

## Herramientas para la prevención del abuso sexual desde la perspectiva de la autoprotección



El abuso sexual es intolerable,  
ponle los 6 sentidos



# Plan

Gabriela Bucher Balcázar  
**Directora Nacional**

Eliana Restrepo Chebair  
**Gerente de Programas**

Iván Darío Parra Orozco  
**Gerente de Comunicaciones**

Lyda Patricia Guarín Martínez  
**Asesora Nacional de Derechos**

Nadia López Téllez  
**Coordinadora Proyecto 2007**

**Autora**  
Maggie Escartin

**Revisión y Adaptación de Textos**  
**Grupo Opciones**

Myriam Angel Salazar  
Gabriela Hermida Bruno  
Claudia Sánchez Salamanca  
Lucrecia Caro Gómez

**Diseño, ilustración y diagramación**  
Taller Creativo de Aleida Sánchez B. Ltda  
tallercreativoaleida@yahoo.com  
Zamara Zambrano S.  
César A. Corredor P.  
Angélica Pardo P.

**Ilustraciones originales**  
Maggie Escartin

**Carátula y adaptación de ilustraciones**  
Mario Urazán

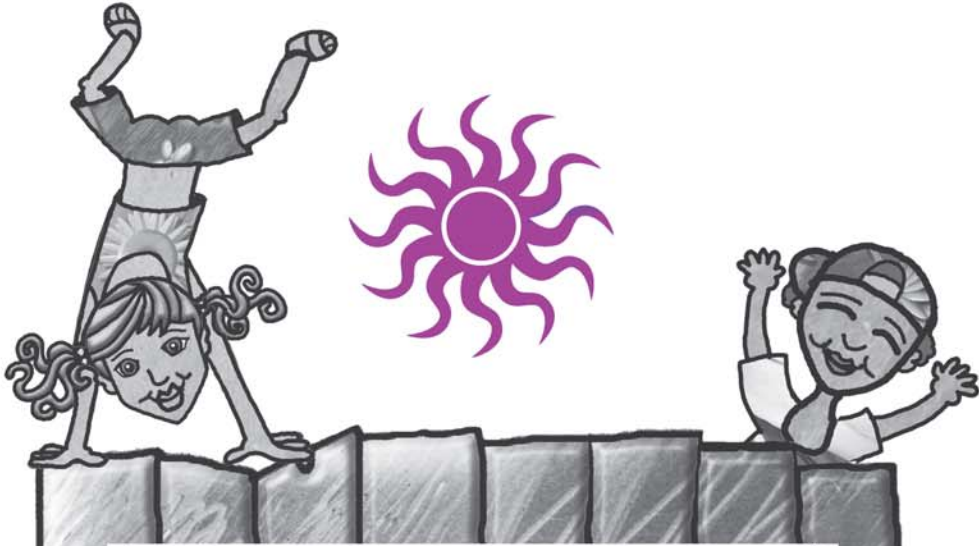
**Impresión**  
Espacio Creativo Impresores

**Primera edición**  
1.000 ejemplares  
Impreso y Hecho en Colombia  
Diciembre 2007

Se permite reproducción parcial y total siempre  
y cuando se citen los créditos y no se haga con fines comerciales.

**Plan**  
**Oficina Nacional**  
Carrera 11 No. 71-40 oficina 1002  
Edificio Valparaíso  
3454099  
**Línea Gratuita Nacional 01800 117526**  
Bogotá-Colombia  
**www.plan.org.co**

# Datos Personales



Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Celular: \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_

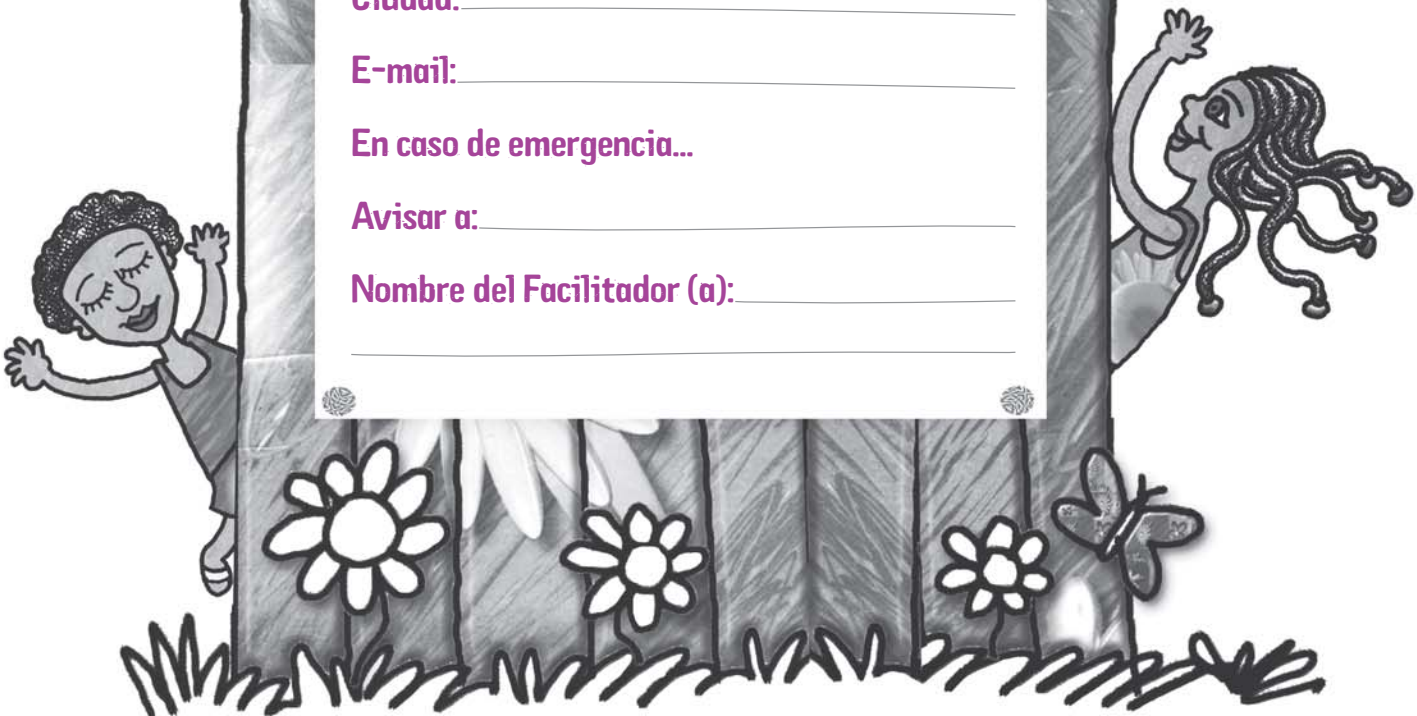
E-mail: \_\_\_\_\_

En caso de emergencia...

Avisar a: \_\_\_\_\_

Nombre del Facilitador (a): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



Presentación	7
Introducción	8
Recomendación	9
Notas	10
Directorio de las seis primeras personas que yo buscaría si necesito ayuda o apoyo	11

## Parte 1

"Quien soy yo"	11
----------------	----

Tabla de Actividades	13
----------------------	----

1. Yo soy como una flor	14
2. Mi familia y mi comunidad	18
3. Mis tesoros	21
4. Aprender a usar mis sentidos	25
5. Se ha perdido mi amigo o amiga	29
6. Aprender a identificar y a expresar mis sentimientos	32
7. Mi red de seguridad.	39
8. Mi escudo personal.	42

## Parte 2

"Este es mi cuerpo"	45
---------------------	----

Tabla de Actividades	46
----------------------	----

1. a. Mi espacio personal - juego	47
b. Un juego complementario: "La Isla"	49
2. Espacio personal. Límite personal	51
3. Primeras señales de advertencia de peligro	55

4. a. Mis sensaciones y mis reacciones	60
b. ¿Cómo son mis señales ?	62
5. ¿Qué harías tú si.....?	63
6. a. Aprender a evaluar situaciones de riesgo	68
b. Alternativa para complementar la actividad	71
7. Así soy yo	72
8. Conociendo nuestras partes mas privadas	75
9. El respeto de mis partes privadas	82
10. El cuidador de botones	90
11. Situaciones de riesgo. Sentirse inseguro o no protegido	93
12. Trucos, engaños, sobornos, chantajes, amenazas	103

## Parte 3

"Yo tengo derecho a sentirme seguro y segura".	110
--	-----

Tabla de Actividades	111
----------------------	-----

1. Los secretos	112
2. Secretos apropiados e inapropiados	122
3. Juego - decir "NO"	129
4. Letreros que indican NO. Basta. Pare	131
5. Ideas para mantener la seguridad personal	135
6. Derechos de los niños y las niñas, responsabilidades de los adultos	142
7. Yo tengo derecho a sentirme seguro y protegido	147
8. Sesión final	149

Diploma	151
---------	-----

Glosario de términos	152
----------------------	-----

Bibliografía	154
--------------	-----

## Iconos

Recuerde que



**Tiempo**



**Materiales**

**Pasos a  
seguir**



# Presentación

Plan es una organización comprometida con el Desarrollo Comunitario Centrado en los Derechos de la Niñez que ha acompañado y fortalecido procesos con base comunitaria desde hace 45 años en Colombia.

