



## “De tal palo, tal astilla” - Educación parental y Realidad Aumentada para prevenir el acoso escolar entre niños”

---

**Directrices sobre cómo iniciar conversaciones a través de sesiones lúdicas y divertidas.**

## TABLA DE CONTENIDO

1. Introducción al proyecto.....	4
Antecedentes.....	4
Objetivos principales.....	5
Resultados del proyecto.....	5
2. Introducción a las directrices.....	6
3. Resumen de los resultados del proyecto.....	7
3.1. PR 1 – Visión general sobre el acoso.....	7
3.2. PR 2 – El material de aprendizaje para el padre y el juego de RA para el hijo.....	8
3.3. PR 3 – Sesiones de chat lúdicas y directrices sobre los resultados del proyecto.....	9
4. Debatir tabúes y cuestiones controvertidas: directrices para padres.....	11
4.1. Cómo iniciar una conversación.....	11
4.2. Conversaciones divertidas.....	12
4.2.1. Compartir información en línea.....	13
<i>Objetivos de aprendizaje</i> .....	13
<i>Consejos generales para padres</i> .....	13
<i>Sesiones de conversación</i> .....	14
<i>Materiales de apoyo</i> .....	17
<i>Recursos</i> .....	18
4.2.2. Salud mental.....	18
<i>Objetivos de aprendizaje</i> .....	19
<i>Consejos generales para padres</i> .....	19
<i>Sesiones de conversación</i> .....	21
<i>Materiales de apoyo</i> .....	25
<i>Recursos</i> .....	25
4.2.3. Diversidad cultural.....	25
<i>Objetivos de aprendizaje</i> .....	26
<i>Consejos generales para padres</i> .....	27
<i>Sesiones de conversación</i> .....	28

<i>Materiales de apoyo</i> .....	31
<i>Recursos</i> .....	33
4.2.4. Identidad de género.....	34
<i>Objetivos de aprendizaje</i> .....	34
<i>Consejos generales para padres</i> .....	34
<i>Sesiones de conversación</i> .....	35
<i>Materiales de apoyo</i> .....	37
<i>Recursos</i> .....	38
4.2.5. Discapacidad .....	39
<i>Objetivos de aprendizaje</i> .....	39
<i>Consejos generales para padres</i> .....	39
<i>Sesiones de conversación</i> .....	41
<i>Materiales de apoyo</i> .....	44
<i>Recursos</i> .....	44
4.2.6. Violencia y abuso sexual .....	45
<i>Objetivos del aprendizaje</i> .....	46
<i>Sesiones de conversación</i> .....	46
<i>Materiales de apoyo</i> .....	49
<i>Recursos</i> .....	50
4.3. Guía del juego RA.....	50
5. Conclusión.....	51

# 1. Introducción al proyecto

## Antecedentes

La idea del proyecto “De tal palo, tal astilla” empezó a gestarse durante uno de los proyectos Erasmus+ anteriores, cuando surgió la necesidad de empezar a hablar abiertamente sobre la violencia infantil y otros conceptos clave del crecimiento de sus hijos. Al realizar la investigación se observó que las escuelas no brindan suficiente información sobre los temas que puedan derivar en violencia.

La publicación de la UNESCO “Detrás de las cifras: poner fin a la violencia y el acoso escolar” de 2019 afirmó que “los niños que son percibidos como 'diferentes' de alguna manera corren más riesgo de sufrir acoso. Los factores clave incluyen: no ajustarse a las normas de género, apariencia física, raza, nacionalidad o color”. La misma publicación informó que tanto el entorno escolar como el familiar podrían reducir comportamientos abusivos de los niños, tanto como perpetradores como víctimas. Escritos sobre psicología revelan una cierta relación entre la crianza y el comportamiento agresivo de los hijos: el vínculo entre padres e hijos es la clave para aceptar al adulto en el que el niño se convertirá en un futuro.

La falta de autoridad y de buena comunicación, suelen corresponder con conductas de acoso o victimización. Los niños no se portan mal cuando se sienten supervisados y comprendidos por sus padres: el conflicto entre padres e hijos, de hecho, podría influir negativamente en la autoestima del niño e inducir al acoso, tanto para que el niño se convierta en un acosador o para que sea acosado. A veces, los padres ni siquiera creen que el acoso escolar sea un hecho, o que suceda (1 de cada 5 padres lo cree así según los resultados de un estudio español de 2017), y que esto es algo que el niño debe afrontar con sus compañeros.

## Objetivos principales

Para todas las cuestiones mencionadas anteriormente (pero también para muchas más relacionadas con las conductas de acoso) que forman parte de nuestra vida privada, educativa y profesional cotidiana, el proyecto tenía como objetivo lo siguiente:

- Diseñar un marco educativo basado en las necesidades de aprendizaje de los padres, para que las asociaciones y escuelas de padres, y los centros de formación de adultos puedan configurar itinerarios de formación sobre el acoso y el ciberacoso.
- Dotar a las organizaciones socias de capacidades y ofertas educativas que les permitan contribuir a la formación de los padres y a la reducción del acoso y del ciberacoso.
- Diseñar materiales de formación para padres siguiendo el enfoque de educación no formal, que se adapten mejor a sus necesidades de aprendizaje permanente.
- Promover una correcta alfabetización digital entre padres e hijos que incluya la aplicación del juego de realidad aumentada y el reconocimiento de conceptos relacionados con la diversidad para ambos destinatarios.

## Resultados del proyecto

Para apoyar el logro de los objetivos del proyecto enumerados anteriormente, el consorcio del proyecto desarrollara la producción de los tres resultados del proyecto (dentro de las actividades implementadas relacionadas). Los resultados que se produjeron fueron los siguientes:

- Descripción general sobre el acoso escolar de “De tal palo, tal astilla”
- El material de aprendizaje del padre y el juego RA del hijo.
- Sesiones de conversación divertidas y directrices sobre los resultados del proyecto.

Todos los resultados del proyecto se explican con más detalle en la siguiente sección de este documento (que también forma parte del PR3).

## 2. Introducción a las directrices

Los resultados de este proyecto en este documento no son sólo una adición a otros resultados, sino también un valor añadido a todo el proyecto, consiste en una visión general y sirve también como un lugar donde poder encontrar información y, en cierto modo, poder dirigirse hacia otros resultados donde poder encontrar información.

No debe usarse como un resultado independiente, sino que debe complementarse con el uso de materiales de aprendizaje y/o con los juegos de realidad aumentada, pero también se debe consultar el primer resultado del proyecto: descripción general sobre el acoso. Primero se debe consultar la parte teórica proporcionada en el material de aprendizaje y luego, una vez que se esté seguro de haber cubierto los temas de interés y descubierto lo que hay que saber sobre el acoso, el ciberacoso, la prevención y la intervención – y considerarse preparado – pasar al juego de realidad aumentada y a las sesiones de chat lúdicas, de modo que pueda iniciar conversaciones directamente con los niños.

Este resultado puede ser su primera y última parada al consultar los resultados de este proyecto:

- Primero, para familiarizarse con el proyecto y conocer los resultados.
- Para poder elegir el camino que mejor se adapta a las necesidades actuales y reales de uno mismo.
- Y, por último, si revisó todos los materiales/resultados producidos como se esperaba, para iniciar discusiones/conversaciones y comience a interactuar con sus hijos.

En consecuencia, todo el proyecto tiene como objetivo concienciar y comenzar a hablar más sobre temas diferentes y en cierto modo descuidados y apartados, que son en la mayoría de las ocasiones las causas fundamentales del acoso (así como del ciberacoso). Estas pautas ayudarán a comprender mejor todo el concepto del proyecto y brindarán el apoyo adicional y las pautas detalladas sobre cómo iniciar conversaciones de temas difíciles de tratar con sus hijos. También brinda un conjunto de actividades que pueden probarse, según su situación y necesidades actuales, así como las necesidades de sus hijos.

### 3. Resumen de los resultados del proyecto

Como introducción a los resultados del proyecto, lo más importante es mencionar el hecho de que todos los resultados del proyecto se construyeron unos sobre otros y cada uno sirvió como base, experiencia y conocimiento para incorporarse en la producción del siguiente.

También es importante introducir que los resultados del proyecto se produjeron en cooperación con expertos relevantes de dentro y fuera de la asociación, ya que fueron objeto de revisión por parte de los socios, pero más importante aún, en cooperación con los padres.

Los propios padres estuvieron incluidos desde el inicio del proyecto, cuando el consorcio de este identificó sus necesidades, que sirvieron de base para los siguientes pasos y la producción del segundo resultado del proyecto. Los padres también participaron en la actividad de aprendizaje, enseñanza y formación (LTTA)(ahora sería AAEF) en Monza, Italia, donde (con la orientación profesional de los educadores/formadores) repasaron los materiales de aprendizaje y el juego de realidad aumentada, paso a paso.

Uno de los eventos más importantes de participación de los padres y madres, junto con la prueba piloto de los resultados del proyecto en cada uno de los países socios, es la sesión de co-creación del resultado 3 del proyecto, que tuvo lugar en el LTTA y se explica con más detalle más adelante.

#### 3.1. PR 1 – Visión general sobre el acoso

Con la implementación del primer resultado del proyecto "De tal palo, tal astilla, visión general sobre el acoso", los socios se propusieron crear un marco educativo para la prevención del acoso dirigido a padres de niños de entre 10 y 15 años, así como a escuelas y asociaciones de padres, permitiéndoles planificar su formación. A través de las tres fases en las que se desarrolló el resultado, los socios del proyecto:

- Describieron la naturaleza y las causas del acoso escolar en los niños de cada país participante, a través del método de investigación y la labor documental que permitieron un análisis detallado de las necesidades previamente detectadas: violencia en los escolares, negligencia digital por parte de los padres de los niños, falta de recursos para que los padres expliquen conceptos clave

de diversidad - por cada organización asociada. Una lista de 20 partes interesadas acompañó el informe comparativo, basado en la investigación documental nacional de cada país.

- Entrevistaron a 10 padres de niños de entre 10 y 15 años por cada país sobre sus conocimientos sobre el acoso, las TIC y las aplicaciones utilizadas por sus hijos y los métodos adoptados para tener conversaciones serias con sus hijos. De esta manera rastrearon las necesidades de aprendizaje de los padres sobre la aceptación de la diversidad y la prevención del acoso escolar.
- Establecieron el plan de estudio de material de aprendizaje ajustado a la realidad del acoso y del ciberacoso, el estilo de aprendizaje del grupo destinatario y la retroalimentación que las escuelas y asociaciones de padres, y los centros de educación de adultos dieron para reducir este problema abrumador.
- Promocionaron las actividades y resultados desarrollados con los padres para despertar su interés por los siguientes resultados del proyecto, y transformarlos en embajadores del activismo y valores Erasmus+, para transmitirlos a sus hijos.

