuadido o convencido.
- Brindar espacio para que se exprese el otro a través del silencio.
- Realizar peticiones claras y concretas.
- Expresión de sentimientos positivos y negativos.
- Expresión corporal firme (tono de voz, expresión seria).
- Al emitir juicios se debe expresar desde el yo, por ejemplo "Yo creo o pienso".
- Anticipación de consecuencias para el interlocutor pueda tenerlas en cuenta.
- Declaraciones de autoridad personal como: Sí, no, no sé, gracias, perdón, etc.
- Acuerdos parciales ya que no siempre podemos estar de acuerdo en todo, etc (Jiménez, 2017)

"OWE KIAPAME EMIMIJI
ASAWAKANI KIATAI
EPOKWANIJE PIAKWA-
NANIJE" (Ese Ejja)

"Una adecuada comuni-
cación evita los conflic-
tos interpersonales"



e) Técnicas de comunicación asertiva

De acuerdo a Ruiz, (2009), existen algunas técnicas que son utilizadas para ayudarnos a ser más asertivos en diferentes situaciones, por ejemplo:

- **Disco rayado:** Consiste en repetir el mismo argumento una y otra vez, de forma paciente y tranquila sin entrar en

discusiones, expresando acuerdo, pero sin ceder del todo. Por ejemplo, utilizando frases:

- Es cierto, pero...
- Sí, lo sé, pero mi punto de vista es...
- Estoy de acuerdo, pero...

- **Banco de niebla:** Consiste en dar la razón a la otra persona, evitando entrar en mayores discusiones, con voz calmada y convincente se transmite a la otra persona que lleva parte de razón en lo que dice, a su vez mostramos comprensión hacia nuestro interlocutor. Por ejemplo:

- Sí, es posible que tenga usted razón...
- Es posible...
- Es verdad lo que dice...

- **Aplazamiento asertivo:** Se pospone la discusión para otro momento donde se controle más la situación. Por ejemplo:

- En este momento no me encuentro en disposición de hablar de este tema.

- **Relativizar la discusión:** Se trata de hacer ver que a veces es más importante no entrar en discusión y comprender que ésta no lleva a ningún lado. Por ejemplo:

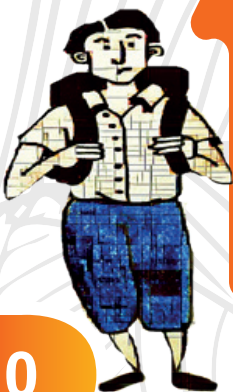
- Interrumpir una discusión con algún comentario del tipo: Quizás esta discusión no tiene tanta importancia como le estamos dando.

- **Técnica de ignorar:** No se sigue la discusión al otro, pero a través del lenguaje verbal y no verbal se le trasmite que no es una desconsideración el ignorar el tema de discusión. Por ejemplo:

- Siento que ahora mismo estás bastante molesto y vamos a decir cosas de las que luego nos arrepentiremos
- Mejor dejamos este tema para otro momento en el que estemos más calmados.

- **Diferenciar un comportamiento de un modo de ser:** Se trata de hacer ver a la otra persona que, aunque una persona pueda haber cometido un error, eso no implica que sea una mala persona. Por ejemplo:

- Aunque hoy haya llegado tarde, eso no quiere decir que sea impuntual...



**"ÑEE ARAKUA YAIPORU
KAVI YAVE, NGARAA
TEKOASI OIKO ÑANDE
NDIVE" (Guaraní)**

**"Se previene los conflictos
unipersonales con una
comunicación adecuada"**

- **Pregunta asertiva:** Se parte de la idea que la crítica del otro es bien intencionada (Aunque no lo sea). Se hace una pregunta a la otra persona para que nos clarifique lo que hemos hecho mal y cómo podemos hacerlo bien. Por ejemplo:

- ¿Cómo quieres que cambie para que esto no vuelva a ocurrir?.
- Entiendo que te hayas sentido molesto por lo que dije el otro día, pero ¿Qué es lo que realmente te molestó?, etc.

2.1.1.2. Empatía

La empatía es la consideración de los sentimientos ajenos, saber cómo decir las cosas, como actuar y entender el punto de vista de

**"JËNI NO TSI YOICA NO
ACAICA JIAHUA XËININOA
JATIROACA BAXBA" (Chácobo)**

**"Buscar soluciones adecuadas
ante los conflictos"**



cada uno de los miembros del equipo (Goleman, 2009). Es decir, es saber comprender al otro, es la capacidad para comprender al otro y ponerse en su lugar, a partir de lo que se observa, de la información verbal o de información accesible desde la memoria (toma de perspectiva) y además la reacción afectiva de compartir su estado emocional, que puede producir tristeza, malestar o ansiedad. (Mestre, et. al., 2004).

Dicho de otro modo, es una acción que se asienta en el hecho de compartir el estado emocional de la otra persona. Por tanto, la empatía presupone una suspensión temporal de mi propio mundo, de mi propia manera de ver las cosas y ponerse en el lugar del otro (Fernández, et. al., 2008).

a) Aspectos relacionados a la empatía

La empatía es uno de los elementos fundamentales en el desarrollo de la capacidad para establecer una interrelación social exitosa y de liderazgo. Para ello debemos tomar en cuenta algunos aspectos como la escucha activa, comprensión y comunicación corporal para poder responder correctamente o de manera empática a la otra persona.

**"HUË TSA BAHÍ NO
JANA TI XO"
(Chácobo)
"Ponernos en el
lugar de otro"**



- **Escucha activa.** Es escuchar con atención lo que el otro dice con su comunicación verbal y no verbal, con la mirada, tono de voz, postura, etc. Para ello, se debe estar atento. Es decir, uno debe centrarse de manera exclusiva en la otra persona durante la interacción, mostrando interés por todo lo que se escucha y se observa sin juicio alguno. Escuchar activamente es un acto intelectual, igual que pensar o cualquier otro acto realizado por la mente.
- **Comprensión.** Implica estar abiertos a explorar el mundo del otro para entender sus sentimientos y necesidades. Sin juicios o críticas alguna. Eso no significa estar de acuerdo con el otro, sino es respetar su posición. Es importante también hacer preguntas abiertas si se necesita algún tipo de ayuda, según la situación.
- **Comunicación corporal.** Es atender al lenguaje corporal del interlocutor ya que proporcionan gran cantidad de información para comprender el punto de vista

del otro. Por ejemplo, el tono de voz, los movimientos corporales que realiza y las expresiones faciales que nos indica el estado de ánimo del interlocutor (Balart, 2013; Chauvie, 2015). También, el que escucha puede realizar expresiones corporales, faciales o de tono de voz que exprese su atención e importancia a la conversación. Por ejemplo, una palmada, el abrazo u otro.

La percepción de una emoción a través de los gestos y múltiples articulaciones individuales, activaba de forma directa lo mismo en la persona que lo recibía o percibía, permitiendo contar con una buena comunicación empática.

Tiene que haber una semejanza entre lo que se dice con el lenguaje corporal y el verbal, la comunicación debe ser fluida y clara en todos los elementos para que "un sí parezca sí y un no parezca no".

**"BAWE YATSE JUTAKI PEYA
BUCHA" (kabineño)
"Debemos saber ponernos
en el lugar del otro"**



b) Obstáculos para el desarrollo de la empatía

Entre los errores que se suelen cometer con mayor frecuencia a la hora de relacionarnos con los demás, está esa tendencia a quitarle importancia a lo que le preocupa al otro. Asimismo, bloquea la comunicación e impide que se produzca una exitosa relación empática. Por ejemplo:

- Prestamos más atención a nuestras propias reacciones que a lo que nos dicen (pendientes de sí mismas).
- Escuchamos pensando en lo que vamos a decir nosotros a continuación.
- Escuchar con prejuicios y dejar que nuestras ideas y creencias influyan a la hora de interpretar lo que le ocurre a la otra persona.
- Cuando juzgamos y hacemos comentarios fuera de lugar.
- Juzgar y acudir con frases del tipo "Lo que has hecho está mal", "Nunca haces algo bien".
- Sentir compasión.
- Ponerse como ejemplo por haber pasado por las mismas experiencias.
- Intentar animar sin más, con frases como "Ánimo en esta vida todo se supera".
- Dar la razón y seguir la corriente.
- Cuando las expresiones corporales no muestran interés al otro (faciales, corporales y tono de voz) (Mora, 2007).

c) Actividades para el desarrollo de la empatía

Existen varias actividades cotidianas que pueden ayudar a desarrollar la empatía:

- Ser observadores de las expresiones faciales, corporales y del tono de voz de las personas.
- Practicar la meditación y la atención a las cosas que se hace.
- Cuando se interactúa con las personas, se debe pensar en lo que pueden estar sintiendo, por ejemplo: en el saludo frente a una respuesta hosca.
- Evitar los estereotipos porque generaliza y priva de individualidad a las personas.
- No sacar conclusiones precipitadas de los demás.
- Leer novelas, las personas que leen novelas, cuentos textos adecuadas a su etapa de desarrollo, suelen ser más empáticas.
- Al Jugar y competir, nuestros cerebros construyen "Modelos mentales" de los pensamientos e intenciones de la otra persona.

d) Beneficios de practicar la empatía

El desarrollo de la empatía, como una habilidad de las relaciones interpersonales y resolución de conflictos permite experimentar diferentes beneficios por ejemplo:

- Permite disfrutar y participar más con el grupo de amigos, compañeros o familiares.
- Ayuda a sentirse personalmente mejor.
- Facilita la resolución de conflictos.
- Predispone a ayudar a los demás y compartir.
- Aumenta el carisma y el atractivo ante los demás.
- Permite ser más respetuoso.
- Desarrolla capacidades de liderazgo, negociación.
- Permite ser más considerado por los demás.

