

# JUEGOS COOPERATIVOS PARA CONSTRUIR LA PAZ



*Traducción de “Jeux Coopératifs pour Construire la Paix”  
de Mildred Mashedor  
Université de Paix – Namur (Belgique)*

Realizada por Intered con la colaboración del Ayuntamiento de Donostia-San Sebastián

## INDICE

<b>Capítulo 1: Una mirada positiva sobre sí mismo/a</b> .....	5
Una mirada positiva sobre sí, puerta abierta sobre la vida.....	5
El círculo mágico .....	6
Confianza y seguridad.....	7
Respeto mutuo, autonomía y sentido de la responsabilidad.....	8
La expresión de los sentimientos .....	9
Habitar el propio cuerpo.....	10
<b>Capítulo 2: El despertar de nuestro poder creativo</b> .....	12
Fantasía e imaginación .....	12
El nacimiento de un artista.....	13
Música y poesía.....	13
Danza y movimiento .....	15
En armonía con la naturaleza .....	16
Despertar interior.....	17
<b>Capítulo 3: Comunicación</b> .....	18
Observación y toma de conciencia.....	18
Comunicación no verbal.....	19
Escritura espontánea.....	20
Y si contaras un cuento... ..	20
La escucha activa .....	21
Discusión y toma de decisiones .....	22
Los medios de comunicación .....	25
<b>Capítulo 4: Cooperación</b> .....	26
Juegos cooperativos en el espacio.....	26
Juegos de mesa cooperativos.....	33
Actividades al aire libre .....	34
Todos/as juntos/as .....	35
Juguetes que respiran vida .....	36
<b>Capítulo 5: Hacia la cordialidad en el grupo</b> .....	38
El respeto de la persona: clave para desactivar los prejuicios ....	38
A la escucha de otras culturas .....	39
Chicos... chicas... Rompamos los clichés.....	39
Todos/as somos ciudadanos/as del mismo planeta .....	40
Jardineros/as de nuestro planeta.....	41
Construimos nuestro presente y nuestro futuro.....	42
<b>Capítulo 6: Pistas para la resolución no violenta de conflictos.</b>	43
Aprender honradez y justicia .....	43
Expresar los miedos a la violencia, la guerra, la muerte.....	44
Crear en mi propio poder .....	44
Etapas preliminares indispensables antes de abordar la resolución de los conflictos.....	47

## Introducción

*Ofrecemos la traducción de la obra de Mildred Masheded, que recoge de forma sencilla y magistral una serie de actividades, dinámicas y juegos orientados a enriquecer el bagaje de recursos de padres, madres, educadoras/es, responsables de organizaciones juveniles, etc. en la interacción con sus hijos, hijas, alumnos/as, jóvenes... Su objetivo principal es crear en casa y en la escuela una atmósfera serena, fuente de relaciones armoniosas entre las personas que viven juntas. L'Université de Paix, de Namur (Bélgica) había traducido al francés esta obra y agradecemos su colaboración al permitirnos realizar la versión en castellano y euskara.*

*Esperamos sea una valiosa herramienta que nos proporcione pistas para hacer brotar en los niños/as su fuerza creadora.*

### ***¡Vivamos los juegos cooperativos para construir la paz!***

*He aquí una propuesta maravillosa: ¿Y si aprendiéramos la cooperación divirtiéndonos?*

*Seguro que la aventura no nos defraudaría. Podríamos experimentar las ventajas de abrirnos a otros y otras en vez de encerrarnos y sentirnos aislados/as o excluidos/as, de superar nuestra pasión por ganar o nuestro miedo a perder, de tomar conciencia de nuestros puntos fuertes y sentirnos valorados/as cuando las rivalidades disminuyen.*

*Nunca es tarde para disfrutar y ser creativo. Sobre todo a las personas adultas nos pondrá en contacto con nuestro ser profundo y nos acercará a los niños y niñas porque ellos/as tienen precisamente esa capacidad de jugar y crear sólo por placer.*

*Nuestras relaciones con ellos/as mejorarán si juntos/as jugamos, bailamos, inventamos juegos y construimos juguetes.*

*Quienes formamos parte de InteRed Euskal Herria, queremos apostar por la cooperación frente a la competitividad, la comunicación positiva frente a la cerrazón y al conflicto, la construcción de la paz frente a la violencia, el consumo responsable frente al consumismo inconsciente... Colaboradoras y personal voluntario de InteRed han hecho posible la traducción al castellano y la maquetación de este valioso instrumento, por lo que les expresamos nuestro agradecimiento. Agradecemos también la subvención concedida por el Ayuntamiento de Donostia – San Sebastián para su traducción a euskara.*

*Miremos al futuro con optimismo, reforzados por la confianza en nosotros/as y confiando en la potencia creadora de nuestra imaginación; desarrollemos la comunicación positiva, la cooperación y la resolución no violenta de conflictos; así, podremos respirar y contagiar la alegría de vivir. Es un camino al que os invitamos. ¡Vale la pena!*

## **Ideas prácticas para la utilización de este material**

*Padres, madres y educadores elegirán las actividades que respondan mejor a sus necesidades. Es posible utilizar la mayoría de las ideas desarrolladas aquí, en familia o en el aula. Si hay pocos participantes, no perdáis de vista que muchos de los juegos pueden hacerse entre dos; si los grupos son numerosos, divididlos en dos subgrupos, y que sea uno/a de los/as mayores quien lo anime, si se trata de niños/as pequeños/as. La diferencia de edad no es un problema: ¡las ideas de los más jóvenes proporcionan a los abuelos/as y a los mayores una nueva juventud!*

*Algunas actividades se adaptan mejor a los mayores. Sin embargo, no desestimemos las capacidades de los más jóvenes; nos sorprenderán con su capacidad para realizar actividades complicadas si establecemos al principio una progresión a partir de actividades sencillas. Respecto a la resolución de conflictos, les he visto progresar de manera sorprendente: al principio llamaban a los mayores para resolverlos; después, han aprendido a escucharse y a asignar un tiempo de palabra a cada uno/a.*

*El orden de los capítulos sigue una progresión: por ello es preferible empezar por el desarrollo de la mirada positiva, las actividades creativas y las técnicas de comunicación más sencillas. Utilicemos primero los juegos cooperativos con las consignas más sencillas, progresando después hacia juegos más complicados. Como se trata de transformar una manera de vivir, algunos juegos cooperativos incluidos en momentos adecuados, tendrán más impacto que unas actividades en serie consagradas a ese objetivo. Y así, podrán encontrar su lugar en la vida cotidiana de la familia y del aula. Otra buena idea es la de seleccionar diferentes ejercicios de cada capítulo para introducir una cierta variedad; algunos tendrán más éxito que otros y los niños y niñas los volverán a pedir!*

*Cuando las edades son diferentes, como en la mayoría de las familias o en algunas aulas, es la ocasión para practicar numerosos intercambios, y aprender a resolver conflictos, así como a ayudar a los más pequeños/as, lo que contribuye a desarrollar el espíritu de cooperación.*

*Una palabra para los tímidos (son más de los que pensamos!): no debiéramos jamás presionarles para que participen; por ejemplo, en el juego con el micro mágico que da a cada niño y niña el derecho de hablar por turno, algunos/as pueden pasar su turno o hablar en otro momento. Lo mismo para la práctica de "brainstorming" o lluvia de ideas, en la que el animador/a da siempre la consigna siguiente: cada uno/a expresa su idea sin que ninguna sea criticada o privilegiada; en una etapa posterior, el grupo se pondrá de acuerdo en una opción común.*

*Aunque muchas actividades de este libro tengan que ser presentadas por personas adultas, esperamos que los niños/as tomarán progresivamente la iniciativa de dirigir algunas actividades e incluso de inventar otras.*

## Capítulo 1: Una mirada positiva sobre sí mismo/a

*Una mirada positiva sobre sí, puerta abierta sobre la vida*

*El círculo mágico*

*Confianza y seguridad*

*Respeto mutuo, autonomía y sentido de la responsabilidad*

*La expresión de los sentimientos*

*Habitar el propio cuerpo*

### Una mirada positiva sobre sí, puerta abierta sobre la vida

*Nuestra confianza o desconfianza tiene su origen en nuestra más tierna infancia; pero nunca es demasiado tarde para desarrollar una mirada positiva sobre nosotros mismos. La mayoría de nosotros concedemos mucho valor a los juicios de los demás y los niños/as son muy vulnerables en este terreno.*

*Muchos/as de nosotros hemos salido de la infancia con un sentimiento de fracaso personal; una de las razones, y no la menor, es que esta sociedad competitiva nos lleva sin cesar a compararnos con otros y nos envía constantemente el mensaje, “tú no triunfas tanto”. Para hacer frente a la situación en que nos pone este mundo moderno mal llamado “libre para todos” hay que volver a encontrar la importancia de la valía personal y de la creatividad. No se puede llegar a ello más que liberándose de las opiniones y de los éxitos de los otros y teniendo la firme convicción de que nosotros tenemos muchos recursos y somos dignos de amor.*

## BUZÓN DE IDEAS

### □ Siluetas

Los niños/as trabajan en parejas; uno/a de ellos/as se echa sobre un papel pintado y el otro traza el contorno de su cuerpo; se recortan y colorean las siluetas obtenidas; añaden primero frases cortas que revaloricen tal o cual parte de su cuerpo; por ejemplo: me encanta dibujar con mi mano, con mis pies puedo andar 10 km., con mi boca cuento bellas historias, etc. Después circulan por la sala, admiran todas las siluetas y espontáneamente añaden observaciones positivas sobre las formas dibujadas por algunos/as de sus compañeros/as. A continuación, cada uno/a coloca su silueta en la pared de la clase o de su habitación.

### □ Sombra, ¿quién eres?

Un niño o niña está junto a la pared sobre la que se ha puesto un papel grande; otro tiene una lámpara encendida y un tercero traza el perfil del primero que se separa de la pared. Se recorta la silueta que a continuación se presenta al grupo: “Adivinad quién es”.

### □ ¡Oh, cómo he crecido!

Cada uno/a estampa sus manos y sus pies en una hoja de papel; se conservan estos dibujos. Algunos meses más tarde se hace lo mismo; puede así maravillarse de su crecimiento.

### □ El libro positivo

En un cuaderno personal cada uno/a escribe (dibuja o pega) lo que ha vivido de positivo; se puede realizar en grupo durante la clase, incluso con los más pequeños/as.

### □ **Un lugar en el árbol para mis habilidades**

Cada participante inscribe su nombre en una rama; y en las hojas que encuentra en ella anota lo que él puede hacer; por ejemplo: yo soy capaz de nadar, de saltar a la cuerda, de patinar...

### □ **Mi carnet de identidad positivo**

Los niños/as están en círculo: cada uno/a escribe su nombre en la parte baja de una hoja y la pasa a su vecino de la derecha. Éste escribe en ella algo que admira de la persona que figura en la hoja, después dobla el trozo de la hoja en la que acaba de escribir, la pasa a su vecino de la derecha y así los demás...

Las hojas circulan, cada uno/a anota en ellas lo que aprecia del otro sin mirar lo que los otros han escrito. Cuando la hoja llega a su destinatario, la recibe como un regalo hecho por cada miembro del grupo.

### □ **Dime, ¿en qué eres fuerte?**

Colocarse en parejas; uno/a pregunta al otro/a: “¿En qué eres fuerte?”. Cuando ha contestado, le pregunta de nuevo: “¿Y en qué más?”. Y así durante tres minutos. Después se cambian los papeles.

### □ **¡Tus deseos!**

Cada uno/a expresa o dibuja tres deseos para sí mismo/a y otros tres para alguien a quien quiere.