### 3.2. PR 2 – El material de aprendizaje para el padre y el juego de RA para el hijo

El segundo resultado del proyecto está constituido por dos resultados diferentes pero complementarios que tienen su base en el primero - “De tal palo, tal astilla, descripción general sobre el acoso escolar”. De hecho, a partir de las observaciones de dicho informe, el consorcio del proyecto diseñó y desarrolló tanto “The Father Learning Material” (“El material de aprendizaje para el padre”) como “The Son AR Game” (“el juego de RA para el hijo”). El primero es una formación no formal europea sobre habilidades parentales, que en 4 unidades trata el siguiente tema, con consejos prácticos para los padres:

- Introducción al acoso: definiciones, marco legal, factores de riesgo, impacto en la infancia.
- Ciberacoso: introducción, análisis teórico, ley, tipos, formas e impacto.
- Prevención de incidentes del acoso: habilidades de alfabetización mediática, incluyendo comportamientos útiles en línea, trabajo con empatía, respeto, diversidad, autoestima y resiliencia.
- Intervención en incidentes de acoso: iniciar un debate sobre temas delicados, consejos para apoyar a un niño que es víctima de acoso o un acosador.

A través de estos contenidos se dotará al padre, madre, tutor, tutora o educador de niños de entre 10 y 15 años de competencias sobre varios aspectos del fenómeno del acoso, especialmente familiarizándose

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea en Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ello. Proyecto No. 2021-1-HR01-KA220-ADU-000035176



con los síntomas físicos y psicológicos de las situaciones de abuso que son claves a la hora de actuar adecuadamente.

En cuanto a la prevención, además de la unidad de material didáctico correspondiente, el consorcio del proyecto trabajó en un juego de realidad aumentada, dirigido a niños de entre 10 y 15 años, para jugar con sus padres o tutores. El juego de realidad aumentada es una herramienta digital que presenta escenarios abusivos y posibles soluciones para los mismos, con el objetivo de prevenir incidentes de acoso con una de las principales causas del acoso en sí: el uso de la tecnología y de dispositivos digitales. El juego sigue la misma división temática de los materiales de aprendizaje, para cubrir todas las características del acoso y apoyar a los padres en su intento de introducir, por ejemplo, las consecuencias del ciberacoso, entre otras.

PR2 – “El material de aprendizaje para el padre” y “El juego de RA para hijo” se implementaron y probaron por primera vez con padres y educadores de los países del proyecto “De tal palo, tal astilla” durante una actividad de formación celebrada en Monza del 29 de mayo al 2 de junio de 2023, cuando ambos resultados fueron evaluados y mejorados en función de la retroalimentación directamente proporcionada por el grupo destinatario del proyecto.

### 3.3. PR 3 – Sesiones de chat lúdicas y directrices sobre los resultados del proyecto

Este proyecto está configurado de manera que cada resultado del proyecto se basa en el anterior. Y es por eso, que el tercero, como último resultado del proyecto, es el más completo que incluye un poco de 'ambos mundos' de este proyecto. Se trata de una serie de pautas con el objetivo de apoyar a los padres en lo siguiente:

- Aplicación a una conversación entre padres e hijos de los conceptos aprendidos a través del material de aprendizaje y un juego de RA
- Iniciar conversaciones sobre temas delicados acercándolos así a los niños y haciéndolos más fáciles de absorber y comprender.
- Instalación y uso paso a paso de un juego de RA que los padres pueden jugar con sus hijos.

Una de las dimensiones más importantes de este resultado es que es en parte producto de una sesión de co-creación con padres y educadores que tuvo lugar en la LTTA (Actividad de aprendizaje, enseñanza y formación) en Monza, donde 13 personas se reunieron para probar el resultado del proyecto y, en este caso, empezar a crear la última pieza del rompecabezas.

Esta fue la base del resultado que inspiró diversos temas y actividades relacionadas, propuestas para padres e hijos.

El resultado consta de dos partes clave:

- Una visión general breve de los resultados del proyecto y pautas sobre cómo usarlos centrándose en un juego de RA.
- Una serie de sesiones de conversación lúdicas que cubren diferentes temas difíciles de tratar.

**Las sesiones de conversación exploran los siguientes temas:** diversidad cultural, discapacidad, salud mental, identidad de género y sexualidad, violencia y abuso e intercambio de información en línea.

## 4. Debatir tabúes y cuestiones controvertidas: directrices para padres.

Hablar de temas controvertidos con los hijos no siempre es fácil. Es normal que los padres no sepan por dónde empezar o que los hijos no parezcan interesados en la conversación. Iniciar este tipo de debates requiere un enfoque reflexivo y apropiado para su edad, y son clave para que desarrollen una mejor comprensión del mundo y tomen decisiones fundamentadas.

A continuación, se ofrecen algunas pautas generales sobre cómo prepararse para este tipo de discusiones:

- **Reflexionar sobre valores propios y conocimientos sobre el tema en cuestión.** – Ser crítico con valores propios y estar abierto a explorar el tema en cuestión antes de entablar cualquier conversación.
- **Considerar su edad y nivel de desarrollo.** – adaptar la conversación y enfocarla a la edad y etapa de desarrollo del niño. Utilizar un lenguaje y conceptos que puedan comprender y con los que puedan identificarse.
- **Saber cuándo hacer una pausa.** – si el niño muestra signos de estar molesto o abrumado, está bien hacer una pausa y volver a visitarlo cuando esté listo.

Recordar siempre que cada niño es diferente y el enfoque debe adaptarse a su personalidad y necesidades únicas. El objetivo es crear un ambiente de confianza y apertura donde puedan sentirse cómodos discutiendo temas delicados con usted.

### 4.1. Cómo iniciar una conversación

Utilice el acrónimo SECURE (seguro) para iniciar una conversación segura y útil con su hijo:

1. **S**eguro
2. **E**stablecer un objetivo
3. **C**rear un vínculo
4. **U**sar preguntas abiertas
5. **R**econocerlos
6. **E**mpatizar y aceptar

#### Empezar de forma segura

Encuentre un espacio físico tranquilo y seguro donde ambos se sientan cómodos hablando abiertamente.

### Establecer un objetivo

Establezca el estándar de que esta conversación no busca crítica ni castigo alguno, y que el niño puede compartir libremente sus pensamientos y experiencias.

### Crear un vínculo

¡Asegúrate de hacerles saber que estáis en el mismo equipo! Para iniciar la discusión, puede utilizar historias, fotos y vídeos o una experiencia que tengáis en común; esto puede hacer que la conversación sea más cercana y menos intimidante.

### Utilice preguntas abiertas

Hacer preguntas abiertas los anima a compartir sus pensamientos y sentimientos; esto también lo puede ayudar a usted a explorar lo que ya conoce sobre el tema. Además, presentarles un dilema y empoderarlos con opciones puede ayudarlos a desarrollar sus habilidades de pensamiento crítico y toma de decisiones.

### Reconocerlos

Utilice la escucha activa para demostrar que está realmente interesado en su perspectiva. Si su hijo revela algo personal y vulnerable, agradézcale por compartirlo.

### Empatizar y aceptar

Recuérdale a su hijo que lo ama y que está ahí para apoyarlo.

## 4.2. Conversaciones divertidas

En las siguientes secciones, se familiarizará con algunas de las formas en que puede hablar/charlar con sus hijos sobre algunos temas delicados. Verá que no se trata sólo de charlar sino también de crear el entorno, el ambiente, elegir el momento adecuado y ser creativo: para eso están todas estas actividades.

Como se ha dicho anteriormente, estas sesiones comenzaron como una co-creación de los socios del proyecto junto con los participantes de la Actividad de Aprendizaje, Enseñanza, Formación (LTTA) que eran padres y la mayoría de ellos a la vez profesionales (como educadores, psicólogos, etc.)

Allí se identificaron los temas que suelen estar estrechamente relacionados y que pueden influir en el acoso si no se comprenden adecuadamente. Se identificaron seis temas, y para todos ellos se brindaron algunos consejos generales, así como actividades/sesiones que puede utilizar para presentarles estos

temas a los hijos. Al comienzo de cada capítulo, encontrará las unidades sugeridas de nuestro material de aprendizaje donde potencialmente podrá encontrar información más detallada sobre el tema en cuestión.

#### 4.2.1. Compartir información en línea

*El contenido de estas sesiones está relacionado con:*

- **Unidad 2: ciberacoso** (2.3 “ciberacoso y la ley”, 2.4 “Tipos y formas de ciberacoso)
- **Unidad 3: Prevención de incidentes de acoso** (3.1 “Habilidades de alfabetización mediática para padres: riesgos en línea y datos personales”)
- **Unidad 4: Intervención en incidentes de acoso** (4.1. “Iniciar un debate sobre temas delicados”)

*Objetivos del aprendizaje*

- Establecer el hábito de tener una conversación continua y respetuosa sobre cómo todos usamos Internet y las Redes Sociales.
- Promover el uso consciente de Internet y las Redes Sociales y prevenir accidentes.
- Desarrollar el sentido crítico de lo que se encuentra y se comparte en Internet.

*Consejos generales para padres*

Hablar temprano y con frecuencia: hablar con los niños desde pequeños facilita el mantenimiento de una buena comunicación.

Antes de introducir estos temas, intenta reflexionar sobre tus propios comportamientos. ¿Cómo utilizas Internet y las Redes Sociales? ¿Qué ejemplo le das a tu hijo? Este puede ser un punto de partida para la conversación.

Es importante que su hijo se sienta cómodo, así que trate de escucharlo y crear una atmósfera acogedora y sin prejuicios. Haga preguntas abiertas y no insista si no tiene ganas de hablar. Cuando empiecen a hablar, espere y escuche con paciencia.

Los jóvenes a menudo evitan decirles a sus padres que tienen un problema en las Redes Sociales porque temen que sus padres les quiten el teléfono o la cuenta que tienen en redes. Por lo tanto, es mejor no amenazar con hacerlo, sino dejar claro que estás ahí para ayudar pero que para ello necesitas aclarar la situación.

Lo importante es que tu hijo hable con alguien si ha actuado mal. Trate de no enfadarse ni reaccionar de forma exagerada. El objetivo es razonar juntos sobre cómo eliminar contenidos problemáticos y corregir los daños causados.

### **Los temas más importantes que abordar son:**

- Reputación en línea: comprender el concepto de huella digital, que puede durar para siempre; pensando antes de publicar.
- Pensamiento crítico: sea crítico con lo que se puede encontrar en línea
- Seguridad personal: mantener la información privada con configuraciones de privacidad en los dispositivos y aplicaciones que utilizan; reflexionar sobre lo que compartimos.

### *Sesiones de conversación*

#### **1) Lo mejor de la Red**

Empiece por compartir con su hijo lo que les gusta a ambos de Internet. Partiendo de su opinión y de su uso de Internet, esto permitirá definir un terreno común sobre el que intercambiar opiniones. Puede hacer preguntas como:

- ¿Cuáles son nuestras aplicaciones o sitios favoritos?
- ¿Por qué te gusta o no?
- ¿Como lo usas?

Comenta las diferencias, siente curiosidad por su mundo. Es importante que el tono de la conversación sea positivo, para establecer que en un inicio no hablamos de Internet como un lugar peligroso. Esta percepción puede fomentarse mediante preguntas que busquen crear un intercambio entre usted y su hijo, como por ejemplo:

- ¿Cuáles son los sitios y aplicaciones que más os gustan entre tus amigos?
- ¿Qué cosas podemos hacer juntos online en nuestro tiempo en familia? ¿Se te ocurre algo?