A través de su **Política de Protección**, busca entre otras iniciativas sensibilizar, comprometer y generar capacidades del Estado, la sociedad y la comunidad, los niños, niñas y adolescentes para contrarrestar y enfrentar las formas violencia que se hace presente en los diferentes escenarios de la vida cotidiana. En este marco de trabajo, desde un enfoque de derechos, uno de los problemas priorizados para la intervención es el abuso sexual infantil, comprendido como una de las formas en que se manifiesta la Violencia Sexual en general y que afecta dramáticamente la dignidad, la libertad y la integridad a la niñez.

Nuestra experiencia ha permitido constatar que el escenario comunitario es un ámbito privilegiado para el desarrollo de acciones preventivas, porque es allí donde los garantes y corresponsables de su protección pueden generar acciones protectivas cotidianas, fortalecer redes sociales y movilizarse para incidir en la política pública local referida al tema de niñez.

La Estrategia de Prevención Integral del Abuso Sexual Infantil, “El Abuso sexual es Intolerable, ponle los 6 sentidos”, es nuestro compromiso por la protección y este paquete pedagógico y conceptual, es una expresión de confianza en la capacidad de los actores educativos y comunitarios para prevenir, detectar y responder a la violencia contra los niños y niñas.

GABRIELA BUCHER  
**Directora de País**



# Introducción

El presente material pedagógico, ha sido pensado como una herramienta para la prevención del abuso sexual infantil en tu rol de agente educativo y comunitario, siendo complementario a los talleres de formación. Pretende acompañarte en la revisión de algunos conocimientos básicos sobre el tema, y apoyarte en la ejecución de acciones en tu comunidad o en la escuela.

En esta serie encontrarás los siguientes módulos:

El primero, “**Lo Que Todos y Todas Debemos Saber Sobre el Abuso Sexual Infantil**”, hace referencia a los aspectos más generales del Abuso Sexual Infantil y da pautas para comprender esta problemática y fortalecer acciones de impacto social y familiar que permitan hacer una prevención Integral. A su interior encontrarás conceptos y ejercicios para trabajar individualmente y que si los adaptas pueden ser utilizados para con otros.



1



2

El segundo, “**Causas del Abuso Sexual Infantil y Herramientas para su Detección y para la Respuesta Inicial**”, presenta los posibles factores que favorecen el abuso y ofrece herramientas para su detección y para la Atención Inicial cuando se descubre un caso. En este módulo encontrarás ejercicios grupales para desarrollar con otros que pueden ser tus mismos compañeros de acciones de trabajo o de práctica comunitaria u otros posibles adultos que pueden ser socios para la prevención.

*Es importante que para desarrollar los dos siguientes módulos, hayas trabajado los anteriores*



3

El tercero, “**Herramientas para la Prevención Integral del Abuso Sexual Infantil**”, enfatiza la responsabilidad de todos los adultos y adultas en la prevención y ofrece herramientas para fortalecer los factores de protección y acciones de cuidado con el fin de disminuir la vulnerabilidad de los niños y las niñas en los diferentes entornos. Al igual que el anterior módulo, en este encontrarás ejercicios para el trabajo grupal.





El cuarto, “**Herramientas para la Prevención del abuso sexual desde la Perspectiva de la Autoprotección**”, es una compilación de actividades de autoprotección para desarrollar con niños y niñas, que parte de reconocer que estos son socios activos en el desarrollo de entornos de “protección para la niñez” y actores clave en su propia protección y en la de sus semejantes (Ojo!!pero sin olvidar que ellos y ellas no se pueden proteger solos). Las actividades están dirigidas a niños y niñas entre 5 y 12 años, pero éstas igualmente han sido utilizadas con otras edades o adultos logrando el cumplimiento de los objetivos.



4

Este es el que tienes en tus manos



## Recomendación

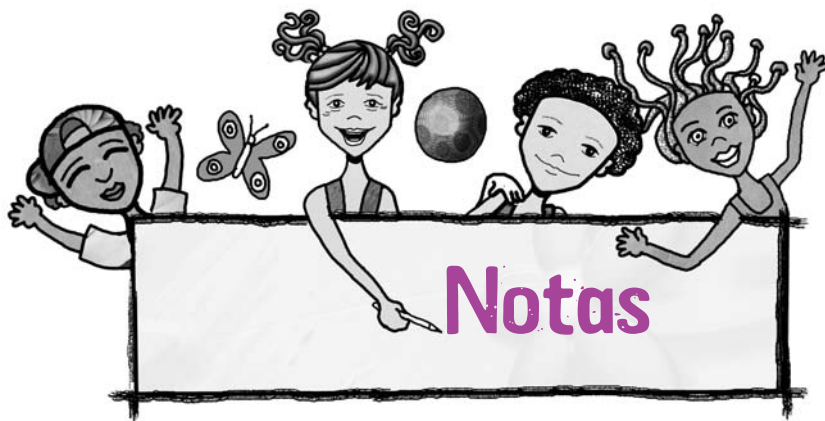
Apreciado y apreciada agente educativo y comunitario,

Este material ha sido elaborado bajo la premisa que todos y todas podemos fortalecer nuestras capacidades preventivas frente al abuso sexual, por lo tanto se ha incluido en el mismo la información básica para comprender, emprender acciones que impidan que este se dé y algunas herramientas para enfrentar los momentos iniciales cuando se descubre.

Una de los aspectos que hace más fuerte nuestro trabajo para enfrentar el abuso sexual es nunca trabajar solos y buscar apoyo cuando lo requerimos. Por lo anterior te sugerimos que en algunos de estos casos busques a una persona con conocimientos o experiencia en el tema o en temas similares.

- 💡 Necesito que me expliquen algunos conceptos o expresiones que aparecen en el material.
- 💡 Es importante que para hacer o repasar algunos de los ejercicios personales, grupales o dirigidos a los niños y niñas, me acompañe una persona con experiencia.
- 💡 Sospechamos que puede estar ocurriendo un abuso y no sabemos como actuar

1. Las actividades de este módulo han sido tomadas y adaptadas con autorización de la autora del Manual de Desarrollo de Conductas de Autoprotección, desarrollado por Maggie Escartin.



- 1 Se utilizará la expresión niños y niñas para hacer referencia a toda persona menor de 18 años como lo contempla la Convención de los Derechos de la Niñez.
- 2 El uso de un lenguaje que no discrimine ni marque diferencias entre hombres y mujeres es una de las preocupaciones de Plan, sin embargo, para facilitar la lectura se hará referencia explícita a niños y niñas pero no se utilizará la diferenciación de género en artículos o pronombres.
- 3 Cuando se refiera a los agresores sexuales se hará uso del género masculino reconociendo que gran parte de los casos reportados identifican que los hombres son los mayores victimarios, a pesar de esto, no se excluye el reconocimiento de la existencia de mujeres agresoras.



# Parte 1.

“Quién  
soy YO”



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

# Directorio de las **seis** primeras personas que yo buscaría si necesito ayuda o apoyo

Nombre \_\_\_\_\_  
Institución u organización \_\_\_\_\_  
Teléfono \_\_\_\_\_ Dirección \_\_\_\_\_

Nombre \_\_\_\_\_  
Institución u organización \_\_\_\_\_  
Teléfono \_\_\_\_\_ Dirección \_\_\_\_\_

Nombre \_\_\_\_\_  
Institución u organización \_\_\_\_\_  
Teléfono \_\_\_\_\_ Dirección \_\_\_\_\_

Nombre \_\_\_\_\_  
Institución u organización \_\_\_\_\_  
Teléfono \_\_\_\_\_ Dirección \_\_\_\_\_

Nombre \_\_\_\_\_  
Institución u organización \_\_\_\_\_  
Teléfono \_\_\_\_\_ Dirección \_\_\_\_\_

Nombre \_\_\_\_\_  
Institución u organización \_\_\_\_\_  
Teléfono \_\_\_\_\_ Dirección \_\_\_\_\_



# Tabla de Actividades

1.	Yo soy como una flor	14
2.	Mi familia y mi comunidad	18
3.	Mis tesoros	21
4.	Aprender a usar mis sentidos	25
5.	Se ha perdido mi amigo o amiga	29
6.	Aprender a identificar y a expresar mis sentimientos	32
7.	Mi red de seguridad.	39
8.	Mi escudo personal.	42

## Actividad 1.

# Yo soy como una flor

### Recuerde que...

Los niños y las niñas con autoestima baja son más vulnerables a ser víctimas de abuso sexual, por lo tanto, identificar cualidades o algo positivo de sí mismos y compartirlo con otros les ayuda a sentirse valiosos, importantes y con características que los hacen individuales y únicos. Además el reconocer en sus compañeros cualidades especiales les permite también valorarlos y ampliar su percepción del otro.