## **El círculo mágico**

*Si nos remontamos a las huellas más antiguas de la humanidad, los círculos han jugado siempre un papel extraordinario, tanto en la naturaleza como en la vida espiritual. Parecen evocar algo mágico, bien sea el sol, la luna, las ondas formadas en la superficie del agua, los “arcos de brujas” (setas de los bosques que crecen en círculo).*

*Hoy en día tenemos pocas ocasiones de sentarnos en círculo alrededor de una hoguera; podemos, sin embargo, sentir el calor de la amistad que nos une cuando participamos en juegos que se realizan en círculo o cuando compartimos sentados en círculo nuestros sentimientos.*

*Las actividades en “círculo mágico” contribuyen ciertamente a desarrollar una imagen positiva de sí mismo por la seguridad que nos dan.*

## **BUZÓN DE IDEAS**

### □ **Director de orquesta itinerante**

Los participantes están de pie en círculo; alguien espontáneamente hace un gesto repetitivo y los otros le imitan; después de 20 o 30 segundos, se para y el siguiente inventa otro gesto.

Variante: Si se desea insistir más sobre la armonía del grupo, se modificará la consigna: el gesto será lento, no repetitivo; cuando el primero se pare, el siguiente continuará con la posición en que el grupo se detuvo; el grupo entero, atento a los movimientos, acompaña a cada líder en su gesto.

### □ **¿Te vas a reír?**

En círculo, uno/a intenta hacer reír a su vecino/a. Éste responde invariablemente: “te quiero mucho, pero no puedo reírme”. Se puede intentar hacer reír con palabras o gestos, pero está prohibido tocar o hacer cosquillas.

### □ **Es formidable**

En un círculo, todo el mundo se coloca mirando hacia el interior cogidos por la cintura y giran con pasos laterales hasta que alguien grita: “¡Escucha!”. En ese momento todos se paran y él cuenta una cosa positiva de sí mismo o un buen momento vivido por el grupo. A continuación giran en la dirección opuesta hasta la próxima “señal”.

### □ **¿Cómo te llamas?**

Cada uno/a se pasea, pregunta a otro del grupo su nombre y le coge de la mano; juntos buscan una tercera persona y le preguntan su nombre. La cadena se alarga y cada vez que uno/a se agrega, otro/a de ellos/as dice los nombres de los/las que forman su cadena. Se separan y van con la misma consigna para llegar a conocer a todo el grupo.

### □ **Salto teatral**

Una persona salta en el círculo con un movimiento muy personal; los otros le imitan y todos juntos dicen: “Buenos días, Nicolás”. El animador/a propone después un ejercicio de memoria que consiste en repetir los “buenos días” a cada uno/a; todo el grupo reproduce al mismo tiempo el gesto de esta persona.

### □ **Mi dibujo fetiche**

El niño o niña dibuja, o lo que verdaderamente quiere hacer, o lo que le hace más feliz, o el animal que más le gusta y comparte con su vecino/a del círculo.

## **Confianza y seguridad**

*La confianza es una cualidad humana fundamental, podemos desarrollarla desde el nacimiento e incluso antes. Se refuerza a través de las relaciones interpersonales durante toda la infancia. Es esencial tener bastante seguridad para abordar nuevas experiencias con confianza y apertura y al mismo tiempo ser realistas y vigilantes en situaciones peligrosas, que nos afectan física o moralmente.*

*Los ejercicios siguientes nos permitirán intensificar la confianza en nuestros semejantes y nos ayudarán a desarrollar comportamientos positivos. Así podremos contar con los otros y sentirnos aceptados con nuestros límites. Erik Erikson presenta el equilibrio adecuado entre la confianza y la desconfianza como la primera etapa de desarrollo del niño/a.*

## **BUZÓN DE IDEAS**

### □ **Guía y ciego**

Una persona con los ojos tapados; el otro la conduce, primero cogida por la cintura, después cogida de la mano y, por último, por la punta de un dedo. Después se cambian los papeles.

### □ **Me fío de ti**

Guiar a alguien que tenga los ojos vendados, dándole consignas verbales, como: “adelante”, “párate”, “dos pasos a la izquierda...”, etc. Cambiar los papeles.

### □ **Botella borracha**

Por turno, cada uno/a se pone de pie en medio de un pequeño círculo en el que los participantes están colocados uno/a contra otro. Con los ojos cerrados, el que está en el centro va hacia atrás con confianza, sabiendo que los otros van a acogerle en sus brazos. Este ejercicio puede ser realizado entre dos, asegurándose de que el compañero puede resistir el peso del que se deja caer.

### □ **Alfombra voladora**

Los participantes están de pie, en dos filas una frente a otra. Cogen fuertemente las dos manos de la persona de enfrente para formar un apoyo fuerte. Cada participante, por turno, se deja caer sobre esta alfombra rodante, con la cabeza hacia delante. Es llevado por los brazos de los miembros del grupo y se relaja lentamente atravesando un paisaje de colinas o se deja mecer por los otros que le acompañan en este maravilloso viaje, balanceándole suavemente con los brazos hacia arriba y después hacia abajo.

## **Respeto mutuo, autonomía y sentido de la responsabilidad**

*El respeto mutuo es verdaderamente la base de la buena convivencia entre los humanos; se vive particularmente en las relaciones entre generaciones: padres-madres-hijos; profesores/as-alumnos. Las personas adultas se sienten fácilmente superiores a los niños/as, y después de todo es natural ya que tienen realmente más experiencia. Pero los niños/as por otra parte tienen la espontaneidad y el entusiasmo que nosotros, muy a menudo hemos perdido. El compartir podría ser beneficioso para cada uno/a. Cuántas veces les decimos lo que deberían pensar, cómo deberían actuar y cuántas veces les corregimos antes de dejarles explorar sus propios sentimientos. ¿No podemos sencillamente enseñarles a gobernar su vida, ayudándoles con nuestro ejemplo y experiencia? Este respeto mutuo no significa que podamos prescindir de unas reglas de conducta; bien al contrario, cuando las responsabilidades se ponen por escrito y el contrato está claro para cada uno/a, son un trampolín positivo para la acción.*

*Muchos juegos de este libro pueden ser “dirigidos” por los mismos niños/as. En muchos momentos, se harán responsables incluso del desarrollo de una actividad. Animemos a los niños/as a inventar variantes a los juegos propuestos; así, reforzados/as en la confianza en sí mismos/as, tendrán montones de ideas creativas.*



## ***BUZÓN DE IDEAS***

### **□ Rueda de responsabilidades**

Todos y todas, mayores y niños/as, participan en las tareas cotidianas sobre la base de un compromiso voluntario con una tarea; después de un tiempo establecido, se procede a la rotación en las tareas.

### **□ Micro mágico**

Se trata de un objeto cualquiera, por ejemplo una concha; sólo aquel que la tiene en su mano tiene la autorización para expresarse. El grupo decidirá cómo circulará el objeto; cada uno/a tendrá su turno y a quien no quiera hablar se le respetará su decisión, pasando el objeto a otro. Más tarde quizá hablará, si siente que no se le presiona para ello.

### **□ Una ayuda**

Piensa en una persona que te ha hecho reír, que te ha valorizado; entonces te has sentido alguien, te has sentido feliz. Dibuja ese momento.

### **□ Altos y bajos**

El mismo ejercicio que el anterior, pero además otro dibujo que muestra exactamente lo contrario: alguien que te agobia, te ha rebajado y te has sentido insignificante o estúpido. Este ejercicio puede revelar muchas cosas a las personas adultas si participan en él: recordando su infancia, pueden comprender mejor lo que los niños/as sienten.

## **La expresión de los sentimientos**

*Muchos de nosotros, sobre todo los chicos, han sido educados con el siguiente principio: “es conveniente guardar para si mismo/a los sentimientos”. Cada uno/a debería poder expresar sus sentimientos desde jóvenes (los bebés habitualmente no tienen dificultad para hacerlo). Tomemos conciencia de nuestra necesidad de aceptarlos para ser verdaderamente humanos.*

*Mostremos a nuestros niños/as que es natural expresar plenamente sentimientos, no solamente de amor y ternura, sino también de cólera, y hasta de odio; y una vez que son expresados abiertamente, podemos dialogar con estos sentimientos en lugar de reprimirlos.*

## ***BUZÓN DE IDEAS***

### **□ Cu-Cu**

Pasar la mano por la cara, a la vez que se va cambiando de expresión (alegría, tristeza...)

### **□ Pasar la máscara**

En círculo, alguien hace gestos expresando una emoción: tristeza, decepción, sorpresa, etc. Pasa su “máscara” al siguiente, quien le imita.

### **□ Cambiar de máscara**

Esta vez, después de haber imitado a la persona anterior, cada uno/a se quita su máscara y adopta otra expresión que pasa al siguiente, continuando así.

### □ **Estatua viviente**

Ejercicio para dos: cada uno/a, por turno, “modela” una verdadera escultura humana... a su compañero. Los otros adivinan cómo se sienten los dos jugadores. Todo el grupo puede también crear “cuadros vivientes” compuestos por personas que expresan una emoción, por ejemplo pena, excitación, cólera, etc.

### □ **¡Qué recuerdo!**

Compartir en círculo vuestros recuerdos buenos y malos: por ejemplo un día en el que pasaste mucho miedo.

### □ **¡Que me dejas!**

Tres personas entablan una conversación sin pies ni cabeza, una verdadera algarabía. En un momento dado, dos de entre ellos/as entran en una conversación y la tercera queda marginada. Después, esta persona responde a la pregunta: “¿cómo se siente uno/a cuando se le deja de lado y aislado, incluso durante un minuto?”. Se intercambian los roles.

### □ **¡Dejadme entrar!**

Los participantes están de pie, en círculo, espalda contra espalda; una persona está fuera del círculo e intenta entrar; si lo consigue, quien le ha dejado pasar pierde su lugar. Cada uno/a de los dos explica cómo ha vivido esta experiencia.

## **Habitar el propio cuerpo**

*No se puede negar la importancia que han tenido nuestros padres y madres en nuestra manera de vivir nuestro cuerpo. La educación recibida y la influencia de corrientes religiosas en las que el cuerpo no ha sido reconocido suficientemente ni integrado en su justo valor, contribuyen todavía a menudo a crear obstáculos en las relaciones de unos/as con otros/as.*

*Podemos enseñar a los niños/as a “habitar” su cuerpo desde pequeños/as. Esta imagen positiva es presentada en muchos juegos y actividades propuestas en este libro: crear formas con las manos, tocarse, apretarse contra los otros, nos ayuda a tomar conciencia de la unidad cuerpo-alma-espíritu.*

### **BUZÓN DE IDEAS**

#### □ **Relajación dinámica**

Es un placer contraer los dedos de los pies, después de retorcerlos y así subir hasta la cima del cuerpo.

#### □ **Masaje**

Es una manera maravillosa de relajarse: el masaje de los pies y del cuerpo puede realizarse por grupos de dos; otra posibilidad: darse masajes uno/a a otro/a en la espalda, la nuca, de pie o sentados/as en círculo; cada uno/a da el masaje a la persona que tiene delante.

### □ **Respiración profunda**

Permite una excelente relajación antes o después de cualquier actividad de este libro.

### □ **Puzzle humano**

Un niño o niña se echa al suelo; los otros hacen lo mismo cada uno/a cuando le corresponda, eligiendo una posición concreta y juntándose unos/as con otros/as en esa posición: el cuerpo de cada cual, encorvado o extendido, se convierte en una pieza de una gran puzzle. Después todo el mundo se levanta y corre un poco. Cada uno/a busca la posición precisa que tenía en el puzzle para volver a formarlo.

### □ **La gran máquina**

Cada uno/a de pie, sentado o acostado, se convierte en una pieza de una enorme máquina que se pone a dar vueltas. El grupo comienza a girar al mismo ritmo, lo que exige mucha cooperación.

### □ **Alfabeto viviente**

Cada uno/a utiliza las formas y posiciones de su cuerpo para representar una letra o una parte de letra. El conjunto constituye bien el nombre de un miembro del grupo o bien una frase corta, un mensaje divertido que tiene que descubrir el resto del grupo.