2.1.2. Habilidades para el control de emociones

A través de estas habilidades se aprende a manejar las emociones y los sentimientos, favoreciendo los vínculos y expresiones emocionales. Estas habilidades están estrechamente relacionadas con la inteligencia emocional la cual es definida como la habilidad para percibir con precisión, valorar y expresar emociones; la habilidad de generar sentimientos (emoción + pensamiento), de comprender las emociones y de poder regularlas (Mayer y Salvey, 1997). Esta definición nos permite un acercamiento a los elementos que se deben abordar en el trabajo en habilidades para el control de emociones.

El conocimiento de las emociones es la capacidad de identificar y diferenciar las emociones así como la aptitud de poder regularlas. Existen varios tipos de emociones entre estas las emociones primarias (alegría, enojo, tristeza, miedo, afecto, sorpresa) las secundarias (amor, apego), optimismo, sumisión, decepción, remordimiento, depresión, agresión, lastima, pesimismo), las cuales desempeñan papeles diferentes en la adaptabilidad de interrelación de las y los adolescentes con su entorno, al mismo tiempo son necesarias para responder adecuadamente a las demandas y necesidades de la vida.

2.1.2.1. Educación emocional

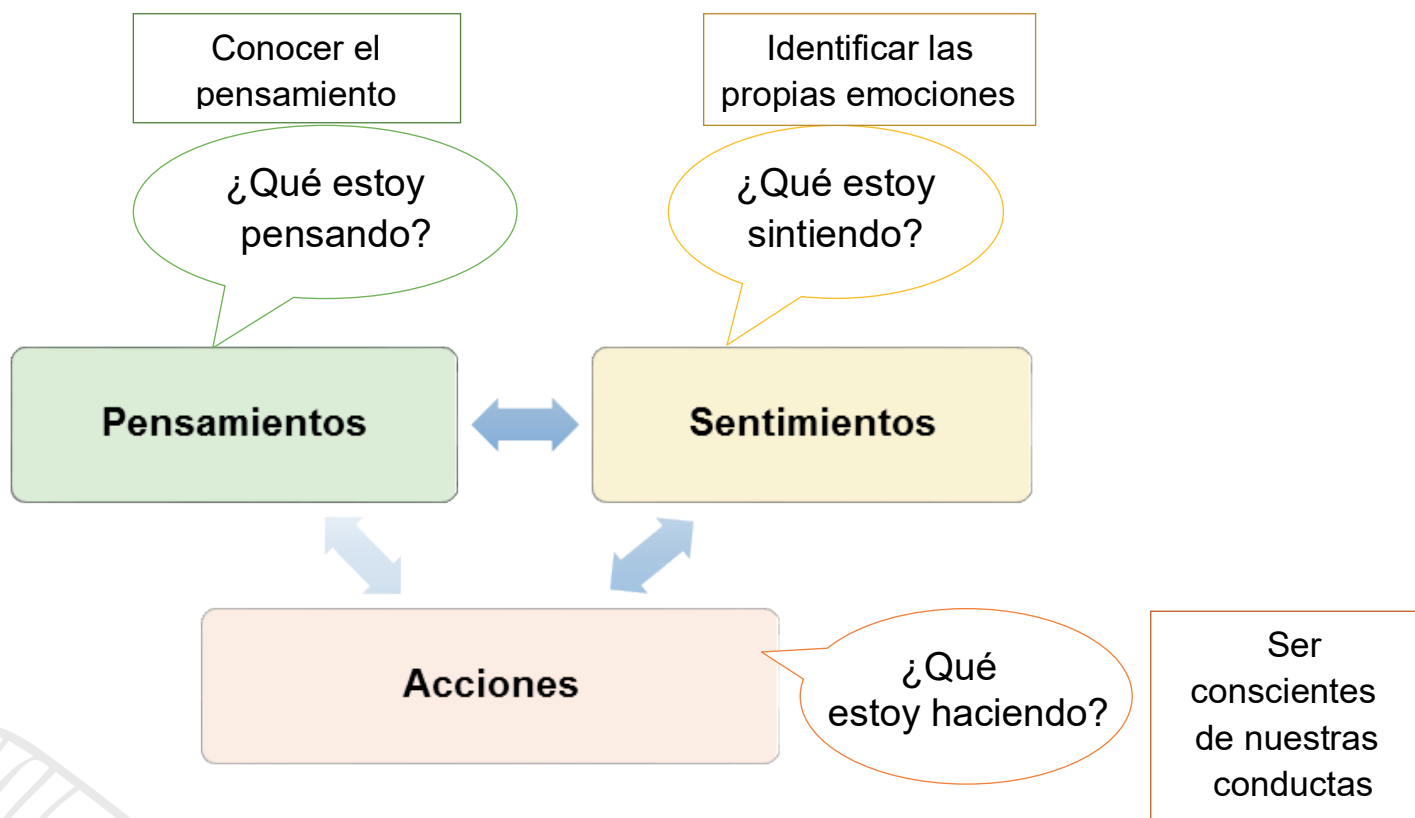
Es un proceso educativo permanente y continuo que apunta a desarrollar las competencias emocionales, tiene por objeto capacitar a las y los adolescentes para la vida y contribuye a su desarrollo integral. Entre las competencias emocionales a desarrollar se encuentran:

- **Percepción emocional:** Las emociones son percibidas, identificadas, valoradas y expresadas de forma adecuada.
- **Facilitación emocional del pensamiento:** Las emociones sentidas se suman a procesos cognitivos (integración emoción y cognición).
- **Comprensión emocional:** Se comprende y analiza las emociones en base a los conocimientos que se tiene de las mismas emociones. Las señales emocionales en las relaciones interpersonales son comprendidas. Habilidades para reconocer las transiciones entre emociones por ejemplo: la frustración a ira, de amor a odio.
- **Regulación emocional:** Es la regulación de las emociones en base a reflexiones. Habilidad para distanciarse de la emoción. Habilidad para regular la emoción en uno mismo y en otros. Capacidad para mitigar las emociones negativas y potenciar las positivas.

Experimentar emociones es algo natural no es algo bueno o malo, pero en ocasiones las emociones ejercen el control, es importante desarrollar habilidades para poder controlar las emociones. No es sencillo identificar lo que se siente, porque en ocasiones las emociones se mezclan o se esconden por lo tanto es importante que las y los adolescentes tenga la habilidad de percibir, facilitar, comprender y regular sus emociones ya que estos elementos afectaran sus pensamientos actos y decisiones.

Se debe trabajar de la siguiente manera:

- Explicar a las y los estudiantes, como los pensamientos afectan los sentimientos y la forma de actuar. "Cuando algo sucede, se crea pensamientos sobre la situación. Esos pensamientos dan lugar a sentimientos y acciones".
- Plantear situaciones problemáticas que conflictúen a las y los adolescentes, el análisis del pensamiento desencadenante, el sentimiento que genera y la acción final.
- Reforzar la modificación del pensamiento inicial por un positivo y analizar el sentimiento que genera.



2.1.2.2. Manejo del enojo

El enojo es un sentimiento o emoción, que surge frente a las situaciones en las cuales nos sentimos amenazados, creemos que estamos en riesgo de sufrir daño. Es decir, es una respuesta natural y completamente normal del ser humano y hasta de los animales.