Después, puedes intentar entrar un poco más en detalle, para ver qué uso hace tu hijo de las redes sociales y si también es consciente de los riesgos de Internet, preguntándole, por ejemplo:

- ¿Qué buscas en estas aplicaciones o sitios?
- ¿Qué compartes en ellas?
- ¿Mantienes contacto con tus amigos o también con personas desconocidas?
- ¿Cómo tienes configurados los ajustes de privacidad?

A partir de sus respuestas podrá darle consejos útiles, utilizando nuestras unidades didácticas, nuestro juego de RA y otros recursos recomendados.

Al final de esta sesión, podéis completar juntos este “acuerdo familiar de seguridad en línea”, proporcionado por NSPCC, una organización benéfica británica que trabaja en la protección infantil: [https://www.nspcc.org.uk/globalassets/documents/online-safety/online-safety---downloadable-resources/cso\\_familyagreement\\_interactive\\_jan2022.pdf](https://www.nspcc.org.uk/globalassets/documents/online-safety/online-safety---downloadable-resources/cso_familyagreement_interactive_jan2022.pdf). Aquí también podéis anotar lo que cada uno está de acuerdo. Asegúrese de que su acuerdo funciona para cada miembro de la familia y de que todos comprendan que es posible que sea necesario cambiar el comportamiento en línea para cumplir con el acuerdo.

## **2) ¿Falso o real?**

Uno de los riesgos que corren los niños al utilizar Internet es volver a publicar noticias falsas sin pensar. Es importante que los padres lo trabajen para garantizar que sus hijos tengan acceso a información fiable, para que puedan:

- Tener una visión equilibrada del mundo que les rodea.
- Tener debates fundamentados sobre temas que les apasionan.
- Formar una visión realista de diferentes aspectos de la sociedad.
- Expresarse en línea teniendo en cuenta otros puntos de vista.

Para hablar de este tema, puede empezar con cualquier noticia falsa que se encuentre en Redes Sociales. Puede preguntarle a su hijo qué piensa al respecto, si le parece una noticia real y por qué. Puede encontrar una guía sobre qué tipo de sugerencias puede darle en nuestros materiales de aprendizaje, pero se pueden resumir de la siguiente manera:

- **LEELO:** ¡no te conformes con el título! Lee la historia completa

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea en Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ello. Proyecto No. 2021-1-HR01-KA220-ADU-000035176

- **COMPRUÉBALO:** ¿cuál es la fuente? ¿Puedes encontrarlo incluso en una página de renombre? ¿Hay errores tipográficos o de contenido en el texto? ¿Es contenido promocionado o pago?
- **ESPERA:** espera antes de compartir.

Es importante que la conversación sobre lo que se puede encontrar en línea sea constante con toda la familia. Puede intentar hacer un juego de encontrar noticias falsas, tal vez ofreciendo un pequeño premio por cada noticia falsa que su hijo encuentre en sus redes sociales.

El juego de realidad aumentada de “De tal palo, tal astilla” proporciona una sesión de juego sobre este tema. También sugerimos el juego en línea “Encuentra la falsa”, que está desarrollado para jugarlo en familia (padres contra hijos) para reconocer noticias falsas. Está disponible gratis aquí: <https://www.internetmatters.org/issues/fake-news-and-misinformation-advice-hub/find-the-fake/>

### **3)Hacer “sexting” o no**

El término "sexting" se utiliza para describir el intercambio de fotografías, mensajes y videoclips sexualmente explícitos a través de mensajes de texto, correo electrónico o de su publicación en redes sociales.

Los adolescentes pueden enviar fotografías y mensajes a sus amigos, parejas o incluso extraños que conocen en línea.

El sexting incluye:

- Estar parcial o completamente desnudo, o en ropa interior
- Posando en una posición sexual
- Enviar “nudes” (fotos de desnudos)
- Hablar sobre comportamientos sexuales que estás haciendo o quieres hacer
- Mostrar conductas sexuales en una transmisión en directo

Es difícil para un padre abordar este tema. Puedes empezar por vídeos que ya están online, como, por ejemplo:

Vídeo 1: <https://www.youtube.com/watch?v=MHaeuBDsL0>, un vídeo que muestra cómo el sexting puede terminar diferente a lo que imaginabas;



Vídeo 2: <https://www.youtube.com/watch?v=RWxAimnKupE>, un vídeo que ayuda a comprender las consecuencias del sexting.

Después de mostrarles estos videos, puede comenzar a enfatizar la idea de que incluso si alguien te envía un mensaje sexual o un “nude”, no está bien compartirlo sin su permiso. Intente explicarle a su hijo que, si quiere pedir un “nude”, es importante que piense en:

- Cómo se sentirá la otra persona.
- ¿La otra persona está de acuerdo? ¿Hay consenso?
- ¿Cuántos años tenéis ambos? Ya que es ilegal pedirle a alguien menor de 18 años que envíe este tipo de contenido.
- Si esto ejercerá presión sobre la otra persona.
- ¿Qué podría pasar si lo haces?
- Y, por último, ¿cómo te sentirías tú en su posición?

Esta última pregunta le da a usted la oportunidad de cambiar de perspectiva y empezar a hablar sobre qué hacer si has enviado un desnudo y estás preocupado por lo que pueda pasar. Estas son las principales sugerencias que puede dar:

- Pedir que se borre el mensaje.
- No responder a las amenazas.
- Hablar con alguien en quien confíes.
- Informar de lo sucedido.

También puede preguntarle a su hijo si conoce a alguien que haya tenido este tipo de accidentes, o partir de noticias sobre este tema.

En este tema, es especialmente importante que su hijo no se sienta juzgado y no esperar que comparta su opinión o experiencias personales. El objetivo es que escuche sus consejos y sepa cómo afrontarlos si tiene algún problema.

*Materiales de apoyo*

- Childline: Página de una organización británica que trabaja con niños menores de 19 años y gestiona una línea de ayuda. Esta página también contiene recursos útiles: <https://www.childline.org.uk/>
- Internetmatters: una plataforma creada por algunos medios internacionales importantes para proporcionar recursos a padres y profesores para ayudarles a gestionar la vida digital de sus hijos: <https://www.internetmatters.org>
- En particular, se sugiere esta serie de seminarios en línea sobre diferentes temas relevantes: [https://www.internetmatters.org/digital-matters/modules/?user\\_type=parent](https://www.internetmatters.org/digital-matters/modules/?user_type=parent)
- NSPCC: una organización benéfica británica que trabaja en el campo de la protección infantil. Han establecido un “acuerdo familiar de seguridad en línea” que se puede completar junto con su hijo.

### Recursos

1. Innocenti, U.O. of R. (no date) Growing Up in a Connected World: Understanding Children’s Risks and Opportunities in a Digital Age. Available at: <https://www.unicef-irc.org/growing-up-connected>.
2. Protecting Your Child’s Digital Footprint in the Age of IoT (no date). Available at: <https://www.safespace.qa/en/topic/protecting-your-child%E2%80%99s-digital-footprint-age-iot>.
3. American Psychological Association, 2021. *How to talk to children about difficult news*. [Online] Available at: <https://www.apa.org/topics/journalism-facts/talking-children>
4. Cingel, D. P. et al., 2021. Parent Sensitive Topic Understanding, Communication Comfort, and Parent-Adolescent Conversation Following Exposure to 13 Reasons Why: A Comparison of Parents from Four Countries. *Journal of Child and Family Studies*.
5. Childline, Sexting and sending nudes: <https://www.childline.org.uk/info-advice/bullying-abuse-safety/online-mobile-safety/sexting/>

#### 4.2.2. Salud mental

El contenido de estas sesiones está relacionado con:

- **Unidad 3: Prevención de incidentes de acoso** (3.2. “Cultivar la empatía y el respeto – diversidad”, 3.3. “Resiliencia y autoestima – Apoyar a los niños para afrontar situaciones desafiantes”) y
- **Unidad 4: Intervención en incidentes de acoso** (4.1. “Iniciar un debate sobre temas delicados”, 4.2. “Consejos y sugerencias para apoyar a un niño víctima de acoso”) del material de aprendizaje “De tal palo, tal astilla”.

### *Objetivos de aprendizaje*

Para abordar la importancia de:

- Desarrollar la autoestima y la resiliencia en los niños.
- Cultivar la empatía en los niños
- Enseñar a los niños formas de autorregulación y lidiar con emociones delicadas.

Promover:

- Valores de empatía y respeto en los niños
- Hablando sobre salud mental y su importancia con los niños
- No rehuir discutir temas delicados con los niños

Y brindarles a los padres habilidades y herramientas específicas que los ayudarán a tratar diferentes temas relacionados con la salud mental y construir una conexión significativa con sus hijos.

**Estas sesiones se utilizarán junto con el juego de RA, como un recurso adicional para que los padres inicien una conversación con sus hijos sobre temas de los que puede parecer difíciles de tratar. Proporcionan ejemplos concretos de actividades y consejos sobre cómo hacerlo.**

### *Consejos generales para padres*

Antes de iniciar una conversación con sus hijos sobre salud mental, se recomienda a los padres que **planifiquen sus pensamientos con anticipación**. Esto significa que podría ser prudente pensar en lo que quieren decir, ya que una planificación previa puede hacer que la conversación sea más llevadera y dar la confianza a los padres para tomar las riendas de la conversación. Se recomienda a los padres que **inicien una conversación de este tipo en un momento de tranquilidad para ellos y sus hijos**. Un momento como este quizás podría ser después de cenar o mientras preparamos el almuerzo del día siguiente.

El lugar también es un elemento crucial, ya que la conversación debe desarrollarse **en un lugar sin distracciones**, por ejemplo, en casa. En cualquier caso, el elemento crucial del tiempo y el lugar es que sus hijos sean el único centro de atención mientras mantienen esta conversación (Asociación Estadounidense de Psicología, 2021). Una posible forma de iniciar una conversación de este tipo con el niño podría ser utilizar una frase como “sentémonos a hablar de ello, que quiero escuchar tu opinión” (LiveWithoutBullying.com, sf).

Otra forma de iniciar esta conversación es utilizar algún tipo de excusa para introducir el tema en el diálogo, como por ejemplo una publicación en las redes sociales, un artículo o una película que haga referencia al tema podrían brindarles a los padres la oportunidad de iniciar la discusión (Cingel, et al. ., 2021). Los padres no deben tener miedo de **compartir sus sentimientos con sus hijos**. De esta manera, los niños pueden reconocerlos, pero también pueden darse cuenta de que, a pesar de que sus padres estén molestos, pueden recuperarse y superar las dificultades (Asociación Estadounidense de Psicología, 2021).

**Sea sincero**. Se recomienda a los padres exponer los hechos en un nivel que los hijos puedan comprender, sin subestimar sus preocupaciones y sin recurrir a promesas difíciles de cumplir. Si los padres se sienten inseguros acerca de algo, es posible responder que no lo saben, mientras le aseguran al niño/adolescente que no lo ignorarán (LiveWithoutBullying.com, sf).