## Capítulo 2: El despertar de nuestro poder creativo

*Fantasía e imaginación*  
*El nacimiento de un artista*  
*Música y poesía*  
*Danza y movimiento*  
*En armonía con la naturaleza*  
*Despertar interior*

### Fantasía e imaginación

*Los niños/as dan rienda suelta a la fantasía; de hecho, en los primeros años les resulta difícil distinguir la imaginación de la realidad.*

*En esta etapa de su desarrollo, su fantasía puede desaparecer para siempre, sobre todo si se la desprecia o ridiculiza. Nuestro objetivo es alimentar su imaginación creativa: de esta forma podrán funcionar a dos niveles distintos – imaginación y realidad – y combinarlos armoniosamente.*

### **BUZÓN DE IDEAS**

#### □ **Viaje imaginario**

Nos puede alejar de las realidades cotidianas y llevarnos donde queramos. A los niños/as les encanta que se les guíe en sus fantasías: por ejemplo en la luna, los planetas y las estrellas, sobre un barco mágico en alta mar, al fondo del océano...La realidad de la

naturaleza puede mezclarse libremente con el mundo de los sueños y de las imágenes.

Habitualmente un adulto comienza a contar una historia; los niños/as pueden cerrar los ojos, encender velas, poner una bola de cristal, etc. y ¡comienzan un gran viaje!

#### □ **Excursión animada**

El narrador conduce a los niños/as en un viaje imaginario lleno de obstáculos que tienen que superar. Los niños/as le siguen e imitan cada acción que tienen que realizar (por ejemplo: nadar, escalar, arrastrarse, saltar, esconderse, etc.) para llegar al fin del viaje.

#### □ **Viaje prodigioso de la mariposa**

Es una historia escrita por Carolina Askar: los niños/as observan cómo las orugas se transforman en crisálidas y cómo éstas vuelan transformadas en luminosas mariposas; también los niños/as quieren volar: saltan en el aire y baten las alas con sus brazos, pero ¡es imposible!

Entonces llega una mariposa enorme y comparte con ellos/as un secreto importante: los niños/as pueden volar a cualquier parte, no tienen más que cerrar los ojos y activar el espíritu imaginándose que vuelan, suben muy alto, por encima de las verdeantes colinas, descienden suavemente, rozan las olas, se pasean por encima de los tejados y ¡hasta charlan con las palomas!

#### □ **Imágenes mentales**

Cierra los ojos un momento y luego pinta lo que has visto.

## □ En el país de mis sueños

Éste es un sueño en el que cada uno/a viaja a un país imaginario que le gusta mucho, y muy diferente al suyo. Después de este sueño, se propone a los niños/as que dibujen el paisaje y las personas que han visto.

## El nacimiento de un artista

*Para los niños/as, el arte es una de las principales fuentes de auto-expresión: observa cómo colocan las piedras o las conchas de la playa, cómo hacen brotar la vida con sus pinceladas mágicas: ¡qué concentración y qué esfuerzo, de los que ni siquiera son conscientes!*

*Nosotros los mayores, podemos fácilmente destruir esta espontaneidad original sin quererlo, al intentar familiarizarles con la perspectiva o la precisión. Dejémosles dar forma a la vida sin intervenir, pues así nos revelan poco a poco su mundo más íntimo.*

*Esto ha escrito Jan Maddison, un discípulo de Arno Stern, fundador de la pintura expresiva: “Se nos ha enseñado desde la infancia que pintar es una técnica, una forma de arte muy especializada que exige mucha energía, concentración, formación y un don interior: “el talento”. Así, la pintura llega a ser algo inaccesible para la mayor parte de la gente; a lo sumo somos capaces de mirarla, pero no de crearla. Se nos ha cortado la capacidad de utilizar un lenguaje visual; es normal que años después digamos :”Nunca he sabido dibujar”. Y sin embargo, existe dentro de nosotros/as un manantial de expresión a donde raramente acudimos a inspirarnos. Podemos despertar esta inspiración para la pintura o el dibujo, si abandonamos nuestras ideas preconcebidas sobre lo que es la*

*pintura.” (La Pintura Expresiva. Un proceso de aprendizaje creativo.)*

*Muchos juegos se basan en las capacidades gráficas de los niños/as. No los confundamos con “actividades de arte puro”. En esto, verdaderamente, la libertad de expresión es total, el material muy diversificado (pintura, papel, arcilla, material de collage...) y la atmósfera tranquila debe basarse en una actitud de ausencia total de juicios de valor por parte de los mayores.*

## Música y poesía

*En muchas civilizaciones, la música constituye el ritmo de la vida; en muchas sociedades africanas, por ejemplo, la música juega un papel primordial: es una parte esencial de la existencia. En ciertas sociedades, una persona se puede expresar lo mismo en poesía que en prosa; estas características están enraizadas en tradiciones muy profundas, y no son en ningún caso monopolio de la élite o de los ricos. Cantar juntos da una gran sensación de unidad. Todos los niños/as tienen un sentido innato del ritmo, y les gusta crear música. Si se les estimula un poco, son capaces de expresarse con palabras sin perder su espontaneidad creadora. A muchas personas adultas se les disuadió de utilizar su voz y dotes poéticas desde que eran niños/as: conozco a gente que jamás se ha atrevido a cantar desde que se les dijera, de pequeños/as, que desafinaban. Sin embargo, nunca es demasiado tarde para recuperar la confianza en nuestra capacidad creadora musical o poética, pero es preferible que nuestros hijos no sufran nunca este comportamiento de rechazo. El compositor Alfred Nieman trata este asunto admirablemente en un artículo titulado “El valor de improvisar en música”: “yo defiende la idea de que no se debería enseñar música a los niños/as, sino más bien animarles a que “hagan música”... los profesores/as*

*deberían ser catalizadores que tiendan a liberar las energías de los niños/as, a darles ideas y a proporcionarles instrumentos diferentes; así podrían crear una música que dé carácter a sus propias historia e ideas. Los niños/as están dotados para ello: si produces un sonido ruidoso y les preguntas a qué les recuerda, te sorprenderás de la abundancia de sus respuestas. Luego, en el piano, puedes tocar una nota aguda y preguntar qué es lo que les evoca. Uno/a dirá que un pájaro en vuelo, otro/a una nubecilla en el horizonte o la caída de una gota de agua. Si los niños/as tienen instrumentos de percusión, bastará con decirles: "vamos a tocar con sonidos fuertes y suaves". Se expresarán fácilmente y nos sorprenderá su rica creatividad. Comenzarán a construir formas que surgen con naturalidad de su ser interior. Estas formas están verdaderamente inscritas en el interior de si mismos/as." (Educar. Nov.- Marzo, 1986)*

## ***BUZÓN DE IDEAS***

### **□ Instrumento misterioso**

¿Qué instrumentos habéis oído? (por ejemplo: el tambor, la pandereta, el piano). Y, ¿en qué orden?

### **□ Gritos de animales**

Utilizar la voz para imitar a los animales, y adivinar con los ojos cerrados quién los ha emitido.

### **□ El director de orquesta**

Cada participante tiene un instrumento de percusión y lo toca a un ritmo determinado; cada uno/a hace de director de orquesta por turno. El grupo experimenta los cambios: ritmo lento o rápido, sonido fuerte o suave... La batuta baja para sugerir un sonido cada vez más suave; finalmente toca el suelo y es la señal convenida para finalizar el concierto.

### **□ La tormenta**

En corro, el animador/a frota sus dos manos una contra la otra, y cada uno/a, por turno, imita el ruido: es la lluvia; mensaje siguiente: chasquido de dedos, es el granizo; después pisadas fuertes, es el trueno; y finalmente, de nuevo, chasquido de dedos, cada vez más lentamente, y luego frotamiento de manos hasta que la tempestad se aleja.

### **□ Círculo musical**

Uno/a bate palmas a un ritmo determinado e invita a repetirlo al círculo.

Variante: dos ritmos diferentes circulan en direcciones opuestas; te aconsejamos grabarlas para ver si se mantiene el ritmo.

### **□ ¡Sobre todo, la música!**

Con ayuda de un simple instrumento o un piano improvisa diferentes animales: por ejemplo, un ratón, un elefante, un ciervo. Luego, ¿podrías hacer lo mismo con la familia o los condiscípulos?. No es necesario saber tocar un instrumento, es suficiente sentir intuitivamente la capacidad de expresar algo por medio de notas y ritmos.

## □ Rondas y canciones

Crean un ambiente de fiesta y refuerzan la unidad del grupo. Ejemplo: el emperador, su mujer y el príncipe – Il court, il court le furet – sur le pont d'Avignon – Danse, danse (H.Dés) –La Tarantella (Y.Duteil)- Liberté (Hamsi Boubeker).

## □ Coro de abejas

Elegir varios cantos conocidos o canciones de cuna. Distribuir a cada participante una imagen que le evoque algo o musitársela al oído. Todo el mundo circula tateando su música y buscando a su pareja (los que cantan la misma canción). Luego pueden cantarla todos juntos cuando el grupo se haya reunido.

Variante. hacer el mismo juego con las vocales a-e-i-o-u y terminar en apoteosis: el director de orquesta dirige el coro haciendo variar la potencia y el ritmo.

## Danza y movimiento

*Nos maravilla ver a los niños/as moverse y bailar al son de la música. Bailan solos, de dos en dos, o de tres en tres. Absortos en su mundo, no son conscientes de que se les mira. La vida habla a través de su cuerpo.*

*En muchos países, la música y el ritmo forman parte de la sociedad, y sin ellos no tendría sentido. ¡Qué alegría descubrir los bailes tradicionales de cada país, especialmente los más antiguos que nos relacionan con la naturaleza!*

*Aquí tenemos algunos ejemplos belgas*

*La fiesta del árbol de mayo: la gente quema el invierno, simbolizado en un muñeco de paja pendiente de una horca. Los jóvenes bailan y participan en los juegos. El ganador, el Príncipe de Mayo, elige a su princesa; se baila nuevamente en el centro del pueblo, donde se planta el abedul, el Árbol de mayo, símbolo de fecundidad que transmite fuerza y vida a los campos y a las gentes.*

## BUZÓN DE IDEAS

### □ Con la punta de los dedos

Baile de dos en dos. En la pareja, uno/a guía al otro/a sujetándole solamente por la punta de los dedos, y bailan con todo el cuerpo. ¡Qué sentimiento de libertad, y qué sensibilidad en el contacto!

### □ Baile del palo

Colocarse de dos en dos, sujetando cada uno/a el extremo de un palo de unos 30 cm., en la palma de una de sus manos abiertas. Los participantes bailan al son de una música lenta, conscientes del juego espontáneo y del equilibrio que deben mantener: uno/a guía, el otro/a se deja llevar, y viceversa, hasta llegar a un acuerdo en sus movimientos.

### □ Baile del espejo

Colocarse de dos en dos cara a cara. Por turnos cada uno/a hace gestos que el otro imitará al mismo tiempo como si se tratase de un espejo (utilizar música lenta); este ejercicio desarrolla la creatividad, la atención y el estar pendiente del otro.

### □ **Baile de la sombra**

Lo mismo que en la danza anterior, con un cambio de posición: los de la pareja se colocan uno/a detrás del otro/a y el primero hace un gesto que el otro trata de imitar.

### □ **Baile de espaldas**

Se trata de sentir los movimientos del compañero a través de la columna vertebral, la espalda, las piernas.

Variante: la pareja se mueve sujetando un balón con la espalda.

### □ **Tai Chi Chuan**

Originario de China, tiene cada vez más éxito entre nosotros. Es una combinación de movimientos armoniosos. Practicándolo, cada uno/a puede descubrir el placer y la belleza del gesto, que conjuga la concentración y la relajación.