El enojo puede surgir por diferentes motivos, como ser el resultado de una frustración ante diferentes circunstancias. Lo que puede generar pérdida de la paciencia y actuar de manera impulsiva, agresiva y hasta violenta o bien tratar de forma hostil. La diferencia está en que:

- El enojo, es una emoción y no conduce necesariamente a la agresión.
- La agresión, es una conducta dirigida a causar daño a otra persona u objeto. Esta conducta puede incluir abuso verbal, amenazas o acciones violentas.
- La hostilidad, es una actitud de juicios negativos y de desagrado hacia los demás, que suscitan conductas agresivas (Minici, et. al., 2007).

Si bien, el enojo abarca desde la irritación leve hasta la furia y rabia intensas, en el más general de los sentidos, una persona puede

enojarse sin llegar a actuar de manera agresiva y evitar situaciones de violencia y consecuencias irreparables para el que agrede o el agredido.

El enojo en su nivel máximo, como otras emociones, produce reacciones a nivel físico, emocional y otros:

- **Los cambios fisiológicos y biológicos:** se relacionan de la manera en la que el cuerpo reacciona cuando una persona se enoja. Los cambios son aumento de la presión sanguínea, del ritmo cardíaco, esto puede llevar a trastornos como el de ansiedad, estados de estrés crónicos.
- **Conductuales:** son los cambios de conducta o actitudes que se muestran cuando se está enojado. Por ejemplo: las expresiones corporales como el tono de voz, el movimiento de las extremidades y las expresiones faciales.
- **Emocionales:** suele relacionarse con otros sentimientos que pueden ocurrir de manera simultánea en el momento en el que se está enojado o de forma posterior a la situación de enojo. Por ejemplo: la persona no se sentirá tranquila, tendrá sentimientos de vergüenza, culpa o arrepentimiento.
- **Cognitivos:** se relacionan con pensamientos que surgen como respuesta a situaciones que provocan enojo o por interpretar situaciones de diferente manera. Por ejemplo: mal interpretaciones recibidas (comentarios en críticas).
- **Interpersonales:** frente a una persona enojada las personas de su entorno pueden responder con sentimientos de miedo, desconfianza y buscar alejarse. En casos extremos, el enojo puede conducir a la violencia física, puede llegar a herir y/o resultar herido, puede llegar a perder a seres queridos, ser arrestado, y hasta podría ser aislado de los demás o de sus seres queridos.

**“PHIÑAKUYNINCHIKTA
SUMAQTA APAYKACHANAN-
CHIK TIYAN” (Quechua)**
“Debemos manejar adecuadamente nuestro enojo”



Existen diversas situaciones que podrían precipitar el surgimiento del enojo y estas varían de una persona a otra. Por ejemplo: podrían ser situaciones internas y externas, directas o indirectas:

- Cuando se tiene un mal recuerdo sobre una escena pasada.
- Cuando un niño o alguien cercano está siendo amenazado o está sufriendo un daño.
- Cuando no se cumplieron las expectativas o metas que se tenían.
- Cuando algunas de las necesidades o deseos que se tenían no son satisfechas.
- Cuando existe la sensación de sentirse abandonado, humillado o asustado.

a) Estrategias para canalizar el enojo

El tener conciencia del propio enojo ayuda en gran medida a canalizarlo, asimismo, se deben tomar en cuenta algunas estrategias para reducir y detener la intensidad del enojo antes de perder el control, a continuación tomando en cuenta a Reilly, (2007) se mencionan algunas:

- Se debe tomar **conciencia del propio enojo**, por ejemplo: de las situaciones, circunstancias y conductas de los demás que desencadenan el enojo. Igualmente, se debe comprender las consecuencias negativas y tener conocimiento de las reacciones fisiológicas, emocionales, conductuales que se podría tener.
- Como estrategias inmediatas, se tiene la aplicación de: el tiempo fuera, que implica retirarse de una situación cuando el enojo se intensifica y llega al descontrol.

**“PARLANAKUSPA MUYUPI
CH’AMPAYKUNA KAPTIN
S’UT’INCHAKUNAN TIYAN”
(Quechua)**
“Los problemas se deben aclarar diálogo”



La práctica de respiración profunda y la detención de los pensamientos negativos ante esa situación.

- Estrategias preventivas: la elaboración de un programa identificando diferentes ejercicios que permita canalizar el enojo. Por ejemplo: hablar con un amigo/a, hacer ejercicios u otros.

2.2. Factores protectores para la prevención de violencia en la comunidad educativa

Entre los factores protectores tenemos las medidas preventivas de protección que se utilizan en las unidades educativas para prevenir la violencia como el "Plan de Convivencia Pacífica y Armónica" planteado en la Ley 548 Código Niña, Niño y Adolescente. También existen técnicas que se utilizan más específicamente para la resolución de conflictos en el aula con las y los estudiantes como las prácticas restaurativas y dentro de estas "círculos restaurativos".

2.2.1. Plan de Convivencia Pacífica y Armónica

Es una medida preventiva de protección contra la violencia en el Sistema Educativo, de carácter mandatorio y obligatorio para cada Unidad Educativa, su construcción debe ser en un proceso abierto, participativo y plural de todas y todos los miembros de la comunidad educativa.

El Plan de Convivencia Pacífica y Armónica tiene como base normativa la Constitución Política del Estado Plurinacional, la Ley Avelino Siñani Elizardo Pérez y la Ley 548 Código Niña, Niño y Adolescente.

2.2.1.1. ¿Cuál es la finalidad del Plan de Convivencia Pacífica y Armónica?

Tiene por objetivo:

- Contribuir al desarrollo de una educación de calidad.
- Orientar la incorporación de temáticas de prevención de la violencia y de convivencia armónica en las planificaciones curriculares.
- Abordar en las unidades educativas problemáticas sociales que se replican en el ambiente educativo.

2.2.1.2. ¿Quiénes participan en la elaboración del Plan de Convivencia Pacífica y Armónica?

Los que participan en la elaboración son:

- **Director o directora:** Deben liderar la construcción del Plan de CPA y articular las acciones con toda la comunidad educativa.
- **Maestras y maestros:** Deben participar de manera activa y orientadora, en el proceso de construcción, implementación y evaluación constante del plan.
- **Plantel administrativo:** Deben participar de manera activa y orientadora, en el proceso de construcción, implementación y evaluación constante del plan.
- **Padres y madres de familia:** Deben ser parte activa en el proceso y ser actores del cambio con diferentes procesos de gestión.
- **Las y los estudiantes:** Deben ser y sentirse protagonistas de las relaciones que se den en el grupo y como agentes deben favorecer el clima de convivencia.

2.2.1.3. ¿Cuáles son las etapas del proceso de elaboración del Plan de Convivencia Pacífica y Armónica?

Las etapas del proceso son:

a) **Sensibilización:** el objetivo es informar a los miembros de la comunidad educativa y comprometerlos en la construcción participativa del Plan. Se divide en:

- **Socialización:** de la definición, estructura y fundamentación legal para la construcción del Plan de Convivencia Pacífica y Armónica.
- **Sensibilización:** sobre la importancia de la construcción participativa del Plan de Convivencia Pacífica y Armónica.
- **Información:** sobre mecanismos de trabajo, etapas de la construcción o elaboración, conformación de las comisiones y responsabilidades.

b) **Organización:** Conformación de comisiones que lleven adelante las diferentes etapas de la construcción del Plan de Convivencia Pacífica y Armónica son tres:

▶ **Comisión de construcción del plan de convivencia:**

- Elaboración del Diagnóstico.
- Recojo de propuestas de los integrantes de la comunidad educativa.
- Construcción del Documento.

▶ **Comisión de aprobación del plan de convivencia:**

- Revisar el Plan de Convivencia Pacífica y Armónica que este bajo normativa y responda al diagnóstico.
- Aprobar el Plan de Convivencia Pacífica y Armónica.