Durante esta delicada conversación, los padres deben **adoptar** en todo momento **una postura tranquila**, ya que esto podría ser un factor tranquilizador para el niño. Además, es imperativo que los padres:

- ✓ **escuchar atentamente lo que los niños y adolescentes tienen que decir**
- ✓ **Evite el tono crítico, las amenazas y las etiquetas.**

## *Sesiones de conversación*

Lo primero y más importante que se debe hacer es **crear un ambiente positivo y seguro**. Cree un entorno en el que los niños se sientan cómodos y no tengan miedo de ser juzgados, avergonzados o culpados.

### **1) Desarrollar la resiliencia y la autoestima**

Una parte importante del trabajo hacia la resiliencia es el autocuidado. Sea un modelo a seguir y enséñele a su hijo cómo cuidarse adecuadamente. Ayúdelos a tener más tiempo para comer adecuadamente, hacer ejercicio y dormir lo suficiente.

→ Enséñeles algunas **técnicas de atención plena**, que les ayudarán a generar confianza, afrontar el estrés y relacionarse con momentos incómodos o desafiantes. Hay una serie de resultados positivos al utilizar este método, tales como: autocontrol, compasión, capacidad para resolver conflictos, bienestar general, disminución de los niveles de estrés, depresión, ansiedad, comportamiento disruptivo... (Mindful.org). Un gran ejemplo es esta **práctica de gratitud**:

Pregúntele a su hijo: “¿Alguna vez te has sentido decepcionado por algo o alguien?”

*Pregunte: “¿Cómo te hizo sentir eso?”*

Reconozca sus sentimientos y, si procede, hable de ellos.

Diga algo como: “Apuesto a que incluso cuando te sientes decepcionado, también suceden cosas buenas en tu vida. Mencionemos tres cosas buenas juntos”.

Consejos para nombrar tres cosas buenas:

Recuerde a su hijo que el objetivo de este juego no es fingir que no está molesto cuando si lo está. Es recordar que pueden sentir dos cosas a la vez: pueden sentirse agradecidos por las cosas buenas y al mismo tiempo sentirse tristes, heridos o decepcionados por los desafíos. Si los niños o adolescentes tienen

problemas para pensar en tres cosas buenas por sí solos, haga una lluvia de ideas y ayúdelos a descubrir algunas. Cuando los niños comprenden que este juego no se trata de esconder sus sentimientos debajo de la alfombra, la frase “tres cosas buenas” puede convertirse en una respuesta divertida y juguetona a las pequeñas quejas que aparecen en la vida familiar. Los padres pueden animar a sus hijos a recordarles que deben nombrar “Tres cosas buenas” cuando también estén atrapados en una decepción trivial o en una molestia menor. Para desarrollar el hábito del agradecimiento, juegue a nombrar “tres cosas buenas” cuando estén sentados a la mesa, antes de acostarse y en otros momentos en los que la familia esté junta.

→ Enséñeles cómo **establecer metas realistas**. Enseñe a los niños a fijarse en primer lugar objetivos realistas y luego ayúdelos en el camino para alcanzarlos, ya que esto les ayudará a centrarse en tareas específicas y avanzar ante los desafíos. Primero, enséñelos a cómo establecerlos y posteriormente como conseguirlos, ya que esto les ayudará a centrarse en tareas específicas y a seguir avanzando ante los retos.

Haga preguntas como:

*“¿Qué es algo que desearías poder lograr?”*

*“¿Cuál es un desafío del que te sentirías muy orgulloso de superar?”*

*“¿Qué harías si tuvieras la certeza de que vas a conseguirlo?”*

Ayude a su hijo a pensar en UNA meta importante que le gustaría lograr este año. Asegúrese de que el objetivo sea específico, medible y rastreable. Por ejemplo, evite objetivos vagos como "Prestaré más atención en clase este año". No hay una manera clara de saber cuándo o si se ha logrado este objetivo. Aquí hay ejemplos de objetivos mensurables que son mucho más efectivos:

"Tomaré notas diarias este año y las revisaré cada semana".

"Este año intentaré sacar un punto más en matemáticas".

Su hijo necesita poder reconocer su progreso hacia su objetivo, así que asegúrese de que sea algo específico y mensurable.

## **2) Cultivar la empatía en los niños**

Los adultos tienden a sentir una mayor empatía por un individuo cuando lo perciben como similar a ellos. También les resulta más fácil empatizar con alguien que les resulta familiar.

- Para ayudar a los niños a apreciar nuestro mundo diverso, **debe redirigirse su comportamiento intolerante**. Si ve a su hijo actuar o hablar en contra de diversos grupos, hable con él al respecto. Hablad sobre por qué es importante tratar a todos con amabilidad e igualdad. Hablad sobre eventos actuales a un **nivel apropiado para su edad** con la ayuda de recursos.

Haga preguntas abiertas y escuche sin juzgar. Anime a su hijo a seguir haciendo preguntas expresando sus valores de diversidad e inclusión sin cerrar la conversación.

Por ejemplo:

- *“Háblame de la chica de tu clase de la que se están burlando. ¿Por qué crees que esos niños se están burlando de ella?”*
- *“¿Cómo crees que se siente la niña cuando otros dicen esas cosas sobre ella?”*
- *“¿Cómo se puede ayudar a una persona que se siente excluida o triste?”*

Reconocer las diferencias. Los niños los notan, así que no hay necesidad de fingir que no existen. Enfátice los aspectos positivos de las diferencias y sea honesto acerca de las formas en que se maltrata a las personas por sus diferencias (género, orientación sexual, raza, etc.).

Si su hijo está siendo grosero o irrespetuoso, no lo ignore. Sea claro y firme al dejarles claro que ciertos comportamientos no serán tolerados. Por ejemplo, si está hablando con su vecino y su hijo sigue interrumpiendo su conversación, dígame que le dé algo de tiempo y que estará disponible una vez que termine su conversación. Esto les ayuda a comprender que interrumpir las conversaciones es de mala educación y que, en lugar de ignorarlos, simplemente les está pidiendo que esperen hasta que pueda atender sus necesidades.

### **3) Lidiar con emociones delicadas**

Brinde a los niños el apoyo que necesitan para desarrollar **habilidades consistentes de autorregulación**. Los niños se sentirán apoyados para desarrollar habilidades de autorregulación si los padres practican la “crianza positiva”, un enfoque sensible y receptivo a la crianza que los hace sentir seguros.

→ El objetivo es **empatizar con los niños, ofrecerles afecto y apoyo, y crear situaciones que les faciliten comportarse de forma cooperativa y constructiva**. Queremos que los niños se autorregulen desde dentro, y los estudios sugieren que es más probable que los niños desarrollen un sentido interno del bien y del mal si sus padres utilizan la disciplina inductiva, un enfoque que enfatiza explicaciones racionales y consecuencias morales frente a reglas arbitrarias y castigos severos.

Cuando los niños se sienten abrumados por sus emociones, existen algunas estrategias para calmarse que los padres pueden enseñarles para relajarse y tranquilizarse ellos mismos.

Para enseñar a sus hijos a respirar hondo cuando están molestos, practique cuando ellos estén felices. Dedicad unos 10 minutos varias veces a la semana para practicar “cómo apagar las velas de un pastel imaginario” (o real). Observe cómo, cuando los niños quieren apagar todas las velas, inhalan profundamente de forma instintiva. Por ello, cuando la situación lo requiera, recuérdelos que “apaguen las velas del pastel de cumpleaños” antes de hacer cualquier otra cosa.

También puede enseñarles otras estrategias para calmarse, como salir de la situación caminando hasta su habitación, contar hacia atrás de 10 a 1, apoyarse contra una pared, estrujar una almohada o tomar un descanso y beber un vaso de agua. Intente pensar con su hijo en una frase que lo haga relajarse y saber que está a salvo. Por ejemplo, "Lo tengo controlado" o "Esto pasará", etc. Este puede ser el mantra que pueden usar como estrategia para calmarse repitiéndolo varias veces cuando la situación se complique.

Una vez que todas estas habilidades se han adaptado para los niños, hablemos sobre la autorregulación de sus emociones. ¿Alguna vez ha pasado mucho tiempo después de una acalorada discusión furioso por cosas que debería haber dicho? Pues no está solo. Para la mayoría de las personas, es difícil encontrar la respuesta óptima durante una intensa excitación emocional. Sin embargo, en lugar de reprenderte o sentir lástima por ti mismo, puede optar por aprender y crecer a partir de su experiencia. Piense en este paso como su oportunidad de romper el ciclo de reacciones instintivas y dar forma a su respuesta futura. Una estrategia sorprendentemente sencilla es visualizar un final feliz para la situación que provocó esa emoción intensa. Sin embargo, una regla es que no se pueden cambiar ni las personas ni los aspectos del entorno externo. Lo único sobre lo que tienes control es tu propia respuesta. Imagínese manejando bien la situación y controlando esa emoción intensa. ¿Qué podría haber hecho o dicho para lograr ese final feliz? Escriba acciones y palabras específicas que le ayudarán a conseguir el final que desea: ¿Cómo quiere



sentirse? ¿Qué quieres decir o hacer que suceda? Si les grita a sus hijos y decide que quiere estar tranquilo la próxima vez que discutan, ensaye mentalmente los pasos específicos. De esta manera, esa elección consciente estará más disponible la próxima vez. Orientar a los niños debe realizarse cuando estén tranquilos. El primer paso importante de regulación emocional que puede enseñar a sus hijos es la aceptación de todas las emociones. No siempre se está conforme con cómo te sientes, pero se puede desarrollar la valentía para enfrentar lo que sea. No intente controlarlo. Huya de ello o actúe en consecuencia. Simplemente déjelo estar. Una vez que lo domine, podrá empezar a enseñárselo a sus hijos de la misma manera.

### *Materiales de apoyo*

- <https://www.mindful.org/mindfulness-for-kids/#activities>
- <https://biglifejournal.com/blogs/blog/key-strategies-teach-children-empathy>
- <https://mcc.gse.harvard.edu/resources-for-families/5-tips-cultivating-empathy>
- <https://parentingscience.com/empatía-en-niños-y-adolescentes>

### *Recursos*

1. Asociación Estadounidense de Psicología, 2021. Cómo hablar con los niños sobre noticias difíciles. [En línea] Disponible en: <https://www.apa.org/topics/journalism-facts/talking-children>
2. Cingel, DP et al., 2021. Comprensión de los temas sensibles de los padres, comodidad en la comunicación y conversación entre padres y adolescentes después de la exposición a 13 Reasons Why: una comparación de padres de cuatro países. Revista de estudios sobre el niño y la familia.
3. LiveWithoutBullying.com y LiveWithoutBullying.com. [En línea] Disponible en: <https://livewithoutbullying.com/es/home-es>

#### 4.2.3. Diversidad cultural

En el material de aprendizaje de la subunidad “Cultivando la Empatía y el Respeto – La diversidad”, se señaló la importancia de enseñar empatía a los hijos como clave para construir buenas relaciones y, por ende, como clave para prevenir el acoso.

Recordando la definición de empatía, esta es la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de otra persona. Implica reconocer y asimilar las emociones que otra persona está experimentando y ser capaz de responder de una manera que demuestre comprensión y preocupación. Por tanto, la empatía es una capacidad imprescindible en los niños para poder aceptar todo lo que les resulta extraño y acogerlo, incluidas las culturas extranjeras y la interacción con personas con características raciales y culturales diferentes a las suyas.