Tiempo **45**  
minutos

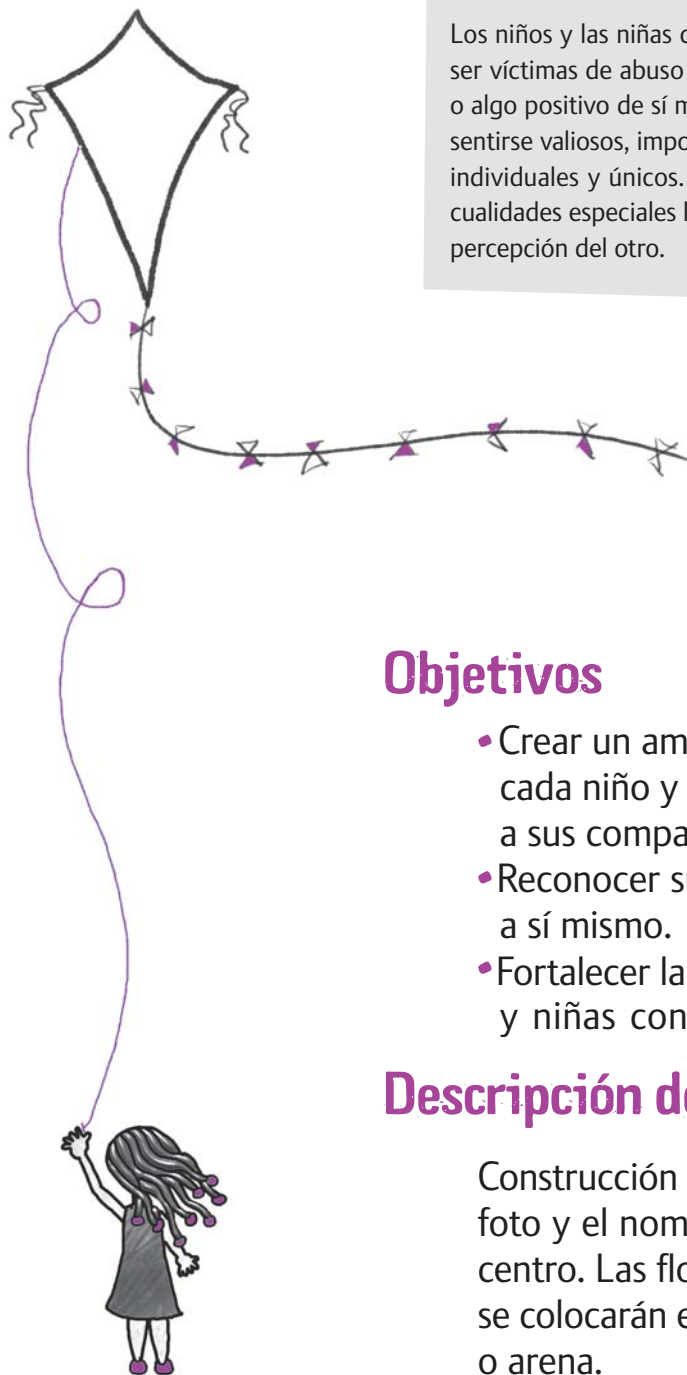


### Objetivos

- Crear un ambiente de confianza donde cada niño y niña se valore a sí mismo y a sus compañeros.
- Reconocer su individualidad y valorarse a sí mismo.
- Fortalecer la formación del grupo de niños y niñas con los que se está trabajando.

### Descripción de la Actividad

Construcción de una flor de cartulina con la foto y el nombre de cada niño y niña en el centro. Las flores de todos los participantes se colocarán en una maceta rellena de tierra o arena.





## Materiales

- Molde de la flor (centro y pétalo)
- Cartulina de colores
- Un palito delgado por cada niño o niña
- Una foto de cada niño o niña (esto es opcional)
- Tijeras
- Cinta pegante
- Pegante
- Marcadores
- Una materia (puede ser un tarro o frasco) lleno con tierra o arena.

## Preparación

- Fotocopiar el molde del pétalo y el centro
- Recortar el molde. Para que tenga mayor duración se puede laminar con plástico.

## Pasos a Seguir

1. A cada participante se le entrega cartulina de colores y el molde del pétalo y del centro de la flor y un palito.
2. Cada uno recorta dos círculos centrales y 5 pétalos usando los moldes.
3. Los pétalos se pegan a uno de los círculos (centro de la flor).
4. Se coloca el palito y se tapa con el otro centro.
5. Una vez terminada la flor, niños y niñas escriben su nombre. Si tienen foto, por un lado se coloca la foto, por el otro el nombre.
6. Se sientan en un círculo.



7. Se coloca la materia en el centro.
8. Uno por uno, niños y niñas, van a la materia y colocan su flor. Al mismo tiempo dan su nombre y comparten algo que les gusta de sí mismo o que los distingue de los otros o que les hace ser o sentirse especiales.
9. La dinámica continúa hasta que todos los participantes hayan colocado la flor en la materia.
10. Para finalizar la actividad se hace una pequeña reflexión acerca de como todos tenemos aspectos positivos, cosas que nos gustan de nosotros mismos y nos hacen diferentes frente a los demás.  
Posteriormente se evalúa la sesión utilizando preguntas como estas:
  - ¿Qué fue lo que más les gustó de esta sesión?
  - ¿Qué aprendieron de sí mismos?
  - ¿Qué aprendieron de sus compañeros?La actividad termina haciendo una ronda y cantando una canción guiada por la facilitadora.
11. La materia se coloca en un lugar especial y se mantendrá allí durante el tiempo que dura el curso.

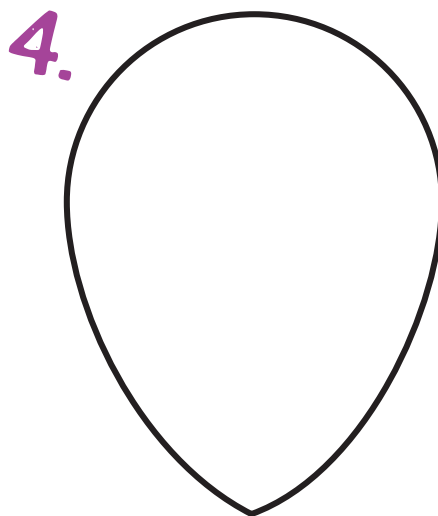
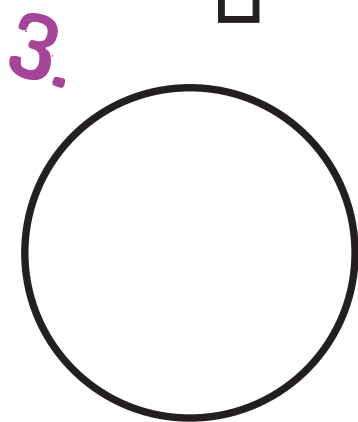
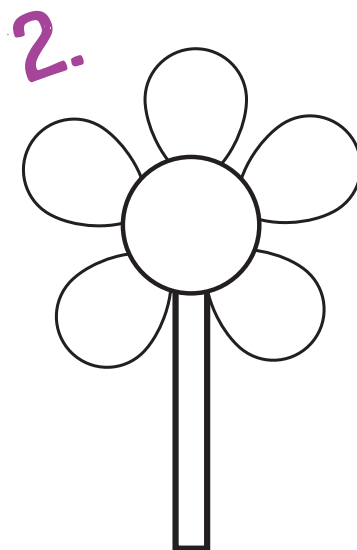
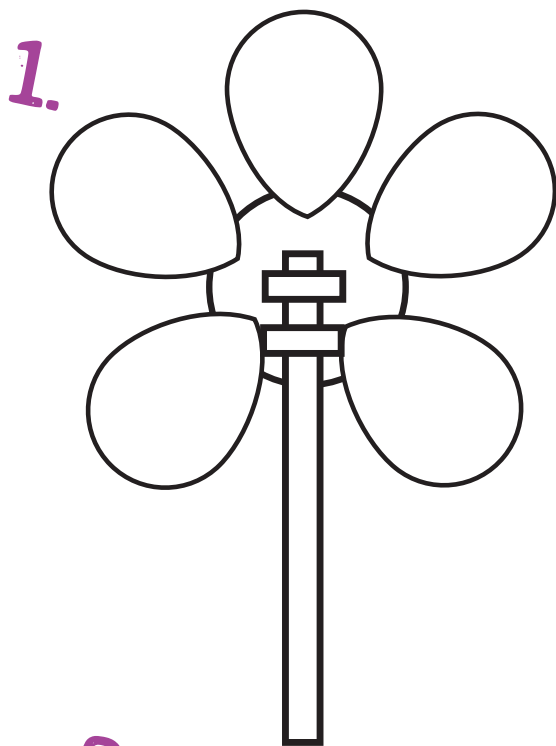
### Nota:

El facilitador elige una canción conocida por los niños y niñas participantes y que tengan mensajes positivos.