## **En armonía con la naturaleza**

*Todos los niños/as tienen, espontáneamente, un profundo amor a la naturaleza. Como muchos/as de ellos/as viven en ciudades grandes, se trata de intentar desarrollar y alimentar este don maravilloso. Podemos, por ejemplo, enseñarles a cultivar plantas, incluso en un rincón de estas ciudades de cemento.*

*Muchas personas se han convertido en seres totalmente desconectados de la naturaleza. De hecho, para muchos/as niños/as*

*la única imagen que de ella tienen es la que ven en la televisión: una solución que sin duda no es satisfactoria; pero animémosles a ver los programas sobre la naturaleza y comentémoslos con ellos/as. Es necesario ponerles en contacto directo con la naturaleza; así haremos que surjan brotes vivos que se desarrollarán a lo largo de toda su vida.*

## **BUZÓN DE IDEAS**

### □ **Árbol, amigo mío**

Ejercicio para realizar entre dos. Uno/a tiene los ojos tapados y el otro le lleva hasta un árbol determinado, dándole alguna pista en el camino. La persona que va con los ojos tapados puede tocar, palpar y sentir el árbol, antes de que se le conduzca al punto de partida por un camino diferente. Luego, con los ojos descubiertos tiene que localizar el árbol animado por su guía. Después se cambian los papeles.

Cuando este ejercicio se realiza entre un adulto y un niño/a, es realmente gratificante para los dos.

### □ **Recorridos**

En pequeños grupos se pasea por sitios diversos. El recorrido se ha preparado con antelación: en sitios-clave se encuentra alguien que indica la tarea que se debe realizar; por ejemplo: pasar por encima del tronco de un árbol con los ojos vendados, hacer una cabaña con ramas, crear un cuadro con elementos de la naturaleza. Nunca debe haber dos grupos al mismo tiempo en el mismo sitio.



### □ **Búsqueda del tesoro**

Encontrar en diferentes sitios de un recorrido un mensaje escondido o una adivinanza que permita llegar al siguiente lugar. Este enigma se divide en tantas partes como niños/as hay en el grupo. Cada uno/a debe descubrir solamente una parte del mensaje. Si no lo encuentra, sus compañeros/as le pueden ayudar indicándole: "frío... frío", "caliente... caliente", "quemado". El grupo entero reconstruye el mensaje y van juntos al siguiente lugar para descubrir el próximo mensaje. El tesoro tiene que poder ser repartido fácilmente; por ejemplo: una manzana o una naranja para cada uno/a.

### □ **Conectados con la naturaleza**

Tumbarse de espaldas y observar un árbol, o colocarse entre las hierbas de una pradera o al borde de un arroyo; permanecer a la escucha de todos los ruidos durante diez minutos, y mejor con los ojos cerrados. Si no es posible acudir a un entorno natural, se puede crear uno imaginario con sonidos grabados.

### □ **Safari nocturno**

Paseo por la naturaleza: los participantes provistos de linternas son guiados por alguien que conoce el entorno. Juntos identifican los pájaros, las criaturas nocturnas; este juego resulta siempre apasionante para los niños/as.

### □ **El jardín japonés**

Juntar toda serie de elementos de la naturaleza: hierbas, musgo, piedras y ciertas flores que el niño/a puede recoger (un ejemplar solamente). El grupo crea un jardín japonés, estimulado por la creatividad de cada componente. Variante: juego de Kim, a partir

de estos tesoros reunidos. El grupo observa el jardín unos minutos, se aleja, y juntos tratan de recordar todo lo que vieron.

Otra posibilidad: uno/a del grupo retira un elemento del jardín y los otros deben descubrir cuál falta.

## **Despertar interior**

*Actualmente, en las familias o en las escuelas se crean más experiencias en las que el niño/a debe entrar en contacto con su ser más profundo. Algunos llaman a esto relajación profunda, otros meditación. Para muchos occidentales estas prácticas no forman parte de sus tradiciones culturales. Sin embargo, no son tan diferentes de otras experiencias creativas presentadas en este libro; tocan la esencia misma del ser donde nace nuestra inspiración creadora. Este momento de relajación hace surgir un despertar interior, un sueño controlado, o la concentración sobre un valor (por ejemplo, la alegría). Los niños/as cierran los ojos y "van al interior de sí mismos/as" y así se liberan de muchos pensamientos que les invaden, como nos pasa a los mayores. Se puede crear una atmósfera de paz mediante una música apropiada. Velas encendidas ayudan a la concentración. Un adulto les indica que respiren profundamente relajándose: en la inspiración dejan que entre en ellos/as la paz y la felicidad, y al expulsar el aire, sueltan sus pensamientos negativos; progresivamente se van llenando de una alegría que quedará en ellos/as: pueden entonces irradiar esta paz hacia las personas que están cerca, a su familia, a su clase, y cómo no, al mundo entero.*

*Y ¿qué queda?. Tras cinco o diez minutos, los niños/as producen obras de arte que no se pueden comparar con lo que hacían anteriormente. Los dibujos tienen una belleza que refleja verdaderamente lo que acaban de vivir en su interior.*

## Capítulo 3: Comunicación

*Observación y toma de conciencia*

*Comunicación no verbal*

*Escritura espontánea*

*Y si contaras un Cuento...*

*La Escucha Activa*

*Discusión y toma de Decisiones*

*¿Y si hiciéramos Teatro?*

*Los Medios de Comunicación*

### Observación y toma de conciencia

*La mayoría de los niños/as tienen una conciencia muy viva y sorprendente de todo lo que pasa al su alrededor: A nosotros nos toca desarrollar esta fuerza en lugar de frenarla. La toma de conciencia de los otros, de su presencia y de sus sentimientos, es la base de una coexistencia armoniosa. Miremos a los niños/as, su poder de observación, su capacidad misteriosa de detectar a través de sus diferentes sentidos, los sentimientos y emociones que se despiertan a su alrededor...*

## BUZÓN DE IDEAS

### □ Juego de Kim

Juego muy conocido: alguien enseña durante un minuto una serie de objetos puestos en un plato; en seguida los esconde. Cada uno/a debe rehacer la lista de memoria

### □ ¡Vean lo que he cambiado!

Alguien cambia tres ó más cosas de su alrededor; a su compañero le toca descubrir los cambios.

### □ En el reino de los sentidos

Ver, oír, tocar, saborear y sentir los olores, encontrar un lugar ya visitado, descubrir distintos sonidos (naturaleza – instrumentos musicales), tocar diferentes materiales ó tejidos, reconocer diversos sabores de los alimentos, oler perfumes ó especias, todo esto se puede hacer de un modo divertido.

### □ La cadena caprichosa

Seis personas están en fila en un cierto orden; los otros participantes les observan atentamente y después se cambian de lugar. Una vez que las seis personas cambiaron de lugar los otros entran y su tarea es restablecer la alineación inicial.

Variante: cada una de las seis personas toma una posición distinta y después cada miembro del otro grupo reconstruye de memoria un tramo de cadena para rehacerla entre todos.

### □ **Palpar la posición**

En parejas. Uno/a adopta una posición bien determinada; la pareja con los ojos vendados, explora la posición del primero con las manos y trata de imitarla; cambiar los papeles.

### □ **El pequeña/o telepática/a**

Un pequeño grupo de niños/as está sentado en círculo con los ojos cerrados. Cada uno/a se concentra sobre una persona del grupo. Un minuto más tarde, cada uno/a escriben la primera letra del nombre de esa persona. ¡Qué sorpresa descubrir que casi todos tienen la misma letra! Esto funciona, por lo menos para algunos/as.

### □ **¿Dónde está mi patata?**

Disponer un frutero con patatas (naranjas, castañas, manzanas,...) del mismo tamaño. Cada niña/o escoge una, la coge, la observa durante un minuto. En seguida, la vuelve a colocar en el frutero. El animador/a las mezcla. ¡Cada uno/a debe encontrar de nuevo la suya!

## **Comunicación no verbal**

*Muchas veces existe una discordancia entre nuestras palabras y el modo de expresarlas, sea por el tono de voz, la expresión del rostro ó los movimientos del cuerpo. Las/os niñas/os interpretan muy sutilmente el mensaje real y cuando parece haber una contradicción, se quedan confusas/os y empiezan a perder la confianza en nuestras palabras. Raramente hablamos de estos mensajes ocultos. Si las hiciéramos aparecer a la luz del día, el clima que crearíamos sería más sereno y nosotros seríamos mucho más coherentes en nuestro modo de comunicar.*

## **BUZÓN DE IDEAS**

### □ **El Teléfono**

En círculo darse las manos y enviar un mensaje por presión de la mano; ejemplo: dos largas y una corta; después enviar dos mensajes en las dos direcciones (el mismo juego con intercambio de miradas ó toques de codo).

### □ **Algarabía**

De dos en dos intentar comprender lo que el otro quiere comunicar. Las/os niñas/os hablan con un lenguaje inventado ó usando sólo números; pone de manifiesto distintos sentimientos (ej.: cólera, tristeza, alegría...). Después cambian opiniones sobre lo que han entendido de este lenguaje misterioso.

### □ **Pasa la señal**

En círculo. Alguien hace una señal repetitiva, su vecino de la derecha lo imita y prolonga este movimiento transformándolo. Su vecino hará lo mismo y así seguido.

## Escritura espontánea

*¿Podemos expresarnos por escrito con la espontaneidad del lenguaje oral? Es muy difícil. Puede suceder que seamos muy exigentes cuando pedimos a los niños/as y/o jóvenes que hagan grandes redacciones. Ellos/as a penas están empezando a desarrollar sus capacidades de escritura y les pedimos que se arriesguen a perder su inspiración con el cuidado de escribir lo que quieren expresar. Adultos/as comprensivos/as les pueden ayudar: escribirán aquello que los niños/as quieren decir y les animarán a ponerle un título. Esta primera fase, en que la espontaneidad es respetada, les conducirá a redactar sus cuadernillos solos.*

*Ilustraciones y fotos darán belleza a sus textos. Hacerlos ellos/as mismos/as les dará seguridad y orgullo. A muchos/as niños/as no se les ocurre hacer tarjetas de felicitaciones: los periódicos están llenos de ellas!*

*Es muy divertido componer tarjetas de felicitación. Por ejemplo, a partir de flores que se encuentran en el jardín en otoño: es suficiente coger algunas, secarlas, después colocarlas en cuartillas blancas. También pueden dibujar sobre estas tarjetas, completar pequeños mensajes amistosos, componer pequeños poemas. Los destinatarios se sentirán felices.*

*No hay ninguna razón para tener miedo a los poemas si nos aproximamos a ellos temprano, en la infancia: leerlos y tener placer en recitarlos, es casi escribirlos. Podemos empezar sencillamente por dos líneas sin rima, después con estructuras sencillas como el “haiku” japonés.*

*Instalar una caja para sugerencias en casa ó en el aula de clase es un modo bueno de crear un ambiente más cálido y al mismo tiempo*

*aumentar la creatividad en la escritura espontánea. ¿Por qué no aprovecharla para los cumpleaños, Navidad, etc. ?*

## Y si contaras un cuento...

*En todas las sociedades, los mayores siempre han contado cuentos a los niños/as: cuentos populares, mitos, narraciones del pasado: todo esto tiene un gran papel en la educación de los valores culturales.*

*Hoy, en occidente, tenemos una variedad extraordinaria de libros para niños/as, que están bien ilustrados y disponibles gratuitamente en las bibliotecas; pero por más maravillosos que sean no pueden substituir el arte de contar cuentos. Cuando yo era niño, siempre pedía: “cuéntame un cuento de cuando eras pequeño”. Muchas veces, existe un profundo deseo en los niños/as de conocer su pasado inmediato. Para algunos mayores, contar un cuento, exige un gran esfuerzo mayor que leerlo, pero este esfuerzo vale la pena. Todos los podemos contar “Caperucita Roja” y cantar canciones divertidas tradicionales que aprendimos en las rodillas de nuestros padres y madres.*

## BUZÓN DE IDEAS

### □ Bolsa de Juguetes

Preparar una bolsa llena de juguetes y hacerlo circular en el grupo; cada niña/o saca un juguete de la bolsa, que será la fuente de inspiración que hará surgir distintos episodios de un cuento colectivo.