No debe darse por sentado que el niño responderá bien en un entorno multicultural a menos que su entorno familiar ya le haya introducido en la diversidad cultural. Como padre tienes la responsabilidad de transmitir aceptación y respeto por las culturas extranjeras, aunque abordar el tema de la diversidad cultural no siempre es tan fácil. Hablar sobre multiculturalismo, diversidad cultural y racismo puede ser un desafío y los padres pueden quedarse en blanco frente a sus hijos. Es por esto que brindamos consejos y recursos prácticos que lo ayudarán a iniciar un debate sobre la diversidad cultural.

### *Objetivos del aprendizaje*

- Tener la confianza para discutir la diversidad cultural en un ambiente abierto y seguro y animar a los niños a hacer preguntas.
- Enseñar qué es un estereotipo y cómo desafiar las opiniones prejuiciosas en su entorno y en los medios de comunicación.
- Sentirse cómodo en entornos multiculturales.
- Enseñar no sólo a aceptar sino también a respetar las diferencias culturales de los demás.
- Celebre el multiculturalismo

## *Consejos generales para padres*

Consejos para padres antes de iniciar un debate sobre diversidad cultural (UNICEF, 2022 y Cruz Roja Británica, 2020):

- 1. Prepárate e infórmate:** Si nunca ha experimentado hablar sobre diversidad cultural o usted mismo no ha experimentado el racismo, es posible que no esté seguro de cómo hablar de ello. Para tener confianza al hablar de este tema con los niños, primero debe explorar el tema usted mismo.
- 2. Ponte en la piel del niño:** Reflexione sobre sus propias experiencias cuando era niño, pero también tenga en cuenta las diferencias del entorno social actual.

### **Piense en estas preguntas:**

- ¿Cuándo notó por primera vez la presencia de diferentes razas cuando era niño? ¿Cómo le dió sentido a las diferencias entre las personas?
  - ¿Qué le confundió?
  - ¿Qué experiencias de infancia tuvo con personas que eran diferentes a usted de alguna manera?
  - ¿Cómo le apoyó un adulto, si es que alguna vez lo hizo, a pensar en las diferencias culturales?
- 3. Esté preparado para no tener todas las respuestas a las preguntas que tiene su hijo:** comprender el multiculturalismo es un viaje de aprendizaje tanto para adultos como para niños. No se espera que usted sepa todas las respuestas y no debe ocultárselo a su hijo. En lugar de dar respuestas apresuradas, responda sinceramente que no lo sabe y que necesita tiempo para pensar en ello.
  - 4. Hablar abierta y positivamente sobre la diversidad cultural:** Si no hablas con tu hijo sobre las diferencias culturales, lo dejas expuesto a estereotipos culturales incorrectos y dañinos difundidos por su entorno cercano o por los medios de comunicación.
  - 5. Tenga conversaciones regulares sobre el multiculturalismo:** Aproveche los momentos cotidianos para reconocer cómo la cultura y la raza influyen en las diferentes experiencias de vida de las personas. Es importante reconocer que existe una discriminación sistémica basada en la cultura o en la raza. Puede verse a nuestro alrededor, desde los estándares de belleza hasta la visibilidad y

representación de las personas en la sociedad cotidiana. También afecta la forma en que viven, desde los trabajos que pueden conseguir hasta su bienestar personal y su sensación de seguridad.

6. **Utilice un lenguaje apropiado para su edad:** adapta el lenguaje a la edad de su hijo y no le dé demasiada información a la vez. La conversación se volverá más profunda y matizada a medida que crezcan.

### *Sesiones de conversación*

Puedes incorporar el tema de la diversidad cultural en diferentes situaciones, pero tampoco tema hablar de ello directamente. Los niños de tan solo 6 meses reconocen la raza y las diferencias raciales (Anderson & Dougé, 2020), por lo que nunca es demasiado pronto para hablar también de raza y racismo. Hablar de este último con regularidad y en ninguna ocasión especial es el primer paso para lograr un cambio social positivo.

#### **1) ¡Mapa del mundo!**

1. Compre un mapamundi de papel de gran tamaño y cuélguelo en una pared de la habitación del niño.
2. Empiece a mapear los países, las culturas, las atracciones, las costumbres y todas las demás particularidades que hacen del mundo un lugar tan fascinante.
3. No vea esto como una actividad puntual, conviértalo en un proyecto a largo plazo.
4. Dedique tiempo a cada continente y/o país para hablar de su gente, su cultura, su lengua y su historia.
5. Acompañe la actividad de mapeo con una película, un libro o incluso una canción sobre ese país en concreto, para que el niño pueda tener un conocimiento más preciso del país. Los medios visuales como fotografías, vídeos y películas son especialmente útiles.

#### **2) Ir más allá de los libros de texto de historia escolares**

1. Una vez que van al colegio, los niños comienzan a aprender en historia sobre su país.
2. Como padre, a menudo hay que ayudar a los hijos con sus estudios. Aproveche esta oportunidad para hablar de diversidad cultural.

3. Se pueden abordar los siguientes temas sobre la historia nacional que se imparte en las escuelas:
  - a. La influencia de culturas extranjeras en su cultura.
  - b. El papel de los gobiernos y pueblos extranjeros en momentos importantes de su historia nacional
  - c. Flujos migratorios, no sólo de la población extranjera hacia su país de origen sino también de la población nacional hacia otros países
  - d. Globalización e interdependencia política, económica y cultural.
4. La enseñanza de la historia en el colegio está sesgada, ya que sólo representa la perspectiva nacional y, por lo tanto, puede fácilmente inducirnos a pensar que estamos en una competición o unos contra otros y llevarnos a adoptar una actitud negativa hacia lo extranjero.

### **3) ¡Saborea la cultura!**

1. ¿Existe una mejor manera de presentarle a un niño otra cultura que llevarlo a comer a un restaurante extranjero?
2. Elija restaurantes auténticos operados por extranjeros, para que su hijo pueda tener una experiencia auténtica de la cultura extranjera.
3. Es probable que su hijo tenga muchas más dudas sobre la cultura, la comida, las formas diferentes de cocinar o de comer alimentos (la vajilla, los utensilios de cocina, comer en el suelo, compartir o no la comida, etc.). Por ello, probar comida extranjera es una buena oportunidad para hablar de diversidad cultural.

### **4) Hablen juntos sobre los medios de comunicación.**

1. Muestre interés en lo que su hijo ve y lee: películas, libros, canciones, noticias y tendencias en las redes sociales.
2. Hágales preguntas sobre lo que están viendo o leyendo. Por ejemplo:
  - ✓ ¿Qué opinas de lo que viste en la televisión/en Internet?
  - ✓ ¿Qué opinas de ese actor/actriz/cantante/futbolista y la forma en que se comportó en ese evento?
  - ✓ ¿Estás de acuerdo con la afirmación de ese actor/actriz/cantante/futbolista?
3. Otra oportunidad para hablar sobre la diversidad cultural puede ser a partir de la carrera de algún famoso de origen extranjero que le guste a su hijo y lo que ha logrado.

4. Del mismo modo, si a su hijo le gusta ver una película en particular en la que el personaje principal pertenece a una etnia o cultura diferente a la tuya, puede ser una oportunidad para discutir con él la diversidad cultural a partir de la trama de la película.

*Por ejemplo, la película Buscando a Nemo (2003) retrata una comunidad diversa de arrecifes en la que diferentes criaturas marinas con características propias interactúan entre sí y acogen diferentes comportamientos y discapacidades, promoviendo así la diversidad y la inclusión. Como padre, puedes preguntar:*

- ✓ *¿Te gustó la película?* Espere la respuesta de su hijo para ver si se dio cuenta del tema de la diversidad que aborda la película.
- ✓ *¿Qué pensaste sobre la escuela de Nemo y su amigo?* Espere nuevamente su respuesta.
- ✓ Después de su respuesta podrá abordar más directamente el tema de la diversidad cultural y hacer una analogía con su escuela. En la película vemos que todo tipo de peces van al mismo colegio y Nemo es amigo no sólo de otros peces payaso sino también de un hipocampo y una tortuga. Es como en la vida real, ¿no? Todos los días interactúas con personas de diferentes orígenes, países, culturas, etc.

### **5) Romper con los estereotipos culturales**

1. Hacer generalizaciones y estereotipos sobre la cultura es muy común y los niños pueden verse expuestos a ellos en cualquier parte: cuando van al colegio o cuando miran televisión.
2. Cuando escuche una generalización o estereotipo cultural, aproveche esta oportunidad para iniciar una conversación sobre el tema; no es necesario que sea seria, pero debe hablar sobre ello, ya que no debe dejar a su hijo con la sensación de que la generalización o el estereotipo es real y siempre cierto.
3. Una generalización o un estereotipo pueden ser tanto positivos como negativos.
4. Las generalizaciones son más flexibles que los estereotipos. Las culturales no se aplican a todos los individuos de un grupo cultural, permiten diferencias individuales y ayudan a crear conciencia cultural, dándonos un punto de partida desde el cual seguir aprendiendo sobre los demás.

#### Generalizaciones:

- ✓ *"La gente del país A tiende a tener un estilo de comunicación indirecto".*

- ✓ *"La gente del país B tiende a llegar puntual a sus citas".*
  - ✓ *"La gente del país C tiene una mentalidad más individualista en comparación con la gente del país D".*
5. Por el contrario, los estereotipos culturales no permiten la diferenciación individual, interfieren con los esfuerzos por comprender a los demás y pueden conducir a prejuicios y discriminación intencional o no.

Estereotipos:

- ✓ *"La gente del país A es grosera y no habla mucho".*
- ✓ *"La gente del país B son buenos y cálidos anfitriones."*
- ✓ *"Los niños del país C no son muy inteligentes y no les va bien en la escuela".*

*Materiales de apoyo*

**Material de lectura para que los padres profundicen sus conocimientos sobre la diversidad cultural:**

- [Más allá de la regla de oro](#): Una guía para padres para prevenir y responder a los prejuicios
- New York Times: [Una conversación sobre la raza](#)
- [Informes de países](#): Ofrecen contenido sobre cultura, idioma, religión, historia, geografía, economía, gastronomía, etc. sobre cada país del mundo.
- Museo Nacional de Historia y Cultura Estadounidenses: [Hablando de raza](#)
- [La biblioteca digital del mundo](#): equípese con materiales sobre las diversas culturas del mundo que pueda utilizar para enseñarle a su hijo sobre la diversidad cultural. Estos incluyen documentos históricos, incluidos libros, manuscritos, mapas, periódicos, revistas, grabados y fotografías, grabaciones de sonido y películas.

**Juegos y actividades digitales sobre diversidad cultural para padres e hijos**

- [Soluciones interactivas de diversidad](#): Una plataforma diseñada para que la gente piense en la diversidad y los prejuicios inconscientes.
- [Molii de Denali](#): Un juego de aventuras a través del cual los niños aprenden sobre la diversidad cultural.
- National Geographic: [Índice de diversidad lingüística](#): Utilice MapMaker Interactive para explorar la diversidad lingüística actual en todo el mundo.

- National Geographic: [Diversidad étnica en Houston](#): Enséñele a su hijo sobre la difusión de la diversidad observando los patrones de población en su ciudad y más allá.