## Material para entregar

Se hace entrega a cada niño y niña de un sobre que puede decorar y colorear libremente en su casa y marcarlo con su nombre. En este sobre podrán colocar el material que se trabaje en las sesiones y las actividades que realice en casa. Es importante que traiga su sobre cada semana.





1. flor por el reverso
2. flor por el frente
3. círculo al centro copiar dos
4. pétalo copiar 5 diferentes colores

## Actividad 2.

# Mi familia y mi comunidad

### Recuerde que...

Muchas veces los abusos continúan porque el niño la niña no tienen claro a quien recurrir, por lo tanto, saber a quien pedir auxilio y cómo llegar a esa persona puede ser una ayuda invaluable para buscar salidas a situaciones de riesgo.

Hay que recordar que los agresores sexuales son personas que han mostrado una fachada de confianza al niño la niña y pueden parecer amables, colaboradores e incluso pueden ser figuras públicas reconocidas.

Por esta razón, el niño debe tener varias alternativas de personas o instituciones a quienes puede acudir en momentos de riesgo.

Tiempo **45**  
minutos

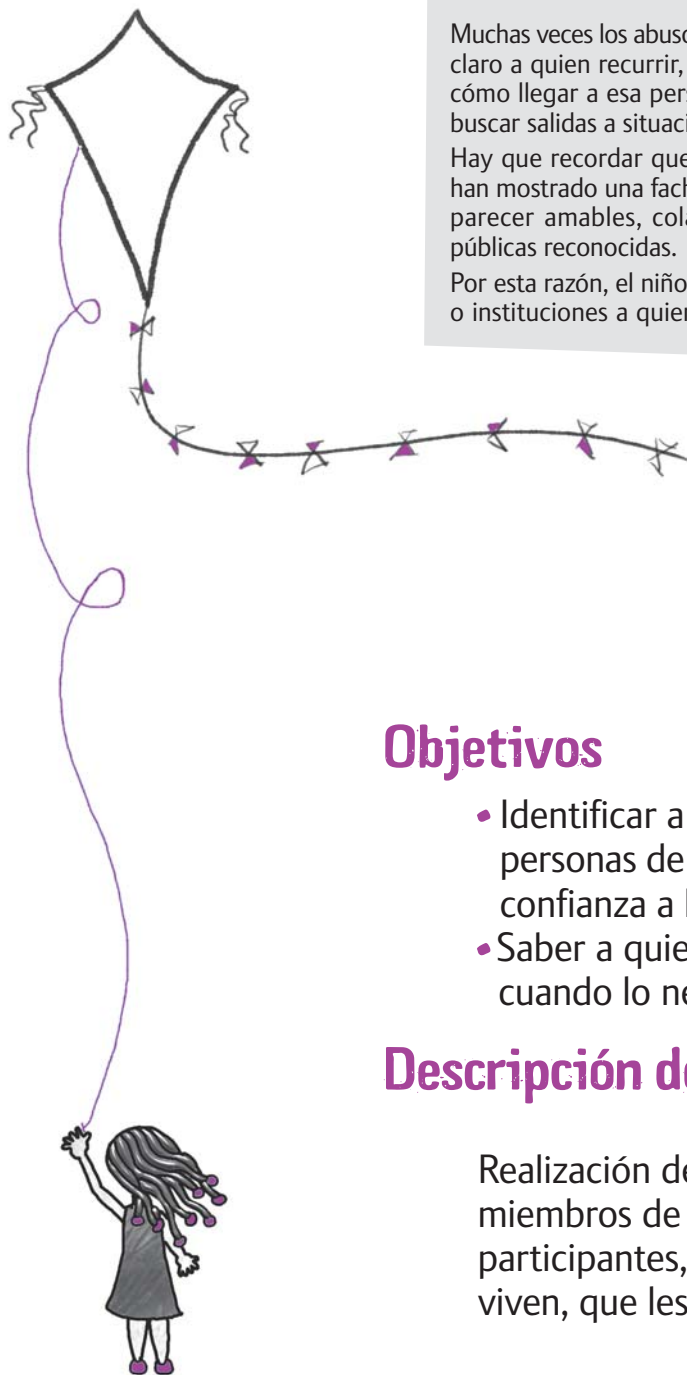


### Objetivos

- Identificar a miembros de la familia y personas de la comunidad que les inspiren confianza a los niños y niñas.
- Saber a quien dirigirse para pedir ayuda cuando lo necesiten

### Descripción de la Actividad

Realización de un dibujo grupal de los miembros de la familia de cada uno de los participantes, o de su comunidad donde viven, que les inspiren confianza.





## Materiales

- Papel de 3 metros de largo por 1 de ancho
- Marcadores gruesos de colores
- Pintura de varios colores
- Pinceles gruesos
- Marcadores normales
- Grabadora
- Música alegre.

## Pasos a Seguir

1.  
2.

Se coloca el papel a lo largo en un muro a la altura de los niños y las niñas para que puedan pintar.

Si no hay un muro adecuado se coloca el papel en el suelo.

3.

Los niños y las niñas deben conversar y llegar a acuerdos sobre la forma y los pasos que van a seguir para trabajar en grupo.

4.

Los participantes deben identificar y representar a miembros de su familia y de su comunidad que les inspiren confianza.

5.

Una vez terminado el mural se sientan frente o alrededor del mural y hacen una reflexión sobre esta experiencia y sobre las personas que les inspiran confianza.

Se pueden hacer preguntas sobre las personas que pintaron:

- ¿Por qué las escogieron?
- ¿A quiénes de su familia recurriría?
- ¿Por qué?
- ¿Cuáles vecinos podrían prestarle alguna ayuda?
- ¿Cómo se comunicaría con ellos?
- ¿Cómo vencería sus temores para pedir ayuda?
- ¿Cómo pediría la ayuda?
- ¿Cómo le podrían ayudar cada una de las personas dibujadas?

6.  
7.

Colgar el dibujo sobre la pared.

Se termina la actividad haciendo una reflexión sobre la importancia de tener siempre a alguien a quien recurrir ya sea de la familia, de la comunidad o de la escuela. El niño o la niña debe tener claro que si esta persona no le brinda ayuda o no le presta atención debe insistir o buscar a otra persona de confianza.





Para evaluar la actividad se puede hacer preguntas como:  
¿Qué aprendieron hoy con esta actividad? o  
¿Para qué fue importante la actividad de hoy?

**Nota:**

Colocar música de fondo mientras niños y niñas están trabajando.



## Actividad 3.

# Mis tesoros

### Recuerde que...

El primer paso para el auto cuidado es el amor a sí mismo, el reconocerse como el mayor tesoro. Valorarse a sí mismo contribuye a que niños y niñas desarrollen conductas de autoprotección y a no estar fácilmente expuestos a que otras personas los utilicen y atropellen.