▶ **Comisión de socialización del plan de convivencia:**

- Comisión de socialización del plan de convivencia:

c) **Etapas de Construcción y aprobación de los pasos en esta etapa:**

- **Recolectar información** de cada uno de los ámbitos que hacen a la convivencia escolar a través de los instrumentos y medios definidos por la comisión, como ser: encuestas, entrevistas, cuestionarios, consensos, conversatorios en asambleas y/o reuniones. Llevando las actas y listas de asistencia correspondientes.
- **Clasificar información** identificando fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas o apoyarse con el instrumento de Calendario cíclico de la vida en la comunidad o barrio.
- **Sistematizar y redactar** el plan de convivencia de la Unidad Educativa.
- **Recolectar y redactar** acuerdos y compromisos planteados.
- **Redactar** el Plan de Convivencia.

d) **Socialización e implementación del plan**

Se considera las diferentes acciones que se realizarán para garantizar que toda la comunidad educativa conozca:

- Tanto del proceso de construcción del Plan de Convivencia.
- Así como las actividades que se encuentran detalladas en el Plan de Convivencia Pacífica y Armónica, que coadyuvará a su cumplimiento por ejemplo:

- o Actividades ¿Cómo promocionar el Plan de Convivencia antes, durante y después de su construcción?.
- o Estrategias ¿Qué medios utilizamos para dar a conocer el Plan de Convivencia?.
- o Frecuencia ¿Cuándo se realizará la actividad propuesta?.
- o Beneficiarios ¿Qué actores educativos son parte de la ejecución de las actividades propuestas?.
- o Responsables ¿Quiénes son las personas encargadas de ejecutar las actividades?.

e) Seguimiento y evaluación

Se debe elaborar los instrumentos de seguimiento y evaluación al Plan de Convivencia, que permita comprobar los avances programados a fin de modificar oportunamente el Plan de Convivencia Pacífica y Armónica.

Los círculos restaurativos.

El modelo restaurativo representa la resolución de problemas de manera colaborativa, responsable y reparadora que busca el reconocimiento y la responsabilización, permitiendo favorecer el desarrollo moral de la persona. Las prácticas restaurativas se enfocan en gestionar las relaciones al interior de la comunidad educativa en vez de sólo sancionar la conducta de las niñas, niños y adolescentes. Estas prácticas amplifican el desarrollo de una cultura que promueve el respeto y la empatía hacia los demás.

Los círculos restaurativos son aquellos que procuran la participación y el acercamiento de las partes, así como de la familia y la comunidad, para restablecer los vínculos afectados. Los círculos restaurativos, pueden relacionarse a los contenidos de las áreas curriculares de cualquier curso o grado escolar como mecanismo de prevención de violencia, así como a la resolución pacífica de conflictos entre las y los estudiantes, permitiendo a los participantes:

- Asumir su responsabilidad.
- Que las voces silenciosas sean oídas.
- Emergen como líderes.
- Explorar temas a un nivel más profundo.
- Conocerse mutuamente y forjar relaciones.
- Incentivan la resolución de problemas
- Contar sus historias.
- Plantear sus propias perspectivas y opiniones.
- Realizar evaluaciones de contenidos avanzados.

Los Círculos son una forma de ser y de relacionarse grupalmente, que llevan al empoderamiento individual y colectivo de aquellas personas que participan de ellos. Por tanto, es una práctica restaurativa versátil que puede usarse de manera proactiva, para desarrollar relaciones y generar comunidad o de manera reactiva, para responder a las conductas indebidas, a los conflictos y problemas. Los círculos brindan a las personas la oportunidad de hablar y escucharse unos a los otros en una atmósfera de seguridad, igualdad y respeto (Pranis, 2005).

Círculos restaurativos en clase.

Puede ser aplicado en diferentes momentos del desarrollo curricular, con las siguientes características:

- La ubicación básica para este modelo es en forma de círculo de todos los participantes.
- Se puede usar un objeto (objeto de diálogo)ayuda a los estudiantes a esperar su turno y sirve también como un recuerdo físico de quién es la persona que tiene permiso para hablar.
- Los estudiantes deben responder a la pregunta por turnos.
- Se debe iniciar con preguntas para romper el hielo.
- ¿Cuál es tu comida favorita?.
- ¿Qué hace de una persona un buen amigo?.
- ¿Qué cosas haces bien?.

Se puede abordar dos preguntas fundamentales en el transcurso de la dinámica:

- ¿Qué daño se ha causado?
- ¿Qué necesita ocurrir para corregir las cosas?

A partir de otras preguntas más específicas, según el objetivo a conseguir. Los estudiantes de mayor edad tal vez puedan responder a estas preguntas, pero para muchos estudiantes, especialmente los de grados inferiores, las siguientes preguntas pueden ser útiles:

- ¿En qué has pensado desde que ocurrió el incidente?
- ¿Cómo te sientes sobre lo que ha ocurrido?
- ¿Qué ha sido lo más difícil para ti?
- ¿Quién ha sido afectado por el incidente?
- ¿Cómo han sido afectados?
- ¿Cómo reaccionaron tus padres cuando supieron lo que había ocurrido?
- ¿Cuál fue tu rol en este problema?
- ¿Qué necesita pasar para corregir las cosas?
- ¿Qué podemos hacer para asegurarnos de que esto no ocurra de nuevo?
- ¿Cómo te has sentido en el pasado cuando se burlaron de ti? o cualquiera haya sido el incidente.

Si en el círculo restaurativo se tiene a más de un ofensor identificado, asegúrese de felicitarlos públicamente por su valor al encarar el incidente de forma pública. Siempre busque formas de reintegrarlos y permítales recobrar su buen nombre en el aula.

Según el objetivo que tenga la maestra o maestro, se puede indagar algún tema a través de diferentes preguntas, también mediante preguntas finales se puede definir compromisos.

III. PRACTIQUEMOS

A continuación, le ofrecemos diferentes actividades que permitirá interiorizar los contenidos presentados.

El uso de las diferentes dinámicas sugeridas a continuación, están estrechamente ligadas al tema **"SUPERANDO LOS CONFLICTOS Y CONSTRUYENDO PAZ"**, por tanto, se sugiere hacer uso de cada una de las dinámicas que permitirán internalizar, reflexionar y fortalecer criterios durante sus relaciones interpersonales.

9 Dinámicas que ayudarán a internalizar y reflexionar sobre el tema
“Superando los conflictos y construyendo paz”

DINÁMICA: 1
“COMUNICACIÓN EFECTIVA”

OBJETIVO

Aprender a usar formas correctas de comunicación para evitar y/o resolver los conflictos.

MATERIALES

Ninguno.

DESARROLLO

- La maestra o maestro pide a 6 voluntarios que organicen una dramatización.
- Cada dos participantes dramatizaran un estilo de comunicación; en el que se describa una situación conflictiva o difícil que haya tenido con otra persona y se evidencien las reacciones:
 - PASIVA, evita la mirada del interlocutor, apenas se oye lo que habla, no respeta la propia necesidad.
 - AGRESIVA, ofende verbalmente (humillamos, amenazamos, insultamos), muestra desprecio por la opinión de los demás, grosero, maliciosos u otro.
 - ASERTIVA, dice lo que piensa, cómo se siente, no humilla, manipula o molesta a los demás, tiene en cuenta los derechos de los demás.
- Presentan las tres dramatizaciones y el resto de los participantes deben identificar qué estilo de comunicación aplicaron.
- Luego, los participantes plantean cómo podrían hacer que en el ejemplo la comunicación pasiva o agresiva sea asertiva. Motívelos a representar nuevamente la situación con comunicación asertiva.

REFLEXIÓN

Analizamos y reflexionamos sobre lo sucedido en las dramatizaciones, los sentimientos, las consecuencias negativas y positivas.

a) A los actores, ¿Cómo te sentiste en tu papel?

b) En los participantes, ¿Se evidencia la diferencia? ¿Por qué?

c) ¿Qué aspectos positivos y negativos encontramos en cada una de las intervenciones?

Para cerrar, identificamos, otras posibles formas de reaccionar que nos parezcan más satisfactoria o asertivamente durante diferentes situaciones familiares, con amigos, en la unidad educativa o en otro lugar.

DINÁMICA: 2 SOCIODRAMA "COMUNICÁNDONOS"

OBJETIVO

Practicar técnicas que ayude a adoptar posturas asertivas en diferentes situaciones.

MATERIALES

Fichas con técnicas escritas.

DESARROLLO

- La maestra o maestro deberá preparar papelitos con las técnicas explicadas (Desarrollado en punto II. CONOZCAMOS, 1. Comunicación asertiva: Técnicas asertivas).
- Deberá pedir que se organizan en pares (7 pares) y entregar un papelito a cada pareja. Si fueran pocos participantes a lo que alcance. Si fueran muchos, serán los espectadores que deben identificar que técnica se está aplicando en cada representación.
- Después la maestra o maestro también les planteará el tema de discusión a los participantes: Disco rayado (vendedor), Banco de niebla (vecina), Aplazamiento asertivo (novia/o) y otros. Los roles son asignados por ellos mismo, uno de ellos/as debe responder de forma asertiva (según la técnica que le tocó).
- Luego dramatizarán, cada una de las parejas, distintas situaciones comunicativas.
- A los espectadores no se les dirá qué tipo de técnica se está utilizando, porque son ellos lo que deben identificar.