### □ **La araña en una historia divertida**

Todos sentados en círculo, incluido el animador/a también; tiene un ovillo de lana en la mano y da la punta a su vecino; empieza un cuento y va deshaciendo el ovillo dejando pasar el hilo se dirige a una persona que está sentada en el círculo, enfrente de sí, se sienta en su lugar, tiene en una mano la lana estirada y con la otra le pasa el ovillo; éste inventa la continuación del cuento y va atravesando el círculo, pasa el ovillo a otro situado a cierta distancia en el círculo y se sienta en su lugar; esta persona coge el hilo y continúa el cuento; poco a poco se forma una tela de araña para gran alegría de todos a excepción de la araña – el/la que está contando el cuento en ese momento – que debe saltar por encima de todos los hilos estirados.

### □ **Pescando palabras**

Cada participante escribe en una gran hoja de papel una ó dos palabras que le vienen a la mente. El animador/a empieza después un cuento haciendo una frase a partir de esas palabras; después, cuando se sienta inspirado, otro miembro del grupo continua el cuento usando una de las palabras que sobran y así se sigue.

## **La escucha activa**

*¿Cuántos de nosotros hemos practicado la escucha activa? Muchas veces escuchamos sólo la mitad y pensamos enseguida nuestras próximas intervenciones; y si no intervenimos enseguida, otro cualquier se interpondrá y nos hará perder el hilo de nuestra primera idea. Escuchamos aún menos a los niños/as y los interrumpimos más que a los adultos/as. Estos datos figuran en un estudio reciente, que revela también que cortamos más la palabra a las chicas que a los chicos.*

*Practicando la escucha activa, prestamos toda nuestra atención al niño/a y vencemos la tentación de dar al final un consejo. Los niños/as se encuentran sumergidos permanentemente en las directrices, esquemas y sugerencias de los mayores; de hecho, pocas veces tienen la ocasión de ser francos y abiertos y escasamente están seguros de no ser juzgados.*

## **BUZÓN DE IDEAS**

### □ **Conversaciones en secreto**

Sentados en círculo, decir en secreto una frase al vecino, y ver en lo que se ha transformado después de dar la vuelta completa.

### □ **Te oigo**

Ejercicio de dos en dos. Puede ser introducido en los juegos de afirmación positiva. Uno/a de los niños/as pregunta: “¿Cual es la canción (juguete, comida...) preferida?” Escuchar sin interrumpir a su pareja y después transmitir al grupo lo que él ha dicho. Es el mismo procedimiento que cuando hacemos las presentaciones y entrevistas. El entrevistador no interviene hasta que el entrevistado ha terminado su comunicación.

### □ **Sandra dijo**

Es una adaptación de “Tiago dijo” (juego en que el líder da distintas órdenes, pero si la orden no es precedida de “Tiago dijo”, los niños/as no deben moverse y si lo hacen, son excluidos del juego). Aquí, al revés, los que se equivocan no son eliminados; forman un círculo en el interior del primero y finalmente, la mayor parte se encuentra en el círculo interior.

### □ **¡A sus ordenes mi capitán!**

Escuchar las directivas dadas y seguirlas exactamente, por ejemplo: avanzar un paso, girar a la derecha, dos pasos al frente, etc.

### □ **Escucho**

En silencio completo, cada cual escucha con los ojos cerrados, para darse cuenta de los ruidos de su alrededor. ¿Qué sonidos oíste? ¿En qué orden te has apercebido de ellos?

### □ **Dibujo entre dos**

Uno/a de los compañeros/as describe una figura y el otro la intenta dibujar sin verla. Después hablan sobre las dificultades encontradas para describir la imagen ó para representarla.

## **Discusión y toma de decisiones**

*Muy a menudo se considera que sólo los niños/as mayores son capaces de discutir, de tomar decisiones, que los más jóvenes no están suficientemente maduros para tales procedimientos democráticos. Sabemos todos que se amoldan generalmente a nuestras iniciativas. Si les brindamos la ocasión para dialogar y encontrar soluciones, se desenvuelven con muchísima sensatez.*

*Es bueno que, desde la más tierna edad, el niño/a pueda escoger. Este modo de proceder será un apoyo para tomar decisiones más tarde. Es evidente que las elecciones deben tener en cuenta las dificultades de la vida real y las incidencias que puedan tener en los demás.*

## **BUZÓN DE IDEAS**

Hacer pequeños grupos de discusión sobre los problemas cotidianos: ¿Qué programa de televisión vamos a ver? ¿A qué juego vamos a jugar? Todas estas decisiones se toman en el aprendizaje cotidiano de la vida en grupo. El rol “delicado” de los adultos/as gira en torno a esta cuestión: “¿Hasta donde debe existir una estructura? ¿Es necesaria solo cuando los niños/as piden una arbitraje?”. Será más positivo procurar que cada uno/a escuche el punto de vista de los otros para llegar a una decisión común, lo que desarrollará en ellos/as el sentido de justicia.

Es importante que los participantes tengan la libertad de expresarse si no están de acuerdo; la cuestión no es tener o no tener razón, sino tratar de ver las distintas posibilidades de elección según puntos de vista distintos. Los niños/as, como las personas adultas, tienen tendencia a pensar en términos de oposición. El darles la oportunidad de encontrarse con puntos de vista distintos es vital para desarrollar su comprensión del mundo.

NB: Para evitar disputas en el momento de la asignación de un rol, un truco viejo: hacer girar una botella sobre si misma; cuando se pare, indica la persona que llevará a cabo esta función.

## ¿Y si hiciéramos teatro?

*El teatro es un de los mejores medios para desarrollar la empatía y la comprensión de los otros. Desarrollar la tendencia natural de los niños/as para hacer teatro y liberar su imaginación, es un excelente objetivo. Gracias al juego dramático, llegan a ponerse en el lugar de los/as otros. En sí es una actividad de cooperación.*

*En la preparación de la puesta en escena, durante los ensayos, en la representación y en todo momento, la cuestión está en mantener el equilibrio entre “ocupo mi lugar” y “reconozco el lugar del otro”. No es necesario que haya espectadores, porque trabajar en grupo ya da mucha satisfacción.*

*Merece la pena aprovechar el teatro. Los niños/as puede acceder a él progresivamente gracias a los mimos; entonces, se concentran en sus sentimientos y mímicas sin preocuparse de las palabras.*

*Otra etapa para desarrollar la expresión teatral es el uso de marionetas que tendrán un papel primordial en las técnicas de resolución de conflictos.*

## **BUZÓN DE IDEAS**

### □ **Caja mágica**

Cada participante saca de una vistosa caja un objeto imaginario; lo mima y le adjudica una acción; es importante dar ejemplos sencillos: pelar una naranja, manipular un estetoscopio... ¿De que objetos se trata?

### □ **Objeto milagro**

Mimar una acción con un objeto real, por ejemplo un paraguas o un palo de hockey. ¡Adivinar!

### □ **Accidente sin palabras**

Ejemplo: la travesía de una tormenta o el salvamento de alguien que se ha caído en un lago helado...

### □ **Cine mudo**

Hacer mímica sobre escenas de la vida cotidiana. Ejemplo: viaje en tren, pasear, en la playa, leer el periódico, en la barra de un bar, en el dentista, en la peluquería, un campo de juegos... Preparar en grupo ó improvisar sobre un tema. Otra consigna para ayudarles a descodificar más fácilmente: exagerar el movimiento de los labios.

### □ **Pequeños desafíos para Superman**

Hacer en mímica una acción difícil de realizar: por ejemplo, transportar cuatro cucuruchos de helado en la playa un día de mucho calor, andar por primera vez en patines, enfrentar olas de 10 metros, ser proyectado contra rocas puntiagudas, aterrizar en un banco de medusas y, después en tierra firme, trepar a través de un hormiguero gigante, etc.

### □ **Nuestros cuentos favoritos**

Escenificar historietas populares: Cenicienta, Los tres cerditos, y toda clase de cuentos y leyendas provenientes de diferentes países.

### □ **¡Busca en el saco!**

Se da a cada pequeño grupo un saco que contiene varios objetos, por ejemplo: una ambulancia, un bebé, un bombero... Se trata de crear una historia colectiva con todos estos elementos.

### □ **Revolución orquestada**

Utilizar temas en los que los niños/as más tímidos, más pequeños o más débiles tienen poder, por ejemplo: un sector del hospital donde ellos/as médicos, una escena de robo donde ellos son detectives, una plaza con tráfico en que regulan la circulación; ver la página referente a la mirada positiva sobre sí mismo.

*Las actividades siguientes tienen como finalidad estimular a expresar las propias razones en un grupo.*

### □ **¡Déjame entrar!**

Un grupo de personas colocadas en círculo apretado cuenta chistes. Otras desde fuera expresan a su manera (gestos, gritos, súplicas...) su deseo de penetrar en el círculo para unirse a los chistosos.

### □ **¡Déjame pasar!**

Uno/a del grupo debe intentar pasar a través de una fila muy densa, por ejemplo: en la cola de la caja de un supermercado ó en un tren llenísimo.

### □ **¡Ven en mi ayuda!**

Uno/a está encerrado en un compartimento, contra su voluntad. Expresa su angustia y llama al grupo más próximo para que le ayude.

### □ **¡Alguien está en nuestra isla!**

Dibujar una gran isla en un papel; cada participante del grupo dibuja algo, y después el grupo construye una historia partiendo de ese dibujo y la representa; puede ser una isla de monstruos, de gigantes, de piratas, ó de viajeros del espacio en un planeta. Se puede introducir un extranjero en su territorio: ¿A qué se parece? ¿Que es lo que siente? ¿Será aceptado por el grupo?

*Muchas de las actividades que se presentan en este libro se pueden hacer con marionetas. Permiten a los niños/as expresar incluso ideas o sentimientos negativos, por ejemplo: “la peor cosa que he hecho” ó “detesto poner la mesa” ó “no me gusta limpiar la jaula de mi hamster”. Otras marionetas animadas por ellos/as pueden representar a los mayores que encuentran la respuesta a estas observaciones.*

### □ **¡Familia sagrada! (¡Dichosa familia!)**

Cada una de las marionetas interpreta uno de los roles familiares ya sea en la vida cotidiana, o en un acontecimiento particular como Navidad, una boda, una fiesta. ¡Es una ocasión estupenda para observar los estereotipos ligados al sexo!



## Los medios de comunicación

*La televisión es sin duda el medio de comunicación que está más presente en la vida de los niños/as; ¡en nuestros países, muchos/as pasan tanto tiempo delante del televisor como en la escuela! Reducir el tiempo de televisión, es una difícil tarea y, sin embargo, es verdaderamente necesario si queremos que los niños/as participen activamente en la sociedad. Padres, madres y educadores pueden ayudarles: elegir con ellos/as los programas, verlos juntos/as y después hablar. Acompañarles en su lucha contra “el sensacionalismo” y la “violencia omnipresente” permitirá despertar su sentido crítico.*

*Podríamos proponerles otras actividades. ¿Por qué no decidir juntos dejar de ver la televisión durante las comidas? Habitualmente son los únicos momentos para compartir en familia.*

*Demasiado a menudo los niños/as están “colgados” a la pantalla mientras que las personas adultas hacen sus tareas domésticas. Para evitar que la televisión sea fuente de conflictos, ¿por qué no establecer juntos (niños/as y adultos/as) normas claras en relación a la vida de familia, tanto para llegar a una elección armoniosa de programas como para facilitar el reparto de tareas domésticas? Así, niños/as y adultos/as se sentirán reconocidos en sus necesidades. Las normas no les parecerán a los niños/as como impuestas desde el exterior. Se sentirán escuchados por los mayores; y después, harán más fácilmente la relación entre la satisfacción de necesidades de cada miembro de la familia y las normas (establecidas juntos), garantía de una sana convivencia. De la misma manera las personas adultas expresarán sus necesidades con mayor claridad y gracias a las decisiones comunes, no se sentirán desbordados por los deseos ilimitados de los niños/as.*

## BUZÓN DE IDEAS

### □ Actividades vídeo

Numerosas actividades de este libro pueden ser grabadas en vídeo por los chicos y chicas mayores que filman los juegos de los más jóvenes (eventualmente con la ayuda de un adulto).

Si no hay un vídeo disponible, pueden sustituirse por cámaras fotográficas. Las fotos se colocarán en un cartel que puede constituir un escenario a modo de cómic.