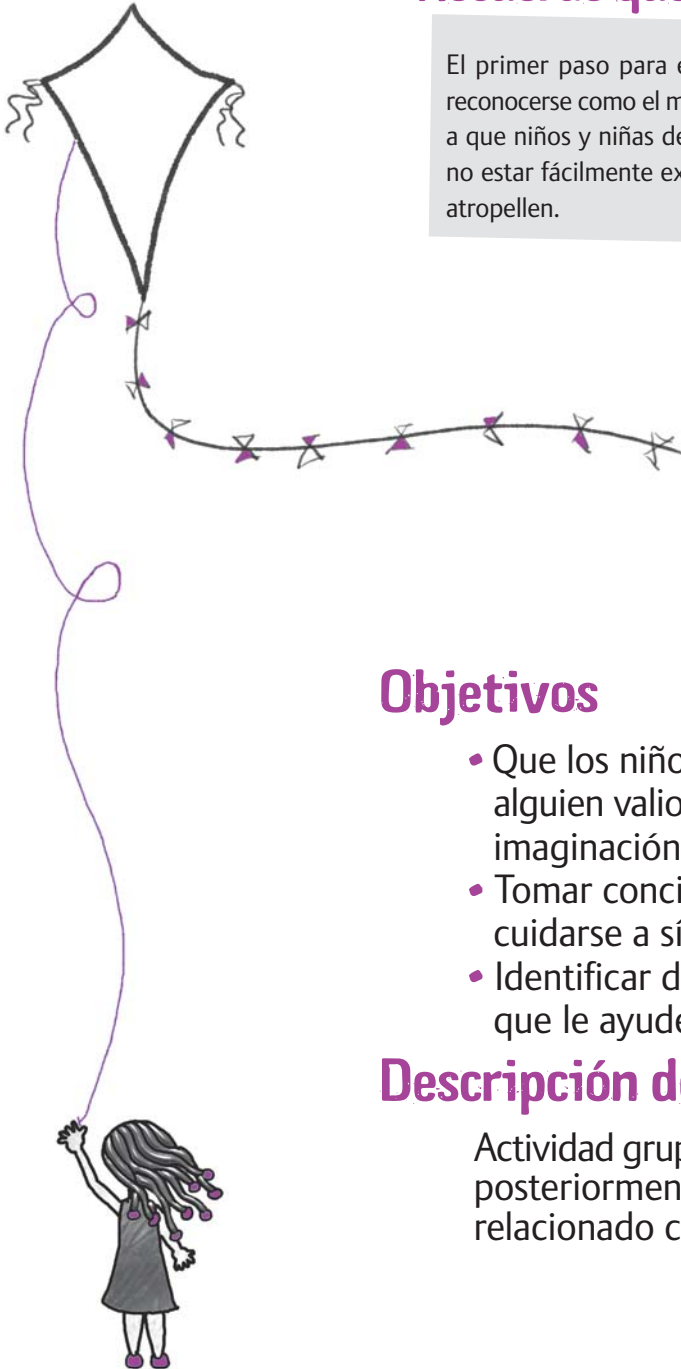
Tiempo **45**  
minutos 

### Objetivos

- Que los niños y niñas se reconozcan como alguien valioso utilizando recursos como la imaginación.
- Tomar conciencia de la necesidad de cuidarse a sí mismo.
- Identificar diferentes recursos personales que le ayuden al auto cuidado.

### Descripción de la Actividad

Actividad grupal de relajación y visualización, posteriormente se realizará un dibujo relacionado con la visualización.





## Materiales

- Papel de dibujo.
- Lápices o marcadores de colores.
- Música suave.

## Pasos a Seguir



1.

Los niños y las niñas pueden sentarse o tenderse en el suelo adoptando una posición cómoda y relajada.

2.

Soltarse un poco la ropa (cinturón) y quitarse los zapatos.

3.

Colocar música suave de fondo a bajo volumen.

4.

El facilitador guía el ejercicio de relajación y visualización en forma lenta.

5.

Los niños y las niñas realizan un dibujo de los tesoros que identificaron durante la visualización

6.

El facilitador les pide que compartan y reflexionen sobre la experiencia, e introduce el concepto de que cada uno es su mayor tesoro, y como tesoro es importante cuidarlo.

8.

Se pueden hacer algunas preguntas que ayuden a la reflexión como:

- ¿Si tuvieras ese tesoro ahora, como lo utilizarías?
- ¿De qué te serviría?
- ¿Por qué crees que te lo regalaron solamente a ti?
- ¿Qué significa para ti ese tesoro?
- ¿Podrías pensar que eres tú el mayor tesoro?
- ¿Cómo te cuidas tú si eres el mayor tesoro?
- ¿Qué tendrías que hacer para cuidarte?
- ¿Qué tendrías que hacer para evitar cosas que te hacen daño?
- ¿Si tú eres tu mayor tesoro, cómo cuidarías tu cuerpo?

7.

Se evalúa la actividad utilizando preguntas como:

¿Qué fue lo que más les gustó de esta sesión?

¿Qué aprendieron hoy?

¿Que cosas nuevas van a hacer para cuidarse?



## Ejercicio de relajación



Ponte en una posición cómoda... (pausa) cierra tus ojos... deja descansar tu cuerpo en el suelo (o la silla)... soltando todos tus músculos... respira profundamente... Deja que el aire lentamente penetre en tus pulmones... Mantenlo allí por unos segundos... deja que el aire salga por tu boca lentamente... nuevamente respira profundo... Deja que el aire, poco a poco, llene tus pulmones... Mantenlo allí... uno ... dos ... y tres... deja que el aire lentamente salga por tu boca ... Repite este ejercicio una vez más... (silencio por unos pocos segundos)

... continúa respirando de esta manera... Deja que los músculos de tu cabeza se relajen completamente ...

Concéntrate ahora en los músculos de tu cara... Suelta y relaja tu cuello... ahora tus hombros. Sigue respirando lenta y profundamente...relaja tus brazos... tus manos... y tus dedos. Concéntrate ahora en tu pecho... la parte de arriba de tu cuerpo

... tu estómago... tu espalda... observa como el peso de tu cuerpo está tocando el piso (o la silla)... relaja tus caderas

... tus nalgas... tus piernas... concéntrate en tus pies... tobillos... y dedos...

Observa como tu cuerpo está relajado y tranquilo.... Sigue respirando lentamente.ra de País



## Visualización

Ahora que estás muy relajado imagínate que vas caminando por un lugar muy lindo... el cielo está azul... el sol brilla... hay muchas flores... y tú sientes el cantar de los pajaritos. A lo largo del camino encuentras una caja muy grande... la caja está envuelta con un papel de colores... y amarrada con cintas y un cartel que tiene tu nombre... Como la caja es para ti... desamárrala lentamente.....quita el papel... abre la tapa... mira lo que hay adentro... es una caja con tesoros... son cosas importantes para ti... saca los tesoros uno por uno... míralos... tócalos... juega con ellos... (silencio por unos segundos).... Ahora piensa ¿por qué ese tesoro es tan importante para ti?, ¿de qué te servirá de ahora en adelante?...

Cuidadosamente coloca tus tesoros de vuelta en la caja... coloca la tapa a la caja... y llévala contigo... Busca un lugar seguro... y guarda la caja con todos tus tesoros... respira profundamente...

Comienza a caminar de vuelta a un lugar seguro... concéntrate sólo en tu respiración... lentamente te vas a dar cuenta que estás nuevamente en el salón, con tus compañeros..... mueve tus brazos lentamente... tus piernas... tu cuerpo ... ahora abre tus ojos. (Termina la visualización)

## Dibujo

- El facilitador pedirá a los niños y niñas participantes que en silencio tomen una hoja para dibujar y lápices para colorear
- Les indicará que dibujen la caja con todas las cosas que encontraron adentro (identificando los tesoros).
- Les permitirá trabajar por unos diez minutos.
- Se continuará con la música de fondo.



## Actividad 4.

# Aprender a usar mis sentidos



### Recuerde que...

En el proceso de crecimiento los niños y niñas van aprendiendo a reconocer el mundo a través de los sentidos. Ayudarles a tomar conciencia de lo que sus sentidos les comunican y a comprender e integrar estas experiencias les ayudará a conocer mejor el mundo que les rodea. Desarrollar los sentidos, tener conciencia de sus sensaciones y diferenciar entre sensaciones agradables y desagradables les permite tener más conciencia de sus cuerpos, les ayuda a confiar más en sus apreciaciones y les ayuda a poner en palabras y expresar su mundo interior.

Darle al niño o niña la posibilidad de discriminar sensaciones y expresar disgusto frente a estas sensaciones, le permitirá identificar situaciones que no lo(a) hacen sentir bien, expresar su inconformidad y buscar la ayuda necesaria, como puede ser cuando esta sufriendo un abuso sexual.

Tiempo **45**  
minutos



### Objetivos

- Identificar los sentidos como una forma de percibir el mundo que nos rodea.
- Ayudar a identificar palabras que permitan expresar las sensaciones.
- Reconocer la posibilidad de expresar gustos y disgustos

### Descripción de la Actividad

Se presentaran a los niños y niñas diferentes estímulos (agradables y desagradables) para la identificación y la expresión verbal de sus sensaciones.





## Materiales

- **Vista**
  - Láminas con dibujos de recortes de revistas.
- **Oído**
  - Música con sonido de animales u otros sonidos que se puedan distinguir. Grabadora.
- **Olfato**
  - Bolsas plásticas pequeñas y pedacitos de algodón.
  - Esencias y otros objetos con olores (lavanda, menta, limón, cloro, perfume, frutas, verduras, etc.).
- **Tacto**
  - Telas de diferentes texturas.
  - Pedazos de lija.
  - Madera, piedras, etc.
- **Gusto**
  - Fruta, sal, azúcar, miel, vinagre, algo amargo, vasos con agua.