### Vídeo didáctico sobre diversidad cultural para padres e hijos.

- National Geographic: [Cruzando fronteras](#): 4 vídeos que exploran el poder de las amistades interculturales para enfrentar generalizaciones y estereotipos hirientes.
- National Geographic: [El diálogo](#): tres vídeos que siguen a los estudiantes a medida que profundizan su comprensión mutua y sus habilidades para superar las diferencias culturales.

### Películas sobre diversidad cultural para padres e hijos

- [Akeela y la abeja \(2006\)](#)
- [Coco \(2017\)](#)
- [El cuento de la princesa Kaguya \(2013\)](#)
- [Wadjda \(2012\)](#)
- [Vaiana \(2016\)](#)
- [Monsters University \(2013\)](#)
- [Libres para ser tú y yo \(1974\)](#)
- [Buscando a Nemo \(2003\)](#)
- [Big Hero 6 \(2014\)](#)
- [Bailando en la luz: La historia de Janet Collins \(2015\)](#)

### Libros sobre diversidad cultural para padres e hijos.

- [Betty antes de X](#), Darienne Stewart
- [Chica Negra, Escuela Blanca](#): Prosperar, sobrevivir y "No, no puedes tocar mi cabello", Barbara Saunders
- [Cuenta conmigo](#), Nayanika Kapoor
- [Cómo encontrar lo que no estás buscando](#), Veera Hinandadani
- [Otras palabras para hogar](#), Jazmín Wargha
- [Americano nacido chino](#), Gene Luen Yang
- [El odio que das](#), Angie Thomas



## Recursos

1. Anderson, A. y Dougé, J. (25 de junio de 2020). Hablar con los niños sobre los prejuicios raciales. Niños sanos. Obtenido de: <https://www.healthychildren.org/English/healthy-living/emotional-wellness/Building-Resilience/Pages/Talking-to-Children-About-Racial-Bias.aspx>
2. Unicef. (2020, 2 de julio). Hablar con sus hijos sobre el racismo. Obtenido de: <https://www.unicef.org/parenting/talking-to-your-kids-about-racism>
3. Cruz Roja Británica. (2020). Hablando con niños y jóvenes sobre raza y racismo. Obtenido de: <https://www.redcross.org.uk/get-involved/teaching-resources/talking-with-children-and-young-people-about-race-and-racism>
4. <https://www.learningforjustice.org/>
5. <https://www.common sense media.org/>
6. [https://www.imdb.com/?ref =nv\\_home](https://www.imdb.com/?ref =nv_home)

#### 4.2.4. Identidad de género

Cuando se trata de identidad de género, las ideas sobre lo que significa ser niña o niño están por todas partes, y estas ideas tienen una gran influencia en los niños. La mayoría de los niños comienzan a identificarse con un género sobre los 3 años, incluidos los individuos con inconformidad de género. Como parte de la creación de una sociedad más inclusiva y tolerante, se debe enseñar a los niños y jóvenes a respetarse unos a otros independientemente de estas diferencias. Las investigaciones han demostrado que los niños cuyas expresiones no coinciden con lo que se espera de ellos según su género pueden correr más riesgo de ser victimizados por acoso. Hablar de diversidad de género puede ayudar a los niños a comprender mejor el mundo social que les rodea, pero también a conocerse a ellos mismos y a tratar al resto con amabilidad y respeto.

Este tema está relacionado con las Unidades 3 'Prevención de incidentes de acoso escolar' y 4 'Intervención en incidentes de acoso escolar' del material de aprendizaje desarrollado.

#### *Objetivos del aprendizaje*

- Ser capaz de explicar las diferencias entre género y sexo biológico.
- Poder comprender mejor la diversidad de género que existe
- Ser más receptivos a la diversidad y a las personas con identidades de género diferentes a las suyas.
- Tratar a los demás con amabilidad y respeto

#### *Consejos generales para padres*

- **Reevalúe sus propias suposiciones**— supervise y comprenda sus propios sentimientos antes de iniciar cualquier conversación, e investigue un poco para aprender más sobre el tema si no se siente preparado.

- **Hágalo en una conversación continua**– utilizar momentos e invitaciones cotidianas (es decir, algo que vieron en la escuela o en los medios de comunicación) para cuestionar los roles de género y hablar sobre este tema.
- **Aborda la conversación con curiosidad y amor.**

Los niños de todas las edades deben saber que todos merecen amor y respeto, independientemente de cómo se identifiquen. Si no está seguro de algo, ofrezca su apoyo para explorarlo juntos y abrir caminos para una mayor comunicación.

### **Preguntas e inquietudes comunes**

- **Si estás hablando de género, ¿no estás hablando también de reproducción?**

No, cuando hablamos de género, hablamos de identidad y expresión propia, como la elección de ropa, etc.

- **¿Hablar de género no animará a mi hijo a ser transgénero?**

No es tan simple, y varios estudios (Garey, Woodward y Enenbach, 2023) demostraron que los padres no pueden "hacer" a sus hijos transgénero, sino que sólo influyen en su aceptabilidad cuando no se ajusten a expectativas estrictamente definidas. No todos los niños que hacen preguntas están molestos por esto, pero los niños LGBTQ+ corren un mayor riesgo de sufrir desafíos como la depresión y la ansiedad, especialmente si se sienten rechazados por familiares o amigos.

### *Sesiones de conversación*

#### **1) Vivir fuera de la 'cuadrícula'**

- Inicie la actividad diciendo: 'Todos tenemos diferentes cosas que nos gustan: colores, juguetes, juegos, etc. Pensemos en algunas cosas y decidamos si es para niñas, niños o ambos.'
- Comparta algunas ideas, como los colores rosa y azul, una pelota, una muñeca, etc., y colóquelas con su hijo en categorías.
- Reflexione sobre sus elecciones y concluye que "los colores/juguetes son sólo colores/juguetes" y no tienen por qué ser para niños o niñas sino para todos.

- Otros ejemplos que puede utilizar podrían incluir:  
*"Las niñas deberían ser cariñosas, mientras que los hombres deberían ser fuertes"*–  
Puede desafiar este estereotipo utilizando superhéroes femeninas como Mulán, Wonder Woman o ejemplos de la vida real como las atletas femeninas.

## **2) Atuendos y peinados (sacado de Gender Spectrum, 2015)**

- Empiece la conversación diciendo que vais a probar varios atuendos y peinados juntos.
- Distribuya los folletos [Qué traje](#) Y [Qué peinado](#).
- Dígale a su hijo que se tome unos minutos para colorear las fichas y luego que elija los peinados y conjuntos que le gusten o que se haga el suyo en la parte de atrás.
  
- Reflexionad sobre sus elecciones:
  - ¿Por qué elegiste esto?
  - ¿Qué significa esto para ti?
  - ¿Crees que los hombres pueden tener el pelo largo o las mujeres tener el pelo corto?
  - ¿Está bien que los hombres usen vestidos?

Enfatice nuevamente la noción de que las cosas son sólo cosas, mostrándole, por ejemplo, hombres en Escocia o Chipre vistiendo faldas como uniforme tradicional.

## **3) Rojo: la historia de una cera.**

- Utilice la siguiente historia desarrollada por Michael Hall como base para su conversación: 'Rojo, una cera con una etiqueta roja brillante, que en realidad es azul. La maestra, la madre y los compañeros de Rojo intentan ayudarlo a ser rojo. Pero Rojo está muy frustrado. ¡Simplemente no puede ser rojo, no importa cuánto lo intente! Finalmente, un nuevo amigo le enseña una nueva perspectiva y Rojo descubre lo que los lectores han sabido desde el principio. ¡Es azul!'
- Utilice el enlace aquí para escuchar la historia y ajustarla como se prefiera:

<https://www.youtube.com/watch?v=LtWRZWp-QoA>

- Preguntas para reflexionar:
  - ¿Por qué está triste Rojo?
  - ¿Puede alguien ser rojo por fuera, pero sentirse azul por dentro?
  - ¿Crees que podemos saber todo sobre una persona en función de su apariencia?
- Utilice esta historia para hablar sobre la complejidad del género con su hijo y hágale saber que cómo nos sentimos por dentro es personal y único para cada uno de nosotros, y esto puede ser diferente de cómo nos vemos por fuera. ¡Hay más en la gente de lo que podemos ver!

### *Materiales de apoyo*

#### **Materiales para el desarrollo personal**

- Sexo biológico y género explicados -<https://www.youtube.com/watch?v=Y19kYh6k7ls>
- Discutir sobre género con niños: preocupaciones y preguntas comunes - <https://www.aps.edu/equal-opportunity-services/documents/handouts/handoutDiscussingGenderwithKids.pdf>
- ¿Cómo hablar con tus hijos sobre identidad de género? <https://www.youtube.com/watch?v=mnLXFRJiGDU&t=222s>

#### **Materiales útiles para usar con niños**

- Folletos que puede utilizar para la segunda actividad: [Qué traje](#) y [Que peinado](#).
- Rojo: la historia de una cera- <https://www.youtube.com/watch?v=LtWRZWp-QoA>
- Una lista de recursos e historias adicionales para que educadores y padres inicien debates sobre la identidad de género: <https://welcomingschools.org/resources/lesson-plans-gender-identity-transgender-non-binary>

## Recursos

1. Burga, S. (2023) Cómo hablar con tus hijos sobre género, Hora. Disponible en: <https://time.com/6284734/how-to-talk-to-kids-about-gender/> (Consulta: 28 de julio de 2023).
2. Butler, J. (2009) *Deshacer el género*. Nueva York: Routledge.
3. Cosker-Rowland, R. (2023) 'Trabajo reciente sobre identidad de género y género', *Análisis* [Preimpresión]. doi:10.1093/analys/anad027.
4. Garey, J., Woodward, E. y Enenbach, M. (2023) *Cómo apoyar a los niños que tienen dudas*, Child Mind Institute. Disponible en: <https://childmind.org/article/how-to-support-kids-who-are-questioning/> (Consulta: 20 de julio de 2023).

#### 4.2.5. Discapacidad

El contenido de estas sesiones está relacionado con las siguientes unidades y subunidades de “Los materiales de aprendizaje del Padre”:

- **Unidad 1: Introducción al acoso** (1.1. “Definiciones”)
- **Unidad 3: Prevención de incidentes de acoso** (3.2. “Cultivar la empatía y el respeto – la diversidad”, 3.3. “Resiliencia y autoestima – Apoyar a los niños para afrontar situaciones desafiantes”)
- **Unidad 4: Intervención en incidentes de acoso escolar** (4.1. “Iniciar un debate sobre temas delicados”).

#### *Objetivos del aprendizaje*

- Abordar el tema de la discapacidad utilizando los términos adecuados
- Entrenar el respeto y la empatía, en lugar de la lástima
- Mejorar la tolerancia en la visión de algo diferente

#### *Consejos generales para padres*

La presentación del tema de la discapacidad a niños de 10 a 15 años se puede abordar con sensibilidad, inclusión y un lenguaje apropiado para su edad. A continuación, se ofrecen algunos consejos sobre cómo hacerlo en 10 pasos:

1. **Definir la discapacidad en términos simples:** comience definiendo qué significa discapacidad en un lenguaje sencillo que los niños puedan entender. Explique que esta se refiere a una condición

que puede afectar el cuerpo o la mente de una persona de diferentes maneras, haciendo que ciertas tareas o actividades sean más desafiantes.