### □ Futuro periodista

Crear un telediario especial que será filmado en vídeo: noticias positivas, un día en la escuela, actividades deportivas, una fiesta en el barrio, etc. Si no hay vídeo, también puede utilizarse una caja de cartón a través de la cual el periodista pasa su cabeza.

### □ Radio Libre

Dará noticias locales; permitirá a los adolescentes entrevistar a pequeños/as y adultos/as sobre diferentes temas que escogerán juntos.

### □ ¡En antena!

Distribuir a cada persona el programa diario de varias cadenas de televisión. Experimentar juntos cómo llegar a una decisión democrática frente a la multitud de posibilidades. Quedarse en antena según los deseos de cada cual no es tarea fácil, lo que concluirá inevitablemente en una negociación.

## Capítulo 4: Cooperación

*Juegos cooperativos en el espacio*

*Juegos de mesa cooperativos*

*Actividades para fiestas al aire libre*

*¡Nos ponemos todos juntos!*

*Juguetes que respiran vida*

### Juegos cooperativos en el espacio

*En este libro, todos los juegos propuestos son juegos de colaboración, no competitivos; están orientados a la relación y desarrollan entre los participantes un sentimiento de unión y pertenencia al grupo. ¡Existen tantos juegos competitivos en los que la mayoría de los participantes se encuentran en situación de fracaso! Demasiados juegos eliminan a los jugadores uno/a tras otro/a; a la larga, reducen la alegría y el placer de participar, incluso siendo buen perdedor. Además, los jugadores más lentos a menudo son excluidos y pasan gran parte del tiempo mirando a los niños/as más hábiles. Es fácil transformar juegos competitivos conocidos en situaciones en que todo el mundo gana y nadie pierde; este principio de “juegos sin perdedor” está en la base de todos los libros sobre los juegos cooperativos. Estos juegos transformados son incluso más divertidos que los originales*

*La mayoría de los juegos cooperativos pueden jugarse en cualquier lugar y cualquiera que sea el número de los participantes: incluso de dos en dos en casa, en clase o en el exterior en los jardines,*

*parques, prados o campos de juego. Los participantes pueden decidir juntos modificar las reglas del juego (adaptarlas a la edad, al lugar, al número) para, finalmente, llegar a crear sus propias actividades.*

*Es interesante advertir que los juegos infantiles transmitidos por las tradiciones populares son a menudo juegos de colaboración. ¡Todo el que desea unirse al juego es bienvenido!*

### **BUZÓN DE IDEAS**

#### **Juegos cooperativos centrados en la relación entre dos**

##### □ **¡Salud, compañero!**

Es importante insistir sobre las múltiples formas de elegir compañeros/as para que nadie se sienta marginado. Ejemplo: “Elige alguien de tu misma talla, o nacido el mismo mes, el mismo día, el mismo año, o, incluso, alguien que tiene el mismo color de ropa que tú.”

##### □ **Una imagen para dos**

Encontrar la persona que tiene la otra mitad de una foto cortada en dos.

##### □ **Espejo**

Ponerse frente al compañero y con una música lenta hacer exactamente los mismos gestos que él. Poco a poco se establece un

acuerdo, ninguno/a de los dos sabe ya quien dirige: ¡qué maravillosa sincronización!

Variante: este ejercicio puede hacerse entre cuatro (dos parejas se reflejan uno/a en otro/a) o con el grupo entero que se convierte en el espejo de uno/a de los participantes.

### □ **Arca de Noé**

Cada uno/a de los participantes tiene un trozo de papel en el que está escrito el nombre de un animal (se distribuyen dos papeles para cada animal); Debe encontrar el animal semejante haciendo mimo o imitando su grito.

### □ **¡Vamos a levantarnos!**

Por parejas, sentados espalda contra espalda, los compañeros/as se levantan apoyándose en los codos. O más difícil todavía: se ponen de pie sin utilizar ni las manos ni los codos, únicamente por la confianza y el dinamismo encontrados en el apoyo de las espaldas.

## **Juegos cooperativos basados en el dinamismo del grupo**

### □ **Puzzle en cooperación**

El juego se desarrolla en grupos de cinco. El animador/a distribuye a cada grupo un sobre conteniendo las piezas de cinco puzzles para reconstruir cinco animales diferentes. Hay, por ejemplo, seis piezas por animal. En cada grupo, cada jugador recibe el mismo número de piezas y las coloca delante con el dibujo a la vista. Se trata de respetar tres reglas: nadie puede hablar, nadie puede coger una pieza

de otro, pero cada uno/a puede dar sus piezas a un compañero. El objetivo del juego es, pues, reconstruir los cinco dibujos de animales recibiendo piezas de sus vecinos y *nunca* cogiéndolas. Una vez terminado el juego, se aconseja dialogar con los niños/as sobre cómo se ha desarrollado el juego y qué sentimientos han vivido.

Variante para los pequeños/as: dividir los animales en tres partes.

### □ **Bahía peligrosa**

Un cangrejo gigante se desplaza en diagonal. Está preparado para atraparos cuando atraveséis la bahía. Si os coge, os transformáis en cangrejo gigante dispuestos a pillar a todo el que pase. Los cangrejos pueden estar separados o, en una variante de este juego, pueden formar un enorme cangrejo, agarrarse uno/a a otro/a y avanzar en diagonal.

### □ **Cocodrilos misteriosos**

El grupo se divide en dos: la mitad representa troncos, la otra mitad atraviesa el río a nado. Se dice en secreto a los “troncos” que en realidad son cocodrilos. Y cuando un nadador se agarra a uno/a de ellos/as, es devorado y los dos se convierten en un gran tronco-cocodrilo al acecho de su próxima víctima.

### □ **La cola de la serpiente**

Cuatro, cinco o incluso seis jugadores forman una fila. Cada uno/a agarra la cintura del que le precede. El primero de la fila debe pillar la cola de la serpiente que trata de escapar. Si lo consigue, él se convierte en la cola de la serpiente y la nueva “cabeza” vuelve a iniciar la caza. Este juego puede desarrollarse también en grupos de tres: los jugadores forman entonces un camello: uno/a es la cabeza, otro/a el cuerpo y el último/a la cola.

### □ **El pájaro silencioso**

Este juego se desarrolla en silencio y todos los participantes tienen los ojos vendados. Se desplazan solos en un espacio limitado en busca de un pájaro extraordinario. Cuando encuentran a alguien dicen “pio-pio”. Si les responde “pio-pio” continúan su búsqueda porque este extraordinario pájaro es silencioso. (De hecho, se trata de una persona designada por el animador/a. Permanece con los ojos abiertos y se mueve libremente.) Cuando alguien encuentra al “pájaro que no contesta”, le coge de la mano, abre los ojos y se convierte también en un misterioso y maravilloso pájaro silencioso. El juego se termina cuando todo el grupo forma una gran cadena en silencio total.

### □ **¡A desenredarnos!**

Coger un ovillo grande de lana gruesa o de cuerda. Cada uno/a la enrolla de forma original alrededor de sí y la pasa al siguiente. ¡Cuando todo el mundo está atado, desenrollarse!

### □ **Aterrizaje suave**

Formar un círculo, andando al ritmo de la música y apoyando la mano sobre los hombros de la persona que va delante. Cuando la música se para, sentarse sobre las rodillas de la persona que está detrás: para conseguirlo, agarrar a la persona de delante por la cintura y agacharse suavemente sobre las rodillas de la de detrás. Si el círculo no se rompe, ¡todo el mundo ha ganado! Más difícil todavía: ¡avanzar sentados en esta posición!

### □ **Ensalada de frutas**

Todos los jugadores se sientan en círculo en sillas. A cada uno/a se le da el nombre de una fruta. Uno/a de ellos/as va al centro del círculo y grita uno o varios nombres de frutas. Todas esas frutas cambian de lugar y la persona que está en el centro debe encontrar una silla libre. También puede gritar: “ensalada de frutas”. En este caso, todo el mundo cambia de lugar. Este juego no excluye a nadie: la persona que está en el centro tiene el gusto de dar la consigna siguiente.

Variante: Reemplazar las frutas por marcas de coches o nombres de animales. Para los mayores, elegir, por ejemplo, nombres de países o de ciudades.

### □ **Sillas musicales**

Existen distintas maneras de evitar las eliminaciones del juego tradicional:

1. Cuando la música se para, cada uno/a se sienta en una silla o en las rodillas de otro. Cada vez quitar una silla, hasta que no quede más que una en la que todo el mundo está sentado. Es preferible añadir la consigna de sentarse con las piernas extendidas para evitar pesos demasiado grandes en las rodillas de los niños/as.
2. Sustituir las sillas por jugadores colocados en dos filas paralelas. Cada cual toma la siguiente posición: una rodilla en el suelo, la otra haciendo de asiento. Las “sillas” se orientan alternativamente una hacia una pared, otra hacia la pared opuesta. Cuidar de que haya menos sillas que jugadores circulando a su alrededor (por ejemplo, para veinte jugadores, doce dan vueltas y ocho son las sillas). Los jugadores que al dar la señal no encuentren silla libre, sustituirán a las primeras sillas en las

siguientes vueltas. Las “sillas” serán reemplazadas sucesivamente hasta que todos hayan jugado los dos papeles.

3. Andar de pie sobre las sillas dispuestas en círculo. Cada vez que la música se para, quitar una silla y continuar. ¡La finalidad del juego no es la eliminación, sino la cooperación! Se trata de que juntos consigan permanecer en equilibrio sobre las sillas.

#### □ **Aro musical**

Todos los participantes circulan por la sala al son de la música. Cuando se para, cada participante salta dentro de uno de los aros colocados en el suelo. El juego continua y el animador/a retira cada vez uno de los aros hasta que todos los participantes se tengan que colocar en el interior del único que queda. Si hay más de diez participantes, mantener los dos últimos aros.

#### □ **Maxi-nudo**

Colocarse en círculo muy apretado (de cinco a doce personas). Cerrar los ojos, extender los brazos y cruzarlos a la altura de los codos. Con cada mano, agarrar otra mano libre, si es posible de dos personas diferentes. A continuación, abrir los ojos y tratar de deshacer lentamente los nudos *sin* soltar las manos. ¡Paciencia y perseverancia!

#### □ **Carrera de coches**

Una persona del círculo hace rugir el motor de su coche. ¡Brooommm! El ruido es transmitido y amplificado por los vecinos a través del círculo. Si alguien grita “Hiiiiii”, el coche debe frenar y salir en la dirección opuesta. Para aumentar la dificultad, hacer salir

dos ruidos de motores en direcciones opuestas y dar dos frenazos que les devuelvan hacia sus lugares de origen.

#### □ **Elefante-palmera**

Se juega en círculo con un número de participantes que debe ser múltiplo de tres. Se trata de formar entre tres personas, un elefante o una palmera. El animador/a, en el centro del círculo, señala a uno/a y dice: “elefante”. Inmediatamente esta persona se inclina hacia adelante y balancea los brazos hacia el suelo para simular la trompa del elefante. Los dos que están a la derecha y la izquierda del elefante se acercan y apoyándose a los dos lados, forman con el brazo vuelto hacia la cabeza las dos orejas del elefante.

Si el animador/a dice “palmera”, la persona señalada levanta los brazos para formar el tronco de la palmera, mientras que cada uno/a de sus vecinos/as levanta el brazo exterior, con la mano curvada, para formar el follaje de la palmera agitada por el viento.

Variante: los tres osos. Se trata de formar el trío familiar, de izquierda a derecha: Osito, Oso y Abuelo-oso. El animador/a señala a uno/a y le dice, por ejemplo, “osito”. Inmediatamente sus dos vecinos de la derecha saben que tienen que formar juntos el trío. Cada jugador/a debe adaptar su tamaño para representar en orden al osito, al oso y al abuelo-oso.

#### □ **Ballet de globos**

Entre todos, mantener en el aire un globo; añadir un segundo globo, después un tercero (incluso de tamaños distintos). Esto supone ayuda y reflejos rápidos en el grupo.