## Pasos a Seguir



Trabajar con todos los niños y niñas en un sólo grupo.

### Vista:

1. El facilitador muestra una lámina
2. Los niños y las niñas deben mirarla por varios segundos para retener las imágenes del dibujo.
3. El facilitador retira la lámina y pide a los participantes que describan con detalles lo que vieron.
4. El facilitador muestra otra vez la lámina y todos comentan sobre lo que recordaron y lo que olvidaron.
5. Se repite esta actividad con otros dibujos  
Opcional: si hay el tiempo suficiente realizar los puntos 6 y 7, sino dejarlo como actividad para realizar en casa.
6. Se le entrega a cada niño o niña una hoja y un lápiz. En la hoja hay dos columnas para completar: “me gusta mirar/ ver” y “no me gusta mirar/ver”. y lo que olvidaron

1. El facilitador pide a los niños y niñas compartir sus gustos y disgustos promoviendo un ambiente de aceptación frente a las distintas respuestas.

### Oído:

1. Se coloca la música por varios minutos.
2. Para obtener una mejor concentración los participantes cierran sus ojos.
3. Se detiene la música y entre todos/as comentan sobre los diferentes sonidos que han escuchado.  
**Opcional:** si hay el tiempo suficiente realizar los puntos 4 y 5, sino dejarlo como actividad para realizar en casa.
4. Se le entrega a cada niño o niña una hoja y un lápiz. En la hoja hay dos columnas para completar: “me gusta escuchar/ oír” y “me disgusta escuchar/oir”.
5. El facilitador pide a los niños compartir sus gustos y disgustos promoviendo un ambiente de aceptación frente a las distintas respuestas.

### Olfato:

Poner las esencias y los objetos con olores en pedacitos de algodón y luego por separado en las bolsitas plásticas.

1. El facilitador reparte las bolsitas a los participantes.
2. Uno por uno abren las bolsitas e identifican los olores.
3. Comentar esta experiencia con el grupo.  
**Opcional:** si hay el tiempo suficiente realizar los puntos 4 y 5, sino dejarlo como actividad para realizar en casa.
4. Se le entrega a cada niño o niña una hoja y un lápiz. En la hoja hay dos columnas para completar: “Cosas que me gustan oler” y “cosas que me disgusta oler”.
5. El facilitador(a) pide a los niños y las niñas compartir sus gustos y disgustos promoviendo un ambiente de aceptación frente a las distintas respuestas

## Gusto:

1. Con los ojos cerrados los participantes saborean los alimentos traídos para el ejercicio.
2. Ellos deben identificar lo que están comiendo o saboreando.
3. Comentar esta experiencia con el grupo.  
Opcional: si hay el tiempo suficiente realizar los puntos 4 y 5, sino dejarlo como actividad para realizar en casa.
4. Se le entrega a cada niño o niña una hoja y un lápiz. En la hoja hay dos columnas para completar: “sabores que me gustan” y “sabores que me disgustan”
5. El facilitador pide a los niños y las niñas compartir sus gustos y disgustos promoviendo un ambiente de aceptación frente a las distintas respuestas.

## Tacto:

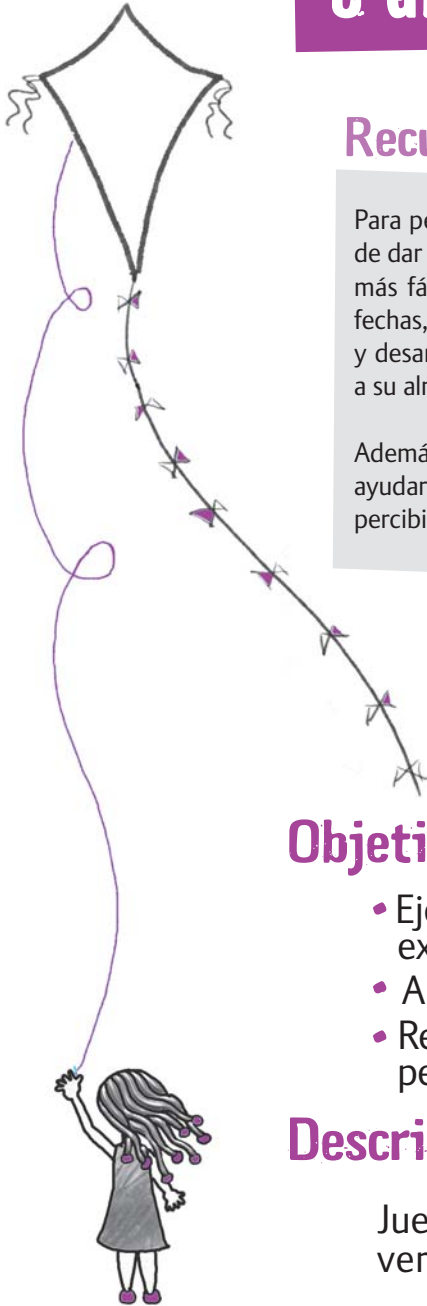
1. A cada participante se le entrega un objeto.
2. Los niños y niñas deben describir la textura del objeto que están palpando.
3. Comentar esta experiencia con el grupo.  
Opcional: si hay el tiempo suficiente realizar los puntos 4 y 5, sino dejarlo como actividad para realizar en casa
4. Se le entrega a cada niño o niña una hoja y un lápiz. En la hoja hay dos columnas para completar: “Cosas que me gustan tocar/palpar” y “cosas que me disgusta tocar/palpar”.
5. El facilitador pide a los niños y las niñas compartir sus gustos y disgustos promoviendo un ambiente de aceptación frente a las distintas respuestas.

Se cierra esta actividad haciendo una reflexión sobre la utilidad de los sentidos para reconocer el mundo y la importancia de diferenciar y expresar verbalmente si algo les gusta o disgusta. Se promueve un espacio abierto de conversación donde se permita la expresión de todas las sensaciones que experimentaron, incluso aquellas desagradables.

Se evalúa la actividad preguntándoles a los niños lo que fue importante de la sesión de hoy y sus principales aprendizajes.

## Actividad 5.

# "Se ha perdido mi amigo o amiga"<sup>2</sup> - juego.



### Recuerde que...

Para pedir ayuda un niño o niña debe poder estar en capacidad de dar la mayor cantidad de detalles posible, de esta manera será más fácil identificar lugares, circunstancias, hechos, personas, fechas, etc. Esta actividad muestra la importancia de los detalles y desarrolla la capacidad de ser mas observador de lo que pasa a su alrededor.

Además, ayudar al niño o niña a confiar en sus observaciones le ayudará a sentirse más seguro de si mismo y de su capacidad de percibir el mundo.

Tiempo **45** minutos

### Objetivos

- Ejercitar la capacidad de observación y de explicar en detalle lo observado.
- Aprender a describir a una persona.
- Reforzar en los niños y niñas la idea de pedir ayuda.

### Descripción de la Actividad

Juego en el que a través de descripciones verbales se identifica a otras personas.

<sup>2</sup> Adaptado del juego: "So, who's missing?", Golding, Carolyn; Todd, Fiona. 1994. Protective Behaviours through drama. Adelaide: A windows on practice publication. Department of Education and Children's Services.



## Pasos a Seguir

1. En este juego participan tres personas. El resto del grupo observa en silencio.
2. Persona A= el que busca a su amigo o amigo.  
Persona B= el que va a ayudar.  
Persona C= persona perdida.
3. Persona B sale del salón para no escuchar. Se elige C.
4. C estará sentado en el círculo.
5. Todos los participantes se sientan en un círculo. A y B se pondrán en el centro del círculo.
6. Persona A debe recordar detalladamente como es físicamente y como está vestido C.
7. Es importante que A o el resto del grupo no miren a C durante el juego.
8. B entra al salón y se le entregan algunas preguntas para hacer a A. B puede crear sus propias preguntas.

Comienza el juego.

- A y B se encuentran en el centro del círculo.
- A dice a B que se ha perdido su amigo o amiga y necesita ayuda para encontrarlo.
- B acepta ayudar a A y B comienza a hacer preguntas.
- A contesta las preguntas.

Preguntas:

- ¿Cómo es tu amigo o amiga?
- ¿Qué edad tiene?
- ¿Sabes dónde vive?
- ¿Es alto o bajo?
- ¿Es una niña o un niño?
- ¿Puedes describirme su cara?
- ¿Cómo es su pelo?
- ¿De qué color es su piel?
- ¿De qué color son sus ojos?

El juego termina cuando A adivina quien es C. Repetir el juego las veces que se desee.