2. **Resaltar los puntos en común:** enfatizar que la discapacidad es una parte natural de la diversidad humana y es algo que le puede pasar a cualquiera. Es fundamental crear un entorno inclusivo donde todos sean respetados y valorados, independientemente de sus capacidades.
3. **Utilizar un lenguaje empático:** anime a los niños a utilizar un lenguaje empático cuando hablen sobre discapacidad. Explique que usar palabras y frases respetuosas es importante porque muestra bondad y comprensión hacia los demás.
4. **Mostrar ejemplos positivos:** comparta historias y ejemplos de personas con discapacidades que han logrado grandes cosas y han hecho contribuciones significativas a la sociedad. Resalte sus talentos, fortalezas y logros para desafiar los estereotipos e inspirar empatía.
5. **Promover la comprensión de las diferentes discapacidades:** discuta varios tipos de discapacidades, como discapacidades físicas, sensoriales, intelectuales y de aprendizaje (TDAH, dislexia, discalculia, etc.). Explique cómo cada tipo puede presentar desafíos y fortalezas únicos.
6. **Fomentar preguntas:** permita que los niños hagan preguntas sobre la discapacidad abiertamente. Responda sus preguntas de manera honesta y apropiada para su edad. Esté preparado para abordar cualquier idea errónea que puedan tener, que puede ser la base de la discriminación.
7. **Promover la inclusión:** discuta la importancia de crear una comunidad inclusiva donde todos se sientan aceptados y apreciados por quienes son. Anime a los niños a apoyar y a ser comprensivos con sus compañeros con discapacidades.
8. **Enseñar a no imponer ayuda:** Transmita a sus hijos cómo decirles a sus compañeros discapacitados que están ahí para cualquier cosa que puedan necesitar, sin imponer su ayuda si no lo desean. Muchas personas con necesidades especiales son muy independientes y se sienten peor cuando otros hacen algo que pueden hacer sin pedirlo.
9. **Abordar el acoso y el estigma:** habla sobre el impacto negativo del acoso y la estigmatización de las personas con discapacidad. Alentar a los niños a oponerse a cualquier forma de discriminación y a ser defensores de la inclusión.
10. **Involucrar experiencias personales:** si tiene experiencias personales relacionadas con la discapacidad o conoce a alguien que padezca alguna y que sus hijos también puedan conocer, considere compartir esas experiencias. Las historias de la vida real pueden ayudar a los niños a relacionarse con el tema a un nivel más profundo.



Recuerde, el objetivo es crear un ambiente donde los niños se sientan cómodos y seguros al hablar sobre discapacidad, fomentando la comprensión, la empatía y la aceptación. Sea siempre sensible a las necesidades y emociones individuales y adapte su enfoque en consecuencia.

### *Sesiones de conversación*

#### **1) Experimentar discapacidades físicas**

Se pueden simular discapacidades físicas a través de actividades interactivas que ayudan a los niños a experimentar los desafíos que enfrentan las personas con discapacidades físicas. Es importante abordar estas actividades con sensibilidad y empatía, asegurándose de que promuevan la comprensión y la inclusión. A continuación, se relatan algunas actividades para ayudar a los niños a comprender las discapacidades físicas:

- 1) **Carrera de obstáculos en silla de ruedas:** montar una carrera de obstáculos utilizando sillas de ruedas o simuladores de sillas de ruedas. Haga que los niños circulen por el recorrido y experimenten de primera mano los desafíos de manejar una silla de ruedas y superar obstáculos.
- 2) **Caminata con los ojos vendados:** vendar los ojos a los niños y guiarlos a través de una caminata corta, ya sea en interior o exterior. Esta actividad les ayuda a comprender cómo las personas con discapacidad visual dependen de otros sentidos y de ayudas para la movilidad, como bastones o perros guía, para navegar por su entorno.
- 3) **Tareas con una sola mano:** pedir a los niños que realicen tareas cotidianas con una sola mano, como comer, escribir o atarse los cordones de los zapatos. Esta actividad puede ayudarlos a comprender los desafíos que enfrentan las personas con discapacidades en las extremidades superiores.
- 4) **Desafío de comunicación para sordos:** usar tapones para los oídos para simular una discapacidad auditiva y luego involucrar a los niños en tareas de comunicación usando lenguaje de señas o notas escritas. Este ejercicio demuestra la importancia de la comunicación y la inclusión efectiva.
- 5) **Simulación sensorial:** crear estaciones de simulación sensorial donde los niños puedan experimentar diferentes discapacidades sensoriales, como visión reducida, pérdida de audición o

Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o la Agencia Ejecutiva Europea en Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ello. Proyecto No. 2021-1-HR01-KA220-ADU-000035176

disminución de la sensibilidad táctil. Estas estaciones pueden proporcionar información sobre los desafíos que enfrentan las personas con discapacidad sensorial.

A lo largo de estas actividades, fomente debates abiertos con los niños sobre sus experiencias y sentimientos. Analice los desafíos que enfrentan las personas con discapacidades físicas y lo que los niños pueden hacer para ayudar a sus compañeros discapacitados a superar las dificultades de su condición. Enfatique que las discapacidades físicas no definen el valor de una persona y que las personas con discapacidades pueden llevar una vida plena y exitosa.

## **2) Aprender a través de la dislexia**

La dislexia es sólo una de las muchas discapacidades del aprendizaje que los educadores y las escuelas están abordando con los recursos fundamentados y correctos en las últimas décadas. Esta discapacidad se puede simular a través de diversas actividades que les ayuden a experimentar los desafíos que enfrentan las personas con dislexia al leer y escribir. Sin embargo, es esencial abordar esta simulación con sensibilidad y asegurarse de que se realiza de manera solidaria y educativa. Aquí hay algunas actividades que pueden ayudar a los niños a comprender mejor la dislexia:

- 1) **Palabras desordenadas:** proporcionar a los niños oraciones o párrafos cortos en los que las letras estén mezcladas o revueltas. Pídales que lean las oraciones en voz alta o que intenten reorganizar las letras para formar palabras coherentes. Este ejercicio simula la dificultad que pueden experimentar las personas disléxicas al descifrar palabras.
- 2) **Escritura en espejo:** hacer que los niños intenten escribir palabras u oraciones reflejadas en un espejo (de derecha a izquierda). Esta actividad puede ayudarlos a comprender los desafíos que enfrentan algunas personas disléxicas al escribir.
- 3) **Inversiones de letras:** proporcionar palabras o letras invertidas (por ejemplo, "b" en lugar de "d" o "p" en lugar de "q") y pida a los niños que identifiquen la letra correcta. Las personas disléxicas suelen tener dificultades con la inversión de letras y palabras.
- 4) **Lectura con estrés visual:** utilizar superposiciones de colores o gafas que simulen el estrés visual, que suelen experimentar algunas personas con dislexia. Deje que los niños intenten leer pasajes usando estas superposiciones o anteojos para ver cómo afecta su capacidad de lectura.

- 5) **Desafío multitarea:** pedir a los niños que lean un pasaje mientras realizan simultáneamente otra tarea, como resolver un problema matemático simple. Las personas disléxicas pueden tener dificultades para realizar múltiples tareas y esta actividad puede demostrar las dificultades que enfrentan.

Recuerde, el objetivo de estas actividades no es frustrar o avergonzar a los niños sino fomentar la empatía, la comprensión y la conciencia sobre la dislexia. Después de cada actividad, converse con los niños para reflexionar sobre sus experiencias y los desafíos que encontraron. Aproveche esta oportunidad para explicar que la dislexia, al igual que otras discapacidades, es una diferencia en el aprendizaje y que las personas con dislexia pueden sobresalir en muchas otras áreas a pesar de enfrentar desafíos con la lectura y la escritura.

### **3) Conociendo la discapacidad intelectual**

Simular discapacidades intelectuales requiere máxima sensibilidad y una cuidadosa consideración. Es fundamental abordar este tema con empatía y respeto, teniendo en cuenta que las personas con discapacidad intelectual no deben ser tratadas como entretenimiento. El objetivo es fomentar la comprensión y promover la inclusión entre los niños. A continuación, se presentan algunas actividades que pueden ayudar a los niños a comprender mejor la discapacidad intelectual:

- 1) **Desafíos de aprendizaje:** proporcionar a los niños tareas que estén ligeramente por encima de sus capacidades actuales. Asegúrese de que las tareas sean apropiadas para la edad, pero lo suficientemente desafiantes como para simular la frustración que las personas con discapacidad intelectual pueden experimentar al aprender nuevos conceptos.
- 2) **Dificultades de comunicación:** realizar un ejercicio en el que los niños se comuniquen sin utilizar el lenguaje verbal. Pueden utilizar gestos, imágenes o dibujos simples para transmitir sus mensajes. Esta actividad les ayuda a comprender la importancia de los métodos de comunicación alternativos que suelen utilizar las personas con discapacidad intelectual.
- 3) **Desafío de velocidad de procesamiento:** dé a los niños una serie de instrucciones rápidamente y pídale que las sigan sin repetición. Esto puede simular los desafíos de velocidad de procesamiento que experimentan las personas con discapacidad intelectual.

- 4) **Herramientas de aprendizaje adaptativo:** presentar a los niños herramientas de aprendizaje adaptativo, como horarios visuales o tableros de comunicación utilizados por personas con discapacidad intelectual. Explique cómo estas herramientas ayudan a las personas con discapacidades a comprender mejor la información y navegar en sus rutinas diarias.
- 5) **Procesamiento sensorial:** crear actividades en las que los niños experimenten una sobrecarga de información sensorial, como luces brillantes, ruidos fuertes o superficies texturizadas. Analice cómo esto se relaciona con los desafíos del procesamiento sensorial que enfrentan algunas personas con discapacidad intelectual, como los niños en el espectro autista.

### *Materiales de apoyo*

#### **Películas:**

- Rising Phoenix, historia de los Juegos Paralímpicos (Netflix)
- Wonder, una película de Stephen Chbosky, historia de la novela Wonder de RJ Palacio

#### **Libros:**

- "No me llames especial: una primera mirada a la discapacidad", Pat Thomas
- "Pintaremos el pulpo de rojo", Stephanie Stuve-Bodeen
- "Mi hermano Charlie", Holly Robinson Peete, Ryan Elizabeth Peete

### *Recursos*

1. Panorama general de discapacidad y salud | CENTROS PARA EL CONTROL Y LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES. (2020, 15 de septiembre). Centros de Control y Prevención de Enfermedades. [En línea] Disponible en:<https://www.cdc.gov/ncbddd/disabilityandhealth/disability.html>
2. Tipos de problemas de aprendizaje – Asociación de Problemas de Aprendizaje de América. (Dakota del Norte). [En línea] Disponible en:<https://ldaamerica.org/tipos-de-discapacidades-de-aprendizaje/>

#### 4.2.6. Violencia y abuso sexual

Discutir el tema de la violencia y el abuso con estudiantes de primaria puede ser una tarea difícil, pero es importante hacerlo. Los niños necesitan saber qué son la violencia y el abuso y, sobre todo, cómo identificarse y protegerse.