REFLEXIÓN

Al terminar la dramatización se deben conversar y reflexionar sobre lo que notaron en las situaciones y cómo se sintieron (al verlas y al hacerlas), cuál de los estilos era mejor para cada uno y como lo llevarian a cabo en su cotidiano vivir.

Para cerrar, se deben aclarar sobre la importancia de la comunicación asertiva y la prevención de momentos conflictivos. Asimismo, reforzar en las y los estudiantes si aún no quedo claro algún punto.

DINÁMICA: 3 "ME PONGO TUS ZAPATOS"

OBJETIVO

Fomentar la capacidad de reconocer las emociones ajenas y ponerse en el lugar del otro.

MATERIALES

2 sacos o bolsas para zapatos.

DESARROLLO

- Todos de pie, en un circuito, intercalando entre hombres y mujeres.
- Les pediremos que se quiten el zapato del pie izquierdo.
- La maestra o maestro recoge los zapatos en una bolsa o saco, una de hombres y otra de mujeres.
- Repartimos los zapatos de las mujeres a los hombres y viceversa.
- Pedimos que se coloquen los zapatos que se les distribuyó e intenten caminar, puede suceder que a otros no les entre a los pies. Habrá casos que si les calzará bien y otros serán muy grandes.
- Pedirles que caminen con los zapatos que se pusieron, durante un minuto. Luego, pedirles que retornen a sus dueños los zapatos que les tocó.
- Luego, pedimos a los participantes que nuevamente se pongan en círculo.

Por tanto, les decimos que la empatía es la capacidad de ponerse en el lugar del otro.

REFLEXIÓN

Posteriormente, realizaremos una reflexión conjunta, basado en las siguientes preguntas:

- ¿Tuviste alguna dificultad para ponerte o caminar con el zapato de otro/a persona? ¿Por qué?
- ¿Cómo te sentiste en el zapato de otro? ¿Por qué?
- ¿En tu círculo familiar, institucional tienes personas empáticas? (Mencionar parentesco).
- ¿Qué hacemos para desarrollar la habilidad de ser empáticos?.

Se debe dirigir la reflexión a que identifiquemos prácticas o actitudes para desarrollar la empatía, que también se encuentran en los contenidos.

Para cerrar, se debe aclarar que en muchas ocasiones juzgamos a los demás desde nuestro punto de vista y no nos ponemos a pensar que esa persona piensa de otra manera. Por tanto, para entender o comprender la posición de las otras personas es importante ponernos en su lugar. Para ello, es importante que seamos capaces de identificar nuestras propias emociones.

DINÁMICA: 4 SOCIODRAMA "LAS DOS CARAS DE LA MONEDA"

OBJETIVO

Concienciar sobre la importancia del desarrollo de la empatía.

MATERIALES

Dependerá de la organización del grupo.

DESARROLLO

Se debe realizar dramatizaciones evidenciando dos casos de comunicación, en una de ellas debe mostrar actitudes que impidan una comunicación empática (obstáculos). para luego en un segundo momento corregir esa comunicación y practicar la comunicación empática. Los contextos pueden ser familiares, institucionales (sobre unidad educativa) o socioculturales, mejor si son los tres.

- Organizados en 2, 4 o 6 grupos, según la cantidad de participantes.
- Hacen un sorteo, para asignar a los grupos la situación una comunicación sin empatía.
- La maestra o maestro designa, o si prefiere sortea los contextos (familia, institución educativa, sociocultural u otro) para la dramatización.
- Se realiza la presentación en plenaria primero de la situación sin empatía y luego corrigiendo la comunicación con empatía.

REFLEXIÓN

Para esta parte reflexionamos con los participantes a partir de su percepción de las dramatizaciones en base a las siguientes preguntas:

- ¿Cómo te sentiste en el papel que cumplió? ¿Por qué?
- ¿Hay diferencia cuando se emplea la empatía o no? ¿Por qué?
- ¿En qué momentos de nuestras vidas podemos o debemos ser empáticos? ¿Por qué?

Para terminar, los estudiantes deben tener claro que ser personas empáticas les ayudará en todas sus relaciones interpersonales y les hará mejores personas y respetuosas, asimismo, crecerán sus relaciones interpersonales.

DINÁMICA: 5 “EXPRESANDO LA IRA”

OBJETIVO

Lograr que las y los adolescentes reconozcan reacciones relacionadas al enojo y a la ira. Conocer mis reacciones.

MATERIAL

Marcadores, colores, cinta adhesiva.

4 tiras de papel de 7,5 x 20,5 cm. para cada uno de los participantes.

DESARROLLO

Acomodar el mobiliario:

- La maestra o maestro distribuye cuatro tiras de papel, un marcador y una tira de cinta adhesiva a cada participante.
- La maestra o maestro debe indicar a los participantes que se les darán cuatro oraciones para completar, una a la vez, y que tendrán que escribir lo primero que se le venga a la mente, sin modificarla. Les pide que escriban sus respuestas con claridad en el papel, para que los demás puedan leerlas.
- La maestra o maestro lee las siguientes cuatro oraciones que deben ser completadas, una a la vez dando tiempo para que cada participante pueda responder.
- Después de que cada oración se haya leído, y las y los participantes han terminado de responder, le pide a cada participante, pegar la tira de papel sobre su pecho.

1. Me enojo cuando los demás...
2. Siento que mi enojo es...
3. Cuando los demás expresan su enojo hacia mí, me siento...
4. Siento que el enojo de los demás es...

- La maestra o maestro forma grupos, de 4 o 6 participantes y les pide que discutan la experiencia por ejemplo:

- Se sugiere que se centren en el impacto personal de compartir sus sentimientos de ira con el grupo.
- Se les motiva, para que den retroalimentación a los demás, al grado que cada persona responda con ira y sea consistente.

- Se comparten las principales conclusiones con el grupo entero.

REFLEXIÓN

Se inicia con las siguientes preguntas de reflexión:

- ¿Pueden identificar algunas de las señales fisiológicas que han experimentado cuando han sentido enojo?.
- ¿Cuáles son algunas de las señales conductuales que han experimentado cuando han sentido enojo?.
- ¿Cómo te sientes después de haber tenido algún tipo de reacción de enojo?.

- ¿Cómo podemos canalizar o controlar el enojo para no llegar a ningún tipo de violencia (verbal o física)? (Identificamos).

Para cerrar se puede hablar sobre algunos mitos existentes que justificaban la aceptación del enojo y sus reacciones. Por ejemplo: los mitos, son otro factor que fue alimentando la negativa reacción del enojo. Identificamos algunas:

- Creer que el enojo es hereditario, una idea errada de que los altos niveles de enojo sean alimentados y temidos. Sin embargo, hay estudios que indican que las personas no nacen con maneras fijas de expresar el enojo, sino que la expresión del enojo es aprendida por la imitación; por tanto, se pueden aprender y practicar otras maneras de expresar el sentimiento de enojo.
- Pensar que el enojo conduce automáticamente a la agresión, es otro mito para justificar la agresión realizada. El manejo eficaz del enojo implica controlar la intensificación por medio de habilidades relacionadas a la asertividad y la empatía, el cuestionamiento y estrategias de canalización del enojo.
- La creencia de que la agresividad es el único medio para conseguir algo ya que el objetivo de la agresión es dominar, intimidar, dañar o lesionar a los demás, por otro lado, la meta de la asertividad es expresar los sentimientos de enojo de un modo respetuoso hacia otras personas, evitando algún conflicto o agresión.
- Otro mito que hasta hoy en día persiste es pensar que siempre es deseable expresar o sacar el enojo, ya sea a través de gritarle o pegarle a la almohada, se creía que esto era saludable. Este tipo de recomendaciones solo hacen que la persona refuerce la conducta agresiva.

DINÁMICA: 6 "NUESTRA RESPIRACIÓN"

OBJETIVO

Aprender un ejercicio básico de respiración.

MATERIALES

Ninguno.