### Nota:

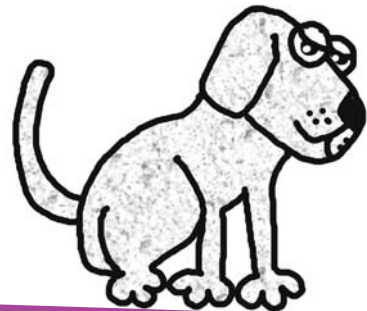
Las preguntas sobre vestimenta deben dejarse hasta el final. La idea de este juego es que los participantes aprendan a describir el físico de las personas.

9.

Al terminar la actividad se promueve un espacio de reflexión sobre la importancia de ser mas cuidadosos en la observación de los detalles de lo que ocurre alrededor, haciendo preguntas como:  
¿De qué podría servirnos en nuestro mundo cotidiano ser un buen observador?,  
¿Qué ventajas y qué desventajas tendría?,  
¿En qué situaciones es más útil ser un buen observador?

10.

Posteriormente se evalúa la sesión utilizando preguntas como estas:  
¿Qué fue lo que más les gustó de esta sesión?  
¿Qué aprendieron de hoy?  
¿En qué situaciones propondrían ser mejores observadores en el futuro?



## Actividad 6.

# Aprender a identificar y a expresar mis sentimientos

### Recuerde que...

Muchos niños y niñas tienen dificultad para reconocer sus sentimientos y verbalizarlos, por lo tanto, brindarles elementos para reconocer, identificar, distinguir y expresar estos sentimientos les ayuda a comprender más las reacciones tanto de ellos mismos como de quienes los rodean.

El facilitador(a) debe invitar a los niños y las niñas a poner atención sobre la manera personal como cada uno vive el sentimiento y no sobre los hechos en sí mismos. Con este ejercicio los niños y niñas pueden recordar situaciones difíciles y dolorosas. En estos casos es importante recordar que el objetivo de ésta actividad no es resolver las historias que los niños cuentan, ni quedarse en la historia o anécdota, sino centrarse en el reconocimiento del sentimiento generado, la manera de vivirlo y expresarlo.

Reconocer las emociones permite a los niños y las niñas identificar situaciones de riesgo como el abuso sexual y pedir ayuda oportunamente.

Tiempo **45** minutos 

### Objetivos

- Reconocer Sentimientos
- Demostrar diferentes maneras de expresar sentimientos
- Expresar adecuadamente los sentimientos

### Descripción de la Actividad

A través de una actividad grupal los niños y las niñas reconocerán, identificarán y compartirán sentimientos que han experimentado en diversas situaciones.







## Materiales

- Tarjetas/ dibujos que representan sentimientos o describen acciones.
- Canasta.
- Una pelota

## Preparación

Fotocopiar y recortar las tarjetas, tanto de dibujos como las frases que describen acciones. Para que tengan una mayor duración se pueden laminar con plástico.

## Pasos a Seguir



1.  
2.  
3.  
4.  
5.  
6.

Colocar las tarjetas en una canasta dejando la cara en blanco hacia arriba.

Los participantes se sientan en un semicírculo.

Cada uno toma una tarjeta y la mira con cuidado evitando que el resto del grupo vea su contenido.

Uno por uno hacen una representación del sentimiento o la acción que aparece en la tarjeta. (Ver página 38. Acciones sugeridas)

El resto del grupo debe adivinar lo que representa ésta dramatización.

Al término de cada representación, hacer preguntas como:

- ¿Quién ha tenido este sentimiento?
- ¿Qué haces tú cuando tienes ese sentimiento?
- ¿En qué parte de tu cuerpo lo sientes más?
- ¿Qué palabras usarías para expresar ese sentimiento?
- ¿A quién se lo contarías?
- ¿Qué te ha servido para sentirte mejor cuando el sentimiento es....?

**Nota:** Si el sentimiento a representar es muy difícil, la facilitadora puede ayudar al niño o la niña.

7.

Para finalizar la actividad el facilitador hace una reflexión sobre la importancia de los sentimientos, de identificarlos y expresarlos. Los sentimientos son todos válidos. Cuando los sentimientos son

desagradables constituyen señales de alarma de que algo no está bien y es importante compartirlo con un adulto de confianza para buscar la ayuda necesaria.

8. Para la evaluación de la actividad, todos se ubican en un gran círculo, y el facilitador empieza diciendo como se sintió durante la sesión y luego lanza una pelota a cualquiera de los niños y las niñas quien debe responder también a la pregunta “¿Cómo se sintió hoy?”. Una vez que él o ella contesta deberá lanzar la pelota a cualquier otro de sus compañeros quien contestará a la misma pregunta y así sucesivamente hasta que todos hayan participado.



triste



alegre



solo

enojado

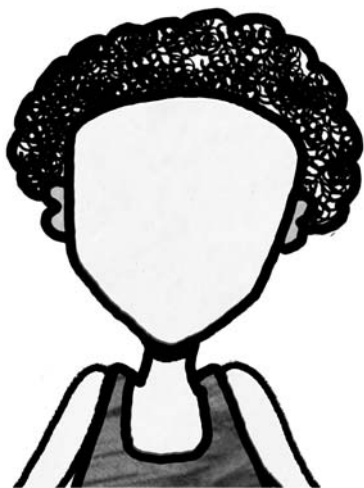


aburrido



asustado

nerviosa



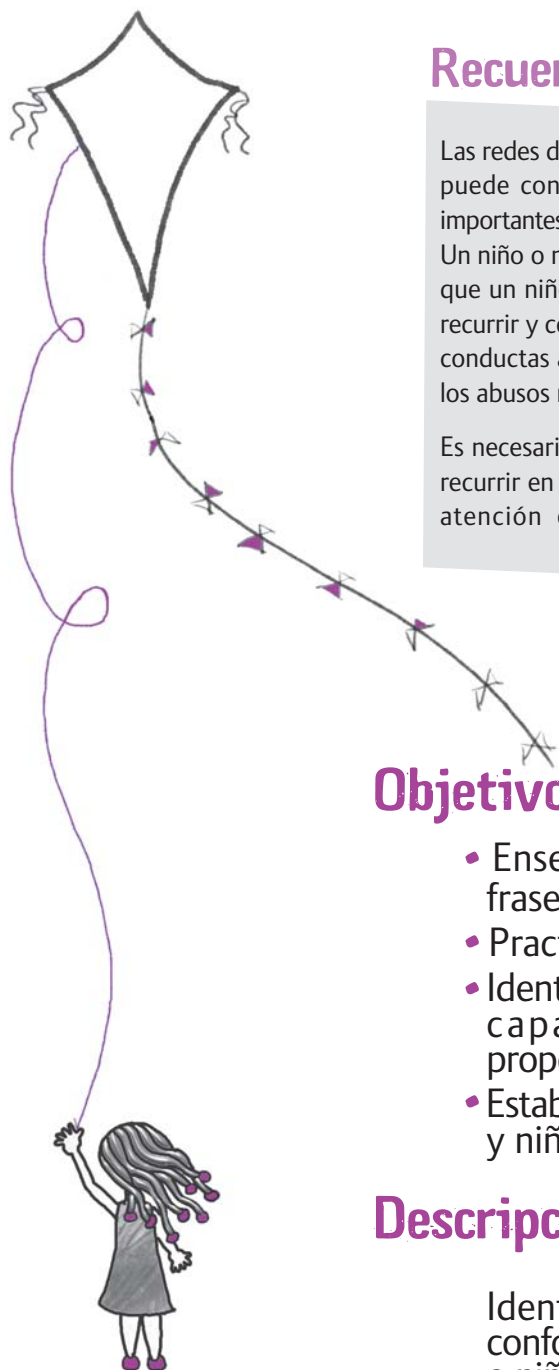
## Acciones

- Un jugador de fútbol a quien sacaron del partido injustamente.
- Una nenita de 4 años a quien le quitaron su muñeca.
- Una niña que le daña el juguete preferido a su hermano.
- Una niña que rompió el florero de la mamá
- Una persona que se ha ganado dinero en la lotería.
- Un niño o niña a quien invitan a un paseo
- Un niño o niña que lo descubrieron robando en una tienda
- Un niño o niña que le dijo mentiras a la mamá
- Un niño o niña que tiene miedo a la oscuridad.
- Una mamá que llega a casa después de un día de trabajo duro.
- Un niño o niña entrando a un baño que está muy sucio.
- Un niño o niña comiendo un helado que está delicioso.
- Un niño o niña que empieza a comer una manzana y se da cuenta que por dentro está podrida.
- Una niña en la calle ante un hombre extraño que se le acerca
- Un niño que esperaba un regalo de su papa y no se lo trajo.
- Una mamá cariñosa que consiente a su hijo.
- Un padre muy enojado.
- Un niño o niña que escucha una noticia terrible.
- Un atleta que ganó la competencia.
- Un niño o niña que encuentre una cajita, la abre y encuentra algo lindísimo.
- Un niño o niña que disfruta de una buena comida.