Entre las principales ideas que se deben transmitir a los estudiantes se destacan:

- ¿Qué es la violencia y el abuso? Explica que la violencia es el uso de fuerza física o verbal para causar daño. El abuso es el uso del poder para controlar o dominar a otra persona.
- ¿Cuántos tipos de violencia y abuso existen y cómo se manifiestan? Existen muchos tipos diferentes de violencia y abuso, incluido el acoso físico, emocional, sexual y el ciberacoso.

- ¿Cómo identificar la violencia y el abuso? Los niños necesitan aprender a identificar los signos de violencia y abuso. Por ejemplo, si alguien les dice que no pueden contarle a nadie lo que está pasando, o si alguien los amenaza con hacerles daño.
- ¿Cómo protegerse de la violencia y el abuso? Los niños necesitan aprender a protegerse de la violencia y el abuso. Por ejemplo, si alguien te hace sentir incómodo, debes decírselo a un adulto de confianza.

Es importante recordar que cada niño es diferente y lo que funciona para un niño puede no funcionar para otro. Para ello, hay que adaptar el mensaje a la edad y madurez de los niños con los que se habla. Además, hay que tener en cuenta otros consejos a la hora de hablar con los niños sobre este tema.

- No intente hablar sobre este tema cuando los niños estén cansados, hambrientos o estresados. Elija un momento en el que estén tranquilos y atentos.
- No utilice eufemismos ni metáforas que puedan confundir a los niños. Explica qué es la violencia y el abuso de una forma clara y sencilla. Los niños pueden hacer preguntas delicadas o incómodas, pero es importante responderlas con honestidad y respeto.
- Los niños aprenden mejor a través de ejemplos concretos. Cuénteles historias o casos reales de violencia y abuso para que comprendan mejor el concepto.
- Hágalos saber que hay personas que pueden ayudarlos si están sufriendo violencia o abuso. Explique cómo pueden obtener ayuda de sus padres, maestros, amigos o servicios de apoyo.

### *Objetivos del aprendizaje*

- Identificar las señales de maltrato en sus diferentes tipos en el día a día.
- Reconocer las señales de violencia y abuso, y saber pedir ayuda si la necesitan.
- Desarrollar un sentido de autoestima y confianza en uno mismo, y aprender a respetarse a sí mismos y a los demás.

### *Sesiones de conversación*

### **1) Cuéntame una historia**

La actividad consiste en abordar el tema de las agresiones sexuales en la infancia, a partir del vídeo relato.

En un ambiente cotidiano distendido, comenta las siguientes ideas con tus hijos y entable una conversación con ellos. Una vez que termine la conversación, el vídeo sugerido completará el discurso.

- El abuso sexual se produce cuando alguien toca partes de tu cuerpo sin tu permiso.
- Los abusadores nunca engañan a los niños con falsas promesas.
- Todo el mundo tiene que aprender a protegerse.
- Los abusadores son siempre personas desconocidas.
- Si nos sentimos incómodos, podemos intentar decírselo a alguien de confianza.

#### **Materiales:**

[https://www.youtube.com/watch?v=UbtSJCw\\_lqw&ab\\_channel=NSPCC](https://www.youtube.com/watch?v=UbtSJCw_lqw&ab_channel=NSPCC)

**Duración:** 30 minutos

### **2) Mi persona de confianza**

Se hablará sobre las diferentes formas en que las personas se hacen daño entre sí y qué podemos hacer cuando esto suceda. Hablemos de cómo una persona puede herir a otra (entre hermanos o primos, entre padres e hijos...). Se preguntará a los niños de qué maneras las personas se hacen daño entre sí, antonado en una pizarra o en un mural lo que nos cuentan. Es probable que aparezcan conceptos como: pegar, empujar, insultar, intimidar, acosar en el colegio, por Internet o a través del móvil... Después, se organizan las diferentes formas de maltrato que se han mencionado en dos grandes grupos. Ejemplo:

- Acciones que molestan o lastiman el cuerpo: golpear, empujar, pellizcar fuerte, abusar sexualmente...
- Acciones que hieren las emociones: gritar, insultar, ignorar, humillar, dejarte solo en casa o en el colegio, dejar que tus amigos no te hablen, obligarte a hacer cosas que te hacen sentir mal...

De esta forma se ve que las cosas que nos molestan o dañan el cuerpo seguramente también dañan las emociones. Nos hacen sentir tristes, inseguros, enfadados, rechazados...

Pregúnteles:

- ¿Alguien te ha hecho daño alguna vez? ¿Físicamente? ¿Emocionalmente?
- ¿Podemos incluso hacernos daño a nosotros mismos? ¿Cómo?
- ¿Podría ocurrir que alguien de nuestro entorno pueda hacernos daño, un amigo, un familiar, un profesor...? Si esto sucediera, ¿A quién se lo podríamos explicar?

A continuación, se va a coger papel y pinturas y vamos a dibujar a una persona de confianza y escribiremos su nombre y los motivos por los que confiamos en ella: porque me hace reír, porque me cuida, porque me escucha, porque juega conmigo, porque me protege, etc. Servirá para reflexionar sobre las personas de confianza. La idea es que puedan conservar el dibujo y les sirva como recordatorio una vez finalizado el taller y si alguna vez tienen algún problema, pueden preguntar.

**Materiales:** Hojas en blanco y lápiz, colores.

**Duración:** aprox. 30 minutos

### **3) Secretos buenos y secretos malos**

Como es sabido, una de las estrategias de los abusadores es establecer un pacto de silencio con la víctima, apelando al respeto o a una amenaza; Romper esta dinámica es una forma de poner fin a estas situaciones. Es importante aclarar que también suele darse una situación de soborno, en la que el agresor promete un regalo a la víctima a cambio de su silencio.



Para trabajar qué es un secreto bueno o malo, se pedirá a los niños que respondan SÍ o NO sobre si la situación descrita en los siguientes ejemplos es un secreto que se debe guardar:

- Tu madre te pide que no le digas a tu abuela que le compró un regalo.
- Una amiga te cuenta que un chico mayor le hace cosas desagradables.
- Un vecino te ofrece regalos a cambio de caricias.
- Tus padres están preparando una fiesta sorpresa para tu hermano mayor.
- Un familiar acaricia una parte íntima de tu cuerpo cuando nadie lo ve y te pide que no lo cuentes.
- Tu hermana mayor te dice que tiene novio y te pide que no lo cuentes.

Una vez que saben la diferencia entre un secreto bueno y malo, deberán realizar juntos (padres e hijos) un cómic de 6 viñetas donde desarrollen una historia basada en un secreto bueno o malo. Las primeras 5 viñetas serán el desarrollo de la historia, y la última donde se sabrá si el secreto es bueno o malo. Cuando terminen, se colocarán en la habitación para recordárselo diariamente.

**Materiales:** Hojas en blanco y lápiz, colores.

**Duración:** aprox. 1 hora

*Materiales de apoyo*

**Cuentos, libros y cómics:**

- "El niño que no sabía llorar" de Eva Furnari

- "La niña que no quería ser princesa" de Irene Vasco
- "El monstruo de colores" de Anna Llenas
- "El cuento de la luna" de Laura Gallego
- "El libro de los abrazos" de Anna Llenas

#### **Películas:**

- "Un monstruo viene a verme" de Juan Antonio Bayona
- "La princesa Mononoke" de Hayao Miyazaki
- "El viaje de Chihiro" de Hayao Miyazaki
- "La historia de la princesa Kaguya" de Isao Takahata

#### *Recursos*

1. Ministerio de educación y formación profesional. (2022). Guía para la prevención de la violencia y el acoso escolar. Madrid: ministerio de educación y formación profesional.
2. Organización Mundial de la Salud. (2022). Violencia contra niños y niñas. Ginebra: organización mundial de la salud.
3. Unicef. (2022). Violencia contra los niños: un problema global. Nueva York: UNICEF.

### **4.3. Guía del juego RA**

La realidad aumentada (RA) mejora el mundo físico al agregar elementos digitales al móvil, creando la ilusión de que el contenido digital holográfico es parte del mundo real. Por lo tanto, la RA se utiliza para "escanear" el entorno en la vida real, analizar ese entorno (por ejemplo, una imagen/lugar/ubicación/etc.) y demostrar contenido virtual relevante en el móvil. Así, mirando la pantalla, los usuarios podrán ver el objeto real y al mismo tiempo la información presentada por el software de realidad virtual, mostrada como imagen/texto/vídeo/gif/modelo 3D.

La aplicación actual de la aplicación de realidad aumentada de “De tal palo, tal astilla” utilizará un software basado en marcadores de RA para ayudar a los profesores y estudiantes a navegar por el contenido más fácilmente. Esto significa que los objetos reales deben predefinirse junto con la información digital que se proporcionará, para que la cámara pueda reconocerlos.

En este proyecto, el objetivo real del juego será un manual (libro de instrucciones) impreso de tamaño A5 que revele fragmentos pequeños de información relacionada con los módulos educativos del proyecto (5P). El contenido derivará del Manual del Profesor.

Para poder jugar al juego de realidad aumentada de “De tal palo, tal astilla”, debes seguir estos sencillos pasos:

1. Visite esta página y cree una cuenta: <https://likefatherlikeson.lykio.com/login>
2. Luego presione el botón de descargar y abra la aplicación.
3. Ingrese sus datos de inicio de sesión en la aplicación y elija su avatar.
4. ¡Abra el folleto “De tal palo, tal astilla”, escanee las imágenes y comience a jugar!

## 5. Conclusión

Lo que tuvo la oportunidad de leer es un conjunto completo de pautas que resume todo el proyecto y proporciona información sobre todos los resultados del mismo. No está previsto que se utilice como un resultado independiente, sino más bien como un valor adicional al proyecto en sí: para asegurarse de no perder ningún paso, para saber cómo navegar por los resultados y otros materiales y para ser consciente de las expectativas a la hora de analizar el proyecto en su conjunto.

Los esfuerzos para lograr el resultado de este proyecto también cuentan con el apoyo del principal grupo destinatario del proyecto, que son los padres. Se basa en ideas extraídas de proyectos anteriores exitosos en los que los padres también fueron quienes sugirieron dichos materiales.

Es por eso que, una vez más, es importante señalar que los padres tuvieron un papel importante en este resultado y esto también sirve como agradecimiento a todos los que participaron, se tomaron el tiempo para colaborar en la sesión de co-creación o en la prueba piloto y brindaron retroalimentación muy necesaria. Con base en esa retroalimentación, el resultado fue actualizado y concluido.

Dicho eso, gracias a todos los involucrados de alguna manera, ustedes son la verdadera chispa y los verdaderos héroes en el camino hacia la prevención del acoso.

Para formar parte de esto aún más, asegúrese de visitarnos en uno de los siguientes enlaces:

Sitio web: <https://likefatherlikeson.eu/>

Facebook: <https://www.facebook.com/likefatherlikesoneu>

Instagram: [https://www.instagram.com/likefatherlikeson\\_eu/](https://www.instagram.com/likefatherlikeson_eu/)

Mantengase en contacto!