DESARROLLO

Dirija un ejercicio de respiración, en la que puede usar el siguiente guion o sus propias palabras:

- Pónganse cómodos en sus asientos. Si lo desean, cierren los ojos. Si prefieren mantener los ojos abiertos, miren hacia el suelo.
- Tomen unos momentos para sentirse cómodos. Ahora concéntrense en su cuerpo. Vayan notando la tensión de su cuerpo, empezando con los pies y continuando hacia arriba hasta la cabeza. Noten si sienten tensión en las piernas, el estómago, las manos y los brazos, los hombros, el cuello y la cara. Traten de librarse de la tensión que están sintiendo.
- Ahora, concéntrense en su respiración. Presten atención a su respiración a medida que entra y sale de su cuerpo. Esto puede ser muy relajante.
- Respiren todos profundamente al mismo tiempo. Noten cómo los pulmones y el pecho se expanden. Ahora dejen salir el aire exhalando lentamente por la nariz.
- De nuevo, respiren profundamente. Llenen los pulmones y el pecho de aire. Noten cuánto aire pueden inhalar.
- Sostengan la respiración durante un segundo. Ahora dejen salir el aire exhalando lentamente.
- Otra vez, inhalen lentamente hasta llenar los pulmones de aire. Sostengan la respiración durante cinco segundos y dejen salir el aire.
- Ahora solos, continúen respirando de la misma manera por otro par de minutos.
- Continúen concentrándose en su respiración. Con cada inhalación y exhalación, sientan cómo su cuerpo se va relajando más y más. Usen su respiración para eliminar cualquier resto de tensión.
- Cuando sientan que están listos, abran los ojos.

Permita que los miembros del grupo practiquen esta respiración en silencio durante 1 o 2 minutos.

REFLEXIÓN

Luego del ejercicio se reflexiona en base a las siguientes preguntas:

- o ¿Qué tal les resultó el ejercicio?
- o ¿Notaron algunas sensaciones nuevas mientras estaban respirando? ¿Por qué?
- o ¿Cómo se sienten ahora?

Este ejercicio de respiración puede acortarse a sólo tres inhalaciones y exhalaciones profundas. Aunque más corto, este ejercicio puede ser eficaz para ayudarles a relajarse cuando sienten que su enojo se está intensificando. Se debe recalcar que pueden practicar el ejercicio en la casa, el autobús, mientras estén esperando una cita, o incluso mientras caminan.

Para cerrar se les debe aclarar que el secreto para que la respiración profunda sea una técnica de relajación eficaz frente a las emociones de enojo es practicarla frecuentemente y aplicarla en una variedad de situaciones.

DINÁMICA:7 "IMPORTANCIA DE LAS TAREAS"

OBJETIVO

Identificar las características del círculo de restauración a partir de la importancia de la elaboración de tareas.

MATERIALES

Algún objeto que permita el uso de la palabra a los participantes del círculo.

DESARROLLO Y REFLEXIÓN

La maestra o maestro organiza o pide a las y los participantes que se pongan en un círculo.

La maestra o maestro realiza las siguientes preguntas que orientarán la dinámica. Puede basarse en el siguiente guión o usar sus propias palabras.

Preguntas para romper el hielo

¿Qué actividades realizas en tu tiempo libre?

Preguntas para desarrollar la temática

- ¿Alguna vez no has presentado tus tareas a tiempo? ¿Cómo te has sentido por ello?
- ¿Para qué nos sirve hacer las tareas?
- ¿Qué importancia tiene las tareas para ti?
- ¿Tienes alguna dificultad para realizar tus tareas?
- ¿Qué actividades te impiden hacer las tareas?
- ¿Tienes apoyo en casa para realizar las tareas?
- ¿Cuáles piensas que son las causas por las cuales las y los estudiantes no presentan sus tareas?

Preguntas para definir compromisos

- ¿Qué podrías hacer para mejorar el cumplimiento de las tareas?
- ¿Cuál sería tu compromiso para mejorar en la presentación de las tareas?
- ¿Qué podría realizar el colegio para mejorar el cumplimiento de las tareas por parte de las y los estudiantes?

REFLEXIÓN

En esta parte, identificamos las percepciones de cómo se sintieron durante el desarrollo del círculo restaurativo:

- ¿Cómo se sintieron durante la dinámica?
- ¿Pudieron expresar lo que pensaban?
- ¿Qué te pareció escuchar el punto de vista de los demás?

Para cerrar, se debe aclarar que se puede solucionar los problemas a través de este medio en diferentes situaciones, asimismo, a petición de cualquiera de los estudiantes se puede realizar el círculo.

DINÁMICA: 8 “AUTOCUIDADO”

OBJETIVO

Prevenir el acoso sexual a partir de posibles reacciones y propuestas de los estudiantes.

MATERIAL

Algún objeto que permita el uso de la palabra a los participantes del círculo.

DESARROLLO

La maestra o maestro organiza o pide a los participantes que se pongan en un círculo. Luego realiza las siguientes preguntas que orientarán la dinámica. Puede basarse en el siguiente guion o hacer uso de sus propias palabras.

Preguntas para romper el hielo

- ¿Cuándo tienes algún tipo de problema a quién acudes? ¿Por qué?

Preguntas para desarrollar la temática

- ¿Alguna vez alguno/a de ustedes se han sentido incómodos porque alguna persona los miró, observó o se acercó de una forma no tan agradable (obscena)? ¿Cómo reaccionaron ante esta situación?
- ¿Alguna vez se han sentido acosados por otra persona dentro o fuera del colegio? ¿Cómo se sintieron?
- ¿Qué conducta o acción deberíamos llevar a cabo si nos sentimos acosados?
- ¿Creen ustedes que este tipo de acciones se están dando en nuestro colegio?
- Si ese tipo de situaciones se dan, ¿Tienen ustedes la suficiente confianza para contar lo ocurrido a alguna persona de confianza en su familia o en el colegio?
- ¿Qué acciones se pueden realizar para mejorar esta confianza?

Preguntas para definir compromisos

- ¿Qué acciones deberíamos hacer (nosotros, el centro educativo, tú) ante este tipo de situaciones?
- ¿Qué acciones deberíamos hacer (nosotros, el centro educativo, tú) para prevenir este tipo de situaciones?
- ¿Cuál fue la experiencia que aprendimos el día de hoy?
- ¿A qué nos comprometemos (tú, nuestra institución, nuestra aula) para que este tipo de situaciones no se den?

REFLEXIÓN

En esta parte, identificamos las percepciones de cómo se sintieron durante el desarrollo del círculo restaurativo y la temática:

- ¿Cómo se sintieron durante la dinámica?
- ¿Pudieron expresar lo que pensaban?
- ¿Qué te ha parecido escuchar el punto de vista de los demás?

Para el cierre del círculo se les aclara, a los participantes, que el acoso es una falta de respeto a nuestra integridad personal y sexual frente a ello debemos buscar ayuda inmediatamente si nos sucede algún tipo de acoso.

DINÁMICA: 9 "PREVENIMOS EL BULLYING"

OBJETIVO

Prevenir la violencia entre pares.

MATERIAL

Algún objeto que permita el uso de la palabra a los participantes del círculo.

DESARROLLO

La maestra o maestro organiza o pide a los participantes que se pongan en un círculo. Luego realiza las siguientes preguntas que orientarán la dinámica. Puede basarse en el siguiente guion o hacer uso de sus propias palabras.

Preguntas para romper el hielo

- ¿Cuál es la actitud que más te gusta de tu mejor amiga o amigo?.

Preguntas si utilizamos materiales complementarios

- ¿Qué piensas sobre lo ocurrido (en referencia al artículo leído)?.
- ¿Cuáles creen que fueron los motivos que llevaron a este joven a suicidarse?.

Preguntas para desarrollar la temática

- ¿Alguna vez te pusieron algún apodo que no te gustaba? ¿Cómo te sentiste?.
- Si tuvieras la oportunidad de tener frente a ti a la persona que te ha ofendido, ¿Qué te gustaría decirle?.
- Si ustedes presencian este tipo de acciones ¿Qué harían?.
- ¿Creen que este tipo de situaciones se dan en nuestro colegio?.
- ¿Cómo podríamos ayudar a un compañero/a que este pasando por este tipo de situación/acoso?.
- ¿Cómo crees que reaccionarías si presencias que algún estudiante está siendo molestado por otro/s compañeros/as?.
- ¿Qué acciones piensan que podría realizar el colegio para evitar este tipo de acciones?.
- ¿Qué acciones piensan que podría realizar el colegio para evitar este tipo de acciones?.
- ¿Qué acciones podríamos realizar para tener una buena convivencia y evitar este tipo de acoso?.

Preguntas para definir compromisos y acuerdos

- ¿Qué acciones deberíamos hacer ante este tipo de situaciones?.
- ¿Qué acciones deberíamos hacer como jóvenes para prevenir este tipo de situaciones?.
- ¿Qué acciones podría realizar el centro educativo para prevenir este tipo de situaciones?.
- ¿Cuál fue la experiencia que aprendimos el día de hoy?.
- ¿A qué nos comprometemos para que este tipo de situaciones no se den?.