## Actividad 7.

# Mi red de seguridad Grupo de apoyo



### Recuerda que...

Las redes de seguridad son una de las mayores fortalezas con que puede contar cualquier niño y niña y uno de los temas más importantes en cualquier programa de prevención del abuso sexual. Un niño o niña aislado es más vulnerable a sufrir abusos, mientras que un niño o niña que tiene personas cercanas y sabe adonde recurrir y cómo buscar ayuda tiene más probabilidades de revelar conductas abusivas y de ser protegido oportunamente para que los abusos no se repitan.

Es necesario que el niño y la niña tenga varias personas a quien recurrir en momentos de peligro y que sepa que si no le prestan atención es necesario insistir o buscar a otra persona.

Tiempo **45**  
minutos



### Objetivos

- Enseñar a los niños y niñas el uso de la frase “Mi red de seguridad”.
- Practicar el uso de la palabra “confianza”.
- Identificar 5 adultos significativos que sean capaces de: creerle, apoyarle y proporcionarle ayuda en cualquier situación
- Establecer la red de seguridad de cada niño y niña.

### Descripción de la Actividad

Identificación de los adultos que pueden conformar la red de seguridad de cada niño o niña, a través de un ejercicio de reflexión compartida





## Materialles

- Hoja en blanco
- Marcadores de colores
- Tijeras
- Pegante
- Revistas para recortar.



## Pasos a Seguir

1. Entregar a cada participante una hoja en blanco en la que dibujará el contorno de su mano con un lápiz o un color. Luego deberá decorarla usando colores o imágenes sacadas de las revistas. Pueden ponerle el título: “Mi red de seguridad”.
2. Terminada esta actividad, los participantes se sientan en un semicírculo.
3. El facilitador da una definición de la palabra “confianza” y explica el significado de la frase “red de seguridad”.
4. Se hace una reflexión sobre estos conceptos.
5. Usando el dibujo ya terminado cada niño y niñas identificará a 5 adultos y adultas de confianza y colocan sus nombres en cada dedo de la mano.
6. Los niños y niñas deben responder a las siguientes preguntas acerca de cada una de las personas escogidas:
  - ¿Qué tipo de trabajo haré esta persona ?
  - ¿Dónde trabaja ?
  - ¿Por qué te inspira confianza?
  - ¿Sabes cómo localizarlo o llamarlo o comunicarte con el o ella cuando necesites?
7. Para finalizar esta actividad, cada participante lee el nombre de uno de los cinco adultos que ha elegido y da razones por las cuales esa persona le inspira confianza.
8. Al cierre de la actividad se hace una reflexión sobre la importancia de saber a donde recurrir en caso de necesitarlo y del derecho que todos tenemos a tener una red de seguridad. Posteriormente se evalúa la sesión utilizando preguntas como estas:
  - ¿Qué fue lo que más te gustó de esta sesión?
  - ¿Qué fue lo que aprendiste hoy?
  - ¿De qué te va a servir lo que aprendiste hoy?

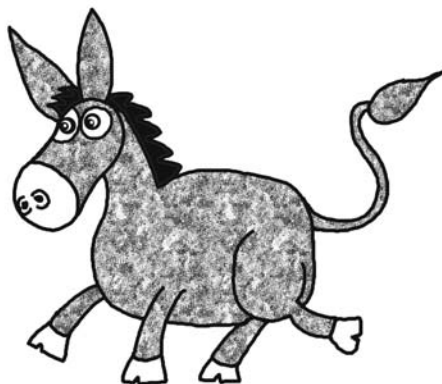


## Definición de red de seguridad

Grupo de personas adultas responsables y respetuosas, capaces de creer, apoyar y ayudar a un niño o niña en cualquiera situación, por ejemplo: un momento de alegría, algún problema o preocupación que les está afectando.

## Definición de confianza

Creer en la honestidad y responsabilidad de una persona adulta que no va a causar daño y que va a ayudar.



## Actividad 8.

# Mi escudo personal

### Recuerda que...

Reconocer las cualidades personales ayuda a los niños y niñas a sentirse mejor con ellos mismos, con una mejor autoestima y por lo tanto, mas seguros, autónomos y motivados.

Igualmente los niños y las niñas deben saber que tienen derecho a sentirse seguros y protegidos y que en su entorno cercano existen personas que les proporcionan esa seguridad, por esto es importante identificarlas y saber que pueden recurrir a ellas.

Tiempo **45**  
minutos



Con esta actividad los niños y las niñas podrán reconocer fortalezas personales y de su entorno que le ayudaran a sentirse con una mejor autoestima y mayor seguridad.

### Objetivos

- Identificar actitudes positivas de sí mismo.
- Identificar el concepto de protección.

### Descripción de la Actividad

Construcción en cartulina de un escudo de seguridad personal





## Materiales

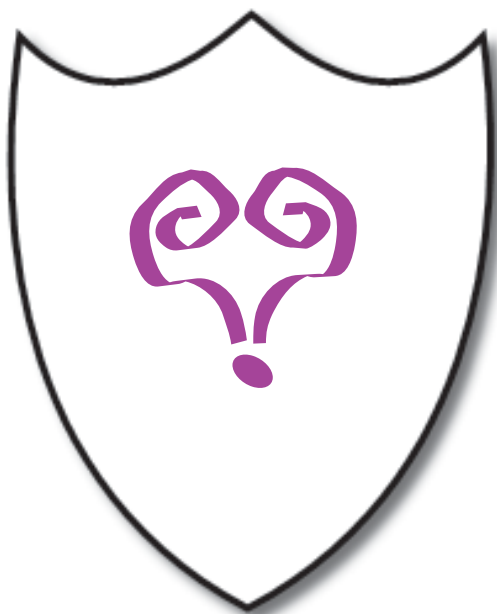
- Hoja con 8 preguntas
- Cartulina de diferentes colores
- Pinturas, pinceles
- Marcadores de colores
- Tijeras
- Molde del escudo
- Papeles de colores para decorar el escudo
- Cintas y lanas de colores
- Pegante
- Cinta pegante

## Pasos a Seguir

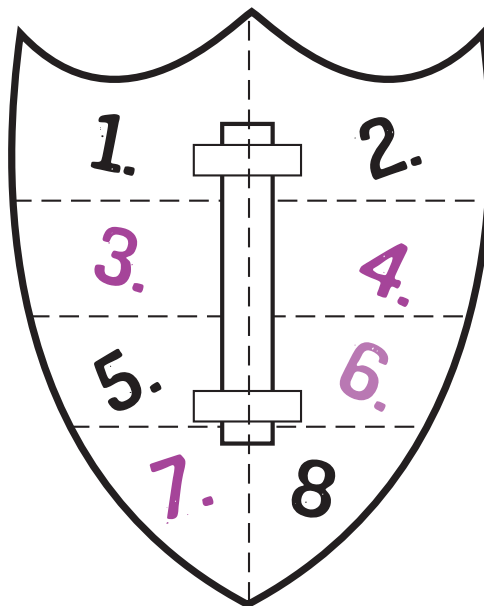


1. Fotocopiar la hoja con las 8 preguntas y dar una copia a cada niño y niña.
2. Entregar un pedazo de cartulina a cada participante.
3. Copiar el molde del escudo sobre la cartulina
4. Cada uno trabaja decorando y pintando su escudo.
5. Cada uno contesta las preguntas en el reverso del escudo.
6. Cada uno comparte las respuestas con el grupo.
7. Para finalizar la actividad se hace una reflexión sobre como todos tenemos fortalezas personales y personas a quienes podemos recurrir cuando necesitemos sentirnos más seguros. Posteriormente se evalúa la sesión utilizando preguntas como estas:  
¿Qué fue lo que más les gustó de esta sesión?  
¿Qué aprendieron de si mismos?  
¿Qué aprendieron de sus compañeros?

# Mi escudo personal



**escudo de  
frente**



**escudo por  
detrás**

Preguntas que van en la hoja que se entrega a cada participante.  
Escribir las respuestas en el reverso del escudo

1. Algo que me hace sentir bien
2. Una actividad que hago bien
3. El lugar donde me siento más seguro es
4. La persona que mas me inspira confianza es.....porque....
5. Lo que más me gusta hacer con mi familia es.....
6. Mi mejor amigo o amiga se llama ...
7. La persona que se preocupa por mí y me ayuda en casa es ...
8. Lo que más me gusta de mí es...