Variante más difícil: utilizar balones.

### □ **¡Posturas-sorpresa!**

El grupo se pone de acuerdo para elegir dos posturas (por ejemplo: piernas cruzadas y manos en las caderas). Cada uno/a elige una de las dos posiciones en silencio. El grupo se desplaza por la sala. A la primera señal del animador/a, se juntan por parejas. Muy rápido, cuando todas las parejas se han formado, a la segunda señal (por ejemplo, golpe de tambor), cada cual adopta la postura que ha elegido.

Si, por casualidad, los dos que forman una pareja tienen la misma posición, gritan “hurra”, si no ¡a la próxima! El interés del juego está en que los niños/as elijan una postura y la mantengan sin dejarse influenciar por otro.

Variantes:

- El mismo juego en grupos de tres.
- Variar las posiciones, siendo cada vez más complejas.
- Añadir sonidos

### □ **Escondite para sardinas**

Una persona se esconde y las demás salen en su busca. La persona oculta invita a los que le descubren a quedarse en su escondite hasta que todos los participantes están allí como sardinas en lata.

### □ **León, ¿duermes?**

Todos los jugadores son leones dormidos, totalmente inmóviles excepto uno que es el domador. Anda entre los leones y observa si alguno se mueve. Si ve moverse a alguno, se lo dice y este león se une al domador. Este juego divierte sobre todo a los más

pequeños/as (está permitido hacer bromas a los otros, pero no tocarlos). Se termina cuando ya no hay leones dormidos.

### □ **Construimos nuestro nido.**

Para este juego es conveniente disponer de tantas sillas como participantes. La primera persona coge una silla sólida y se pone de pie encima. La siguiente da su silla a la primera que la coloca al lado de la suya. La segunda sube a la primera silla para ir a la suya. La tercera da su silla a la primera, que la pasa a la segunda que la coloca a su lado. La tercera sube a la silla de la primera, pasa por la de la segunda y llega a la suya. Y así sucesivamente, hasta que cada uno/a esté de pie sobre su silla y formando un círculo.

Los niños/as pequeños/as pueden utilizar sus sillitas o jugar sin desplazar las sillas; en ese caso, el animador/a las coloca en círculo antes del inicio del juego.

### □ **Burbujas en cascada**

Todos los jugadores se sientan en círculo alrededor de una gran hoja de papel. Uno/a escribe una palabra en el centro y la rodea de una burbuja. ¿Qué sugiere esta palabra? Otro jugador escribe la primera palabra que se le ocurre en otra burbuja y la une a la primera. A continuación cada cual, espontáneamente, hace lo mismo, creando asociaciones bien a partir de la palabra primera, bien a partir de una de las otras burbujas.

Este juego tan simple es apasionante: viviréis la relajación, el descanso, la sorpresa, la complicidad.

### □ **¡Preparados para la foto!**

Una o dos personas salen del grupo. Los demás deciden qué posición deben adoptar los que han salido para sacar una foto divertida (por ejemplo, si son dos, sentados espalda contra espalda o de rodillas). Cuando vuelven, tratan de reproducir la posición elegida por el grupo. Los demás les dan pistas según un código establecido de antemano: pulgares hacia arriba o hacia abajo,- frío, caliente, quema -, o dan palmadas o hacen ruido más o menos fuerte según que las personas de la foto se acercan o se alejan de la posición elegida.

### □ **¡Socorro!**

El grupo se divide en cazadores y cazados. Si alguien es tocado, queda inmóvil hasta que sea liberado por otro jugador que pase entre sus piernas.

Variantes: mantener en equilibrio en la cabeza un cojín pequeño, un saquito de arena o un cuenco (para los más pequeños/as basta con un sombrero de papel). Si a un jugador se le cae, permanecerá en su lugar hasta que otro consiga colocarle el objeto encima de la cabeza sin perder el suyo, claro. Si no, debe esperar la ayuda de un tercer jugador.

### □ **¡Con dos basta, tres son demasiados!**

Los participantes forman un círculo en grupos de dos, uno/a detrás de otro/a. Fuera del círculo, el animador/a designa un cazador (el zorro) y a la persona que va a perseguir (el pato). A continuación corren los dos alrededor del círculo. Cuando el pato se coloca delante de un grupo de dos, el que está al otro extremo del grupo se convierte en pato. Cuando el pato es pillado, los papeles se

invierten: el pato se convierte en cazador y corren en la dirección opuesta. El cazador también puede descansar colocándose delante de un grupo de dos; entonces la persona del otro extremo del grupo se convierte en cazador.

Para mayor claridad en el juego, es importante correr siempre por el exterior del círculo.

### □ **Dibujo animado de tamaño natural**

Los participantes se alinean. El primero se coloca delante y crea un movimiento preciso (por ejemplo: forma un círculo con los brazos). El segundo jugador se acerca e inventa otro movimiento (por ejemplo: salta a la pata coja alrededor del primer jugador que continua con su gesto). A continuación el tercero y así hasta que todos tienen su lugar en un gran cuadro viviente.

Variante: añadir sonidos.

### □ **¿Subes al tren?**

Este juego es muy adecuado para los pequeños/as con el fin de que se conozcan y aprendan los nombres de cada uno/a. Uno/a hace de locomotora, se para delante de otro/a y le pregunta: “¿cómo te llamas?” El niño/a contesta y el primero repite tres veces con voz fuerte: “buenos días .... (Nicolás)”. Se convierte entonces en un vagón del tren y continúan el viaje cantando una canción. Van a buscar a otro niño/a con el mismo ritual y así hasta el final.

### □ **Guiños**

Se elige una persona en el círculo y guiña el ojo a otra. A continuación los dos intercambian su lugar. Una vez que todos están

familiarizados con la técnica, un jugador se coloca en medio del círculo y debe ocupar un lugar vacío antes de que la ocupe el jugador a quien iba dirigido el guiño. Si el jugador del centro lo consigue, el juego continúa y le toca a él guiñar el ojo; si no, es el turno del que ha respondido cambiándose más rápido de lugar.

### □ **¡Al encuentro de los colores!**

Los jugadores circulan por la sala al son de una música suave. Cada uno/a espontáneamente se dirige hacia el tambor, toca una vez y da una consigna (por ejemplo: “tocad azul, cuero, algo plateado, a otra persona”). Si se añade la consigna: “suavemente”, este ejercicio desarrolla el sentido del respeto al tocar.

Variante: Para los mayores, añadir una consigna indicando la manera de moverse (ejemplo: “saltad a la pata coja, con una mano en la cabeza y después tocad el color verde”).



## Juegos de mesa cooperativos

*Contrariamente a los juegos de sociedad tradicionales, en que el objetivo principal es, a menudo, vencer a los adversarios, aquí jugamos juntos y nos ayudamos mutuamente a vencer un elemento hostil (lluvia, viento, marea, fuego, ...)*

*Todo el mundo gana o todo el mundo pierde: perder no es humillante porque todos los jugadores son solidarios. Aunque pierdan, la mayoría quiere volver a jugar. En estos juegos descubren que el espíritu de colaboración, alimentado por la creatividad personal, aumenta las posibilidades de éxito y ayuda a superar las dificultades.*

*Al comienzo, el animador/a constata con frecuencia que los jugadores adoptan a lo largo del juego distintos tipos de comportamientos que reflejan su manera de ser (o la de sus padres y madres) en la vida cotidiana.*

*Algunos/as tienen tendencia sobre todo a mostrar comportamientos individualistas, otros se posicionan como líderes, otros permanecen retraídos y hay quien ya está familiarizado/a con la cooperación. Practicando de vez en cuando estos juegos de sociedad cooperativos, el animador/a verá que los niños/as modifican poco a poco sus comportamientos. Cada cual decide más conscientemente si va a jugar a favor del grupo entero, va a ayudar a uno/a de los jugadores a cambio de otra cosa, o bien va a mantener una estrategia más individualista. Modificar su comportamiento en los juegos es poner en marcha una nueva forma de enfocar sus relaciones con los demás; es, también, confiar en su poder de actuar concretamente para construir una sociedad más humana*

*Dar a nuestros hijos una educación para la paz en la que el otro no es aquel al que debo aplastar para triunfar yo, sino que se*

*convertiría en mi aliado para que pudiéramos triunfar juntos: ¿no es la esperanza de ciertos “utópicos”?... Quizás no. Actualmente existen algunos juegos de mesa que dan a los niños/as (¡y adultos/as!) la ocasión de vivir la colaboración y la ayuda mutua; juegos en los que el adversario no es el otro jugador, sino una situación exterior (la lluvia, el viento, el fuego...) que será preciso superar juntos para ganar. ¡Porque juntos somos más fuertes!*

*En InteRed algunos de estos juegos están a disposición de quien desee consultarlos*

## Actividades al aire libre

*Muchos de los juegos descritos en este libro son adecuados para grupos numerosos. Para crear una atmósfera de convivencia y de alegría por estar juntos en un gran grupo, os recomendamos un objeto especialmente adecuado que suele tener mucho éxito: el paracaídas. Podéis encontrar fácilmente paracaídas en desuso dirigiéndoos a clubs aeronáuticos o a la fuerza aérea.*

### ***BUZÓN DE IDEAS***

#### □ **Concierto de olas**

Los jugadores sujetan los bordes del paracaídas a la altura de la cintura. ¡Qué experiencia la de simular con pequeños movimientos de los brazos las olas ondulantes del mar!

#### □ **Paracaídas**

Cada jugador/a sujeta el borde del paracaídas y lo hace ondular. A la señal “Paracaídas”, todos levantan el brazo. ¡Y qué maravilla ver al paracaídas inflarse majestuosamente y planear por encima del grupo antes de caer! (Cada cual por turno grita: “paracaídas”).

#### □ **Champiñón**

Variante del juego anterior en el que cada participante grita un nombre de fruta o de verdura. Cuando alguien grita “champiñón”, y sólo en ese caso, todo el mundo levanta los brazos y el paracaídas se eleva de nuevo en el aire.

#### □ **¡Caramba, qué grande es nuestra casa!**

Para sentirnos juntos bien calientes en nuestra casa-paracaídas, levantamos los brazos; el paracaídas se eleva. A continuación nos sentaremos en el interior, sobre el borde del paracaídas, con la espalda apoyada contra la tela, lo que permite al paracaídas permanecer más tiempo en el aire y formar una amplia tienda antes de caer suavemente.

#### □ **Carrusel**

Para distenderse con un movimiento dinámico, marchar en círculo teniendo el paracaídas a la altura de la cintura, acelerar el ritmo hasta que el paracaídas se arremoline. Después frenar progresivamente hasta parar.

#### □ **Ratones-fantasmas**

El gato corre sobre el paracaídas, los ratones que se desplazan por debajo tratan de escapar. Los demás jugadores sostienen el paracaídas a la altura de la cintura y pueden ayudar al gato o a los ratones cuando quieran: para ello, dejan caer el paracaídas, lo que permite al gato y a los ratones sentir mejor dónde se encuentra cada uno. El objetivo del juego: El gato debe agarrar las formas de los ratones que se desplazan bajo la tela.

#### □ **Balones caprichosos**

Utilizar toda clase de balones, y con movimientos bruscos del paracaídas, hacerles moverse sobre su superficie o incluso lanzarlos al aire y atraparlos. El secreto está en ser flexibles en los movimientos y concentrados en la acción, porque ¡los balones son a veces terriblemente independientes y caprichosos!

## Todos/as juntos/as

*En el campo de la cooperación, podemos tomar del aprendizaje cantidad de ejemplos de colaboración. Estas actividades (dibujo, pintura, collage, teatro, expresión libre) contribuyen a restablecer el equilibrio entre el espíritu de cooperación y la competitividad omnipresente en nuestro mundo. Desde muy pequeños/as, animamos a nuestro niños/as a medirse con sus compañeros/as, particularmente en la escuela. “Yo ya estoy en el libro 5 y tú no estás más que en el 2” dicen ya los de 5 años. En realidad, todos los niños/as tienen recursos extraordinarios para ayudarse y hacer de su aprendizaje una aventura apasionante.*

## BUZÓN DE IDEAS

### □ Arquitectos trabajando

Los niños/as se ponen de acuerdo para elegir una escena. Deciden en grupo pintarla o representarla por collages sobre una única hoja: por ejemplo un jardín, un zoo, una playa, un mercado, una granja, un pueblo. Cada participante encuentra su sitio en la tarea.