IV. PRODUZCAMOS

Se deben concluir con la elaboración de dos productos:

- Fotonovelas: Que muestren situaciones conflictivas en el que se aplican las diferentes habilidades comunicativas (asertividad, empatía, manejo de la ira).
- Realización de diferentes papelógrafos que muestren como desarrollar cada una de las habilidades interpersonales que se presentó en los contenidos.
- El uso de la lengua originaria de la comunidad deber ser prioritario en estos materiales.
- Puede organizar en grupos y especificar las temáticas según lo avanzado.
- De igual manera, la producción de textos elaborados (fotonovela) por los estudiantes y orientados por el maestro o maestra, deben ser recopilados para ser utilizados como materiales pedagógicos.

En este punto se le sugiere realizar el seguimiento y registro, a través de una memoria fotográfica, de los materiales producidos y las estrategias de socialización que se aplicaron en su unidad educativa (en las ferias educativas, horas cívicas u otras). Esto por motivos de seguimiento de las instituciones competentes.

V. VALORAMOS

a) Apreciaciones sobre lo aprendido

Para la valoración del proceso de internalización de los contenidos de la temática se sugiere realizar un círculo restaurativo:

DINÁMICA DE CIERRE "EL CÍRCULO"

OBJETIVO

Valorar la comprensión de los estudiantes sobre el desarrollo de los contenidos de la Temáticas 3. "SUPERANDO LOS CONFLICTOS Y CONSTRUYENDO PAZ".

MATERIAL

Algún objeto liviano que permita desplazarse entre los participantes.

DESARROLLO

- Los estudiantes sentados o de pie, en forma de círculo, se debe dar las instrucciones.
- Cuando haga la pregunta, cada participante debe contestar y pasar el objeto a la persona de su derecho.
- Las rondas son concluidas cuando se terminan de responder las preguntas:
- ¿Está dispuesto a trabajar el valor de respeto durante sus relaciones con su entorno? ¿Cómo? ¿Qué les gustó?
- ¿Que no les gustó mucho?
- ¿Que aprendimos?
- ¿Qué más les hubiera gustado aprender de este tema?
- ¿Está dispuesto a trabajar el desarrollo de las habilidades socio comunicativas que canaliza los conflictos de manera adecuada? ¿Por qué? ¿Cómo?

Se debe concluir, enfatizando nuevas formas de resolver conflictos y cómo podemos construir una comunidad pacífica y armónica cuales serían los aportes de los estudiantes.

b) Herramienta de valoración.

HERRAMIENTA DE VALORACIÓN BASADO EN CRITERIOS						
Parámetros						
1	2	3	4	5		
No se cumple con el criterio	Requiere más apoyo	Regular	Bueno	Muy bueno		
Criterios de valoración		1	2	3	4	5
Los estudiantes muestran interés en el contenido del tema.						
Los estudiantes participan en los diálogos y reflexiones.						
Muestran interés y curiosidad por las actividades aplicadas.						
Cumplen con todas las instrucciones de las actividades.						
Los estudiantes se muestran sorprendidos por los contenidos del tema.						
Aplican consejos de contenidos en situaciones de la vida cotidiana (en sociodramas).						
Existen actitudes de predisposición de cambio después del avance de los contenidos.						
Los estudiantes diferencian los usos adecuados de comunicación.						
Los estudiantes prestan interés en desarrollar habilidades de empatía o manejo del enojo.						

c) Realiza tus observaciones y conclusiones

Después de cada clase que se aborde los contenidos del presente material, por motivos de seguimiento y valoración de las instituciones competentes se sugiere realizar el llenado del siguiente cuadro:

Datos personales:
Nombre: Unidad educativa: Fecha:
Observaciones:
Conclusiones:
<p>Si se cumplió con los objetivos o requieren mayor dedicación. Si en caso se requiere mayor dedicación, plantee propuestas de incorporación de actividades en articulación a sus otros contenidos curriculares.</p>

Nota: En caso de abordar la temática en más sesiones, se sugiere tener un cuaderno que le permita copiar y rellenar el punto de "VALORAMOS", por cuestiones de seguimiento que serán realizadas por las instituciones competentes.

BIBLIOGRAFÍA .

- Álamo. A. (2019). *Los hombres sí lloran: la diversidad de la masculinidad*. Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/los-hombres-si-lloran-la-diversidad-de-la-masculinidad/>
- Albertí, C. M. y Pedrol, L. M. (2017). El enfoque restaurativo en el ámbito educativo. Cuando innovar la escuela es humanizarla. *Rev. d'Intervenció Socioeducativa*.67, 47-72. Obtenido de <http://www.raco.cat/index.php/EducacioSocial/article/download/328397/425613>
- Altorio. A. G.H. y Pérez. L. H. A. (2011). Violencia en adolescentes: Factores de riesgo, actitud y conductas violentas. *Boletín Médico de Postgrado*. Vol. XXVII (1) Obtenido de http://bibvirtual.ucla.edu.ve/db/psm_ucla/edocs/bm/BM2701-02/BM27010202.pdf.
- Arce, R., Fariña, F., Vázquez, M. J., Novo, M., y Seijo, D. (2015). Formas de violencia de género y ciclo de la violencia. *Manual de Intervención*. Vol.1 (pp.115-155). Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/318710311_Unidad_5_Formas_de_violencia_a_de_genero_y_ciclo_de_la_violencia
- Asamblea Legislativa Plurinacional (2014). *Ley N° 548. Código Niña, Niño y Adolescente*. Bolivia.
- Asamblea Legislativa Plurinacional (2013). *Ley N° 348 (2013), Ley integral para garantizar a las mujeres una vida libre de violencia*. Bolivia.
- Asamblea Legislativa Plurinacional (2010). *Ley de educación N° 070 “Avelino Siñani y Elizardo Pérez”*. Bolivia.
- Asamblea Legislativa Plurinacional (2010). *Ley N° 045, Ley de lucha contra el racismo y toda forma de discriminación*. Bolivia.
- Aznar, I. Cáceres, M. e Hinojo, F. (2008). *Formación Integral: educar para la convivencia y la paz*. D.F.B.A. Disponible: https://www.researchgate.net/profile/M_P_Caceres_Reche/publication/28230072_Formacion_integral_educar_para_la_convivencia_y_la_paz/links/5440f6220cf228087b6a021f/Formacion-integral-educar-para-la-convivencia-y-la-paz.pdf
- Bach, E. y Forés. A. (2008). *La asertividad para gente extraordinaria* Editorial Plataforma. España. Recuperado de <https://www.tagusbooks.com/leer?isbn=9788415577331&li=1&idsource=3001>
- Báez C. (2018). ¿Cómo prevenir la violencia en noviazgos adolescentes? Recuperado de <http://www.cienciamx.com/index.php/sociedad/20565-prevenir-violencia-noviazgos-adolescentes>
- Balart, G.M. J. (2013). *La empatía: La clave para conectar con los demás*. AGAMA. Recuperado de http://www.gref.org/nuevo/articulos/art_250513.pdf
- Bisguerra, R. (2019). *La inteligencia emocional según Salovey y Mayer*. Disponible en: www.rafaelbisguerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html
- Bonet, J.V. (1997). *“Sé amigo de ti mismo” Manual de Autoestima* Bilbao: Sal Terrae. Obtenido de <https://jesuitas.lat/uploads/se-amigo-de-ti-mismo/JOS%20VICENTE%20BONET%20-%201997%20-%20SE%20AMIGO%20DE%20TI%20MISMO.pdf>

- Carrillo, I. (1992) Análisis crítico del entorno, elección de alternativas y clarificación de valores. *Comunicación, lenguaje y educación*. 15, 77-83. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/126262.pdf>
- Carrión M. (2015). *Violencia de género juvenil: causas y soluciones*. Recuperado de <https://cuidateplus.marca.com/familia/adolescencia/2015/11/24/violencia-genero-juvenil-causas-soluciones-97300.html>
- Celis, M. J. S. (2019). *Autorrespeto – Respetarte a ti mismo es la base de una buena vida*. Recuperado de <https://www.sebascelis.com/autorrespeto/>
- Chauvie, C. P. L. (2015). *Empatía: Efectos de los vínculos primarios*. Recuperado de https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/Trabajos%20finales/%20Archivos/tfg_5.pdf
- Choque, A. M. (2019). *Los valores y espiritualidad andina en la cultura Aymara*. Recuperado de <http://www.ops.org.bo/textocompleto/pi31193.pdf>
- Conversación con Sr. Felipe M. F., Técnico ILC Uru (30/08/2019).
- Constitución Política del Estado. (2009). Ministerio de Educación.
- De Martino, B. M. (2013). Connel y el concepto de masculinidades hegemónicas: notas críticas desde la obra de Pierre Bourdieu. *Rev. Estudios jkis*. Vol. 21. (1). 283-300. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/381/38126283028.pdf>
- Del Barco, B. (2017) Estilos de comunicación y violencia íntima en las relaciones de pareja heterosexuales y homosexuales, Facultad de Ciencias Sociales. Universidad Pontificia ICAICAIDE. Comillas Madrid. Disponible en: <https://repositorio.comillas.edu/jspui/bitstream/11531/23194/1/TFM000701.pdf>
- Delgado, J. F. (2012). Foucault y el análisis del poder. *Revista de Educación y Pensamiento*. N° 19, 160-171. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3974352>
- Fernández, P. I., López, P. B. y Márquez, M. (2008). Empatía: Medidas, teorías y aplicaciones en revisión. *Anales de psicología*. Vol. 24 (2). 284-298. Recuperado de https://www.um.es/analeps/v24/v24_2/12-24_2.pdf
- Florenzano, R. (2002). *El adolescente y sus conductas de riesgo*. Santiago: Ediciones Universidad Católica de Chile.
- Francisco, J. (2018). *¿Cuáles son las causas de la desigualdad de género?* Recuperado de <https://lamenteesmaravillosa.com/cuales-las-causas-desigualdad-de-genero/>
- Goleman, D. (2009). *Inteligencia emocional*. Español: Kairos.
- González, M. M.T. (1999). *Algo sobre la autoestima. Qué es y cómo se expresa*. España: Universidad de Salamanca. Recuperado de https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/69351/Algo_sobre_la_autoestima_Que_es_y_como_s.pdf;jsessionid=F23FAFD7AFA0C77D0903189D77D64830?sequence=
- Horno, P. (2005). *Amor, poder y violencia*. Save the Children. España. Recuperado de <http://ibdigital.uib.es/greenstone/collect/cd2/index/assoc/stc0054.dir/stc0054.pdf>
- ICE, Dirección de comunicación Corporativa. (s.f.). *Desarrollo personal y laboral*. Colección N°33. Recuperado de <https://www.grupoice.com/wps/wcm/connect/29e3a524-2b61-4228-afea-ea858bc4ee87/33.pdf?MOD=AJPERES&CVID=1Ew55E>
- ILC Ese Ejja (2017). *Currículo Regionalizado Ese Ejja*. La Paz.
- ILC Kabineño, (2019). Base de datos.
- Instituto Internacional de Prácticas Restaurativas (2018). Modelos de Círculos Restaurativos (IIRP),
- Jiménez, J. A. (2017). *Inteligencia emocional*. Madrid: AEPap. Recuperado de https://www.aepap.org/sites/default/files/479-492_inteligencia_emocional.pdf
- Krug, E. (2014). *La violencia puede afectar a cualquiera*. Recuperado de <https://www.who.int/mediacentre/commentaries/violence-prevention/es/>

- Mestre, E. M., Dolores, F. N. M. y Samper, G. P.(2004). La medida de la empatía: análisis del Interpersonal Reactivity Index. *Psicothema*. Vol. 16 (2). 255-260. Obtenido de <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=1191>
- Minici, A., Rivadeneira, C. y Dahab, J. (2007). El enojo y su expresión. *Rev. Terapia Cognitivo Conductual N° 12*. Recuperado de <http://cetecic.com.ar/revista/pdf/el-enojo-y-su-expresion.pdf>
- Ministerio de Educación. Bolivia. (2014). *Culturas vivas: Compendio de la síntesis de los registros de saberes y conocimientos de los pueblos indígena originarios y afrobolivianos*. Recuperado de <http://urrrh.minedu.gob.bo/biblio/book/59022/read>
- Ministerio de Educación. Bolivia. (2019). *Protocolo de prevención y actuación y denuncia en casos de violencia física, psicológica y sexual en unidades educativas y centros de educación especial*.
- Montserrat, C. y Casas, F. (2017). *El impacto de la violencia machista y procesos de recuperación en la infancia y la adolescencia, en las madres y en las relaciones maternofiliales*. Barcelona: Ed. Kiki Vergés.
- Mora, J. y Fernández, G. (2007). La empatía. *Archivos*. Recuperado de <http://empatinfo.blogspot.com/2007/11/que-es-empata.html>
- Morales, G. J. M. y Costa, C. M. (2001). La prevención de la violencia en la infancia y la adolescencia. Una aproximación conceptual integral. *Intervención Psicosocial*, Vol. 10, (2), 1221-239.
- Moreno, M. (1986) *Cómo se enseña a ser niña: el sexismo en la escuela*. Barcelona. Icaria. Recuperado de <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7196.pdf>
- Pizarro, V. H. (2005). *Violencia de genero. El desequilibrio de poder*. Recuperado de http://ovsyg.ujed.mx/docs/biblioteca-virtual/Violencia_de_genero_el_desequilibrio_del_poder.pdf
- Polo, C. (2009). *Resiliencia: factores protectores en adolescentes de 14 a 16 años*. Recuperado de http://190.183.61.20/objetos_digitales/71/tesis-1426-resiliencia.pdf
- Pranis, K. (2005/2006). *Manual para facilitadores de círculos*. CONAMAJ. San José/Costa Rica.
- PROEIBAndes, Unicef, Bolivia. Ministerio de Educación. (2010). *La agricultura - tsimane' - mosetén de Pílon Lajas*.
- Reilly, P.M. y Shopshire. M. S. (2007). *El manejo del enojo*. Recuperado de <https://store.samhsa.gov/system/files/sma08-4189.pdf>
- Roldan, M.J. (2015). *Cómo enseñar a los niños a respetar el espacio vital del otro*. Recuperado de <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/autonomia/como-ensenar-a-los-ninos-a-respetar-el-espacio-vital-del-otro/>
- Ruiz, S. A. L. (2009). *Las técnicas asertivas en el proceso de comunicación interna de las organizaciones*. Recuperado de http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/16/16_0705.pdf
- Saggese, B. (s.f.) Programa de entrenamiento de habilidades de Comunicación. Basado en Hofstadt. R. C. J. (2003). *El libro de las habilidades de comunicación*. Ed. Díaz de Santos. Madrid. Recuperado <https://100linguasdecoces.files.wordpress.com/2017/02/estiloscomunicacion.pdf>
- Salguero (2013). *Despatriarcalización y descolonización desde el vivir bien* Disponible en: http://www.bolivia.de/fileadmin/Dokumente/Presse-Medien_Dt%2BSp/Interessante%20Dokumente/Despatriarcallizacion_y_nuevos_modelos_de_desarrollo_esp.pdf

- Suárez, D. O. L. (2018). *Autoprotección en la niñez y la adolescencia. Crianza y salud*. Recuperado de <https://crianzaysalud.com.co/autoproteccion-en-la-ninez-y-la-adolescencia/>
- Téllez, A. y Verdú, A. D. (2011). El significado de la masculinidad para el análisis social. *Nuevas Tendencias en Antropología*. N° 2. 80-103. Recuperado de <http://www.revistadeantropologia.es/Textos/N2/EI%20significado%20de%20la%20masculinidad.pdf>
- Tribunal Constitucional Plurinacional. (2014). Sentencia Constitucional Plurinacional No 0206/2014. Recuperado de http://www.coordinadoradelamujer.org.bo/observatorio/archivos/marco/sentencia206_439.pdf
- UNESCO, (s.f.). *Igualdad de género*. 103-115. Obtenido de <https://es.unesco.org/creativity/sites/creativity/files/digitallibrary/cdis/Iguldad%20de%20genero.pdf>
- UNICEF, (2013) Superando el adultocentrismo. Recuperado de www.unicef.cl
- UNICEF. (s.f.). *Con las medidas de autocuidado puedo prevenir el abuso sexual*. Recuperado de http://innovaciones.unicef.org.ni/media/programas/archivos/MEDIDAS_ABUSO_SEXUAL_2.pdf
- Uranga, A. M. S., Rentería, S. D. E., González, R. G. J. (2016). La práctica del valor del respeto en educación primaria. *Ra Ximhai*, vol. 12 (6). 187-204.
- Vásquez, O. (2015). *Manual de Herramientas en Prácticas y Justicia Restaurativa*. Observatorio Internacional de Justicia Juvenil. Unión Europea. Colombia.
- Wachtel, T. (2013). *Definiendo que es Restaurativo*. IIRP Graduate School. Recuperado de <http://www.iirp.edu/pdf/Defining-Restorative-Spanish.pdf>.



Adolescentes

EMPODERAD@S

para prevenir embarazos, VIH y violencias en **Bolivia**