Variante: modelado o incluso pinturas murales sobre un tema común.

### □ Dibujo - Adivinanza

Realizar en grupos de cuatro o cinco un gran dibujo coloreado; cortarlo en trozos; pasarlo a otro grupo que debe recomponer el puzzle y viceversa.

### □ Cuadro de libre expresión

Para dibujos, bromas, adivinanzas, ideas, etc.

### □ Criaturas imaginarias

Realizarlas en grupo. A continuación inventar juntos historias sobre la vida extraña de estos personajes fantásticos.

### □ Nuestro grupo “en libro”

Cada participante aporta su contribución: escribir historias o poemas, dibujar las ilustraciones sobre los textos o sobre la vida del grupo.

### □ Patchwork colectivo

Cada participante realiza un trozo del patchwork (punto o costura) que se une a los trozos de los demás.

Variante: para los más pequeños/as, dar a cada participante una hoja cuadrada idéntica. Dibujan su trozo de patchwork y lo colocan con los demás para crear el modelo colectivo. A continuación se ponen a trabajar: pintan o realizan su parte en relieve (con plastilina) ¡y la obra colectiva va tomando forma!

## Juguetes que respiran vida

*En nuestras sociedades de abundancia muchos juguetes más que valorar la vida la destruyen. Los de más éxito ya no son los fusiles o las pistolas de agua sino los juegos electrónicos uno de cuyos objetivos es la destrucción total del adversario. Es una nueva manera de condicionar a los niños/as persuadiéndoles de que guerra y violencia son inevitables, mensaje continuamente reflejado en los medios de comunicación. Los padres y madres están a menudo desamparados: encuentran pocas actividades creativas para proponer a sus hijos/as y les dejan escoger a ellos/as mismos/as. En este caso, la influencia de la televisión, de la publicidad o de los compañeros/as de clase arrastra con frecuencia a los chicos/as a elegir juguetes bélicos.*

*Por suerte, los niños/as son curiosos por naturaleza y reaccionan contra la monotonía absurda de los juegos electrónicos bélicos. Sin embargo, debemos reconocer también que el mercado de los juegos electrónicos se desarrolla también en otras direcciones, como el deporte e incluso los juegos cooperativos.*

*Hacer hablar a la vida es fabricarse los propios juguetes y utilizar toda clase de materiales de los que se dispone (por ejemplo cajas de cartón). Existe en Gran Bretaña una organización “Play for Life” : “El juego es la vida”. Este tipo de movimientos va tomando fuerza en numerosos países: pretende difundir juguetes creativos que desarrollan la vida y se dirige tanto a los fabricantes como al gran público. Como los niños/as aprecian a menudo estos juguetes por su calidad y su interés, cada vez se interesan más por ellos en vez de olvidarlos, como a muchos otros, después de un tiempo relativamente corto. Estos juegos tratan de desarrollar la paz y la cooperación, como muchos juegos de otras épocas, rituales eficaces para canalizar la violencia.*

## BUZÓN DE IDEAS

Fabricar sus propios juguetes, al principio con la ayuda y el ánimo de padres, madres y profesores/as: comenzar por simples marionetas hechas con calcetines de lana y continuar hasta los camiones y motos de fabricación casera. Construir juegos de sociedad simples con dados, fichas y un tablero o soporte de cartón.

### □ “La cuerda vocal”

Dos jugadores tienen una gran cuerda de saltar y la hacen girar cantando con todo el grupo un estribillo para marcar el ritmo, por ejemplo:

“De espaldas,  
de cara,  
daos la mano, y  
cambiad de lugar”

Los demás jugadores en grupos de dos, tres o incluso cuatro (es más difícil) pasan juntos bajo la cuerda sin tocarla.

Variante: pasan saltando en la cuerda una vez todos juntos.

### □ Trompos arco iris

Fabricar su propio trompo y pintarlo. Atarle una cuerda enganchada con palito que ayudará a manejar el trompo.

Variante: Si se dispone de trompos más grandes, se pueden cortar diferentes círculos de papel y atravesarlos con un agujero. Dibujan en ellos motivos variados de colores y los deslizan sobre el trompo que ponen en movimiento. ¡Qué juego de colores tan dinámico!

## □ **El taller del abuelo**

- Yo-yos: populares en muchos países; manejarlos es todo un arte.
- Cometas: hacer su propia cometa personalizada (color, forma); puede representar una mariposa, un pájaro o un mosquito. ¡Qué placer el correr juntos haciendo escalar en el cielo su cometa!
- Instrumentos de música fabricados por una mismo: tamboriles decorados con cintas, tambores, pitos, flautas, instrumentos típicos de países extranjeros.

## Capítulo 5: Hacia la cordialidad en el grupo

*El respeto de la persona: clave para desactivar los prejuicios*

*A la escucha de otras culturas*

*Chicos... chicas... Salgamos de los clichés*

*Todos somos ciudadanos del mismo planeta*

*Jardineros de nuestro planeta*

*Construimos nuestro presente y nuestro futuro*

### El respeto de la persona: clave para desactivar los prejuicios

*Si creyéramos más en nuestras fuerzas positivas, si desarrolláramos nuestra creatividad individual y la cooperación, estaríamos en mejor disposición para aceptar a los otros y para ser aceptados por ellos/as. Respetarse mutuamente va más allá de la cortesía y de la buena educación; el respeto se despoja de todo deseo de dominación para privilegiar la comunicación positiva. No lo interpretemos como una actitud pasiva o de indiferencia, es más bien reconocerse mutuamente como seres humanos diferentes, con formas de vivir diversas.*

*Mucha gente se sorprende de la rapidez de los niños/as en imitar las actitudes de las personas adultas que les educan. Captan mejor los mensajes ocultos que los razonamientos explícitos. Estos, contienen a menudo, bajo forma de recomendación, prejuicios manifiestos, por ejemplo “no puedes jugar con los de esta familia”.*

*Es importante hacer descubrir a los niños/as que todo insulto es hiriente, particularmente el que se refiere al color de la piel, ya que refuerza la desigualdad entre los humanos. Por ejemplo, en las historias que contamos, describimos muy a menudo un mundo dominado por los Blancos con una serie de clichés sobre los Negros.*

*Se trata de aprovechar todas las ocasiones para destruir todos estos estereotipos. Vivir encuentros entre diferentes culturas ayuda a percibir que todas las personas tienen las mismas aspiraciones fundamentales, sin que importe el color de la piel o su manera de vivir. ¿Por qué no encontrar historias, películas, programas de T.V. que puedan reflejar, como un corte transversal a través de la tierra, toda la humanidad?*

#### □ El portavoz fiel

Los niños/as se agrupan de dos en dos. Uno/a dice al otro sus gustos, sus comidas preferidas, sus paseos favoritos, y el otro escucha atentamente. Después el otro presenta a su compañero al grupo, procurando ser un fiel portavoz. Si un elemento importante ha sido omitido, completará el otro niño/a. Intercambiar los papeles.

#### □ ¿Cuál es tu horizonte?

Partir de una historia: un niño/a es maltratado en un patio de recreo (por ejemplo, parece tímido, aislado; su ropa está pasada de moda, no habla bien euskera o castellano). El animador/a pide a los niños/as sentados por grupos pequeños que inventen cómo continuar los relatos elegidos. Cada grupo presentará a los demás estos escenarios jugando o contando. El animador/a ayudará a buscar los desenlaces que favorecen la integración de todos.

## A la escucha de otras culturas

*Mucha gente pretende que los niños/as se abran progresivamente a otras culturas a medida que crecen, para alcanzar un máximo de interés hacia los doce años. Durante la adolescencia se preocupan más de su propio desarrollo personal y se estructuran sobre los esquemas establecidos en su infancia. Por eso es importante que vivan encuentros con otras culturas desde jóvenes. Es el momento propicio para permitirles descubrir la realidad más allá de los numerosos estereotipos y prejuicios que han acumulado.*

### **BUZÓN DE IDEAS**

Entre familias o escuelas, primero a nivel regional, después progresivamente a nivel internacional. Los niños/as intercambiarán postales y fotos, y también noticias de su vida cotidiana. Los más pequeños/as serán ayudados por los mayores para escribir sus cartas. Estos intercambios revelarán tanto las semejanzas como las diferencias entre culturas.

#### □ **Tesoros de mi país**

Cada participante lleva en una maleta (imaginaria o real) cinco objetos que le recuerden su país y explica por qué los ha elegido.

#### □ **Fotos sin fronteras**

Reunid fotografías o postales de un país que os guste, y con un compañero elegid juntos la foto preferida o la que os sugiera más interrogantes; después buscad las respuestas ayudándoos de documentación. Siempre es más interesante que en las fotos haya personas para mejor comprender la cultura del otro país.

#### □ **¿Y si ocurriera aquí?**

Leer una historia sobre otro país y pedir a los niños/as que la transpongan a otro contexto, por ejemplo su propio país, el pasado, el futuro. Los mayores pueden después crear una obra de teatro a partir de su historia. El animador/a pregunta por aquello que no ha cambiado en la puesta en escena de la historia y procura hacerles percibir los puntos comunes en esas diferencias culturales.

## **Chicos... chicas... Rompamos los clichés**

*Muchos de los conflictos surgen a partir de problemas en relación con los roles masculinos y femeninos. El origen de estos conflictos se remontan a menudo a la infancia, antes de los cinco años.*

*Niños/as y adultos/as, tienen a menudo ideas ya hechas sobre lo que los chicos pueden o no hacer; a veces, a las niñas se les educa todavía en una perspectiva distinta de los niños, y todavía los adultos/as prestan más atención al éxito social de los chicos.*

*Por este tipo de educación, chicos y chicas se encuentran limitados en la expresión de sus potencialidades: generalmente no se admite que los chicos expresen sentimientos afectuosos y tiernos; en cuanto a las chicas, no se reconoce lo suficiente que desarrollen su personalidad fuera de los clichés familiares.*

*Actualmente, la lucha contra los estereotipos gana terreno: sin embargo, queda todavía un largo camino por recorrer! ¿Cuándo aceptará nuestra sociedad que “los hombres puedan llorar” y que “las mujeres puedan expresar su fuerza”? A chicos y a chicas les interesa mucho explorar estos prejuicios y discriminaciones desde pequeños/as. Interesa por consiguiente elegir historias, películas, programas de televisión que denuncien estos estereotipos, verlos en familia y en clase y hablar de ellos.*

## ***BUZÓN DE IDEAS***

### **□ La foto sorpresa**

Distribuir entre los niños y niñas fotos que muestren imágenes de hombres y mujeres, chicos y chicas con roles inesperados, por ejemplo un hombre planchando ropa, una mujer conduciendo un autobús, una chica jugando al fútbol, un muchacho tejiendo. Dialogar a partir de las fotos.

Variante: a partir de las fotos que más les han llamado la atención, los/as participantes crean una historia.

### **□ Mi libro transformado**

Pedir a los niños/as que cojan un libro escolar (el libro de lectura o el manual de lengua extranjera). El animador/a propone a cada participante cambiar sistemáticamente los roles en los dibujos o en el texto, por ejemplo las palabras chico y padre son sustituidas por chica y madre y viceversa.

Después, en una puesta en común, el animador/a deja que los niños/as reaccionen sobre lo que más les ha llamado la atención, respetando la diversidad de reacciones.

Durante este ejercicio, los niños y niñas tomarán conciencia que hombres y mujeres, chicos y chicas no son tan diferentes como nuestra cultura refleja, que cada uno/a posee en si mismo/a características masculinas y femeninas.

Es importante que cada uno/a se identifique claramente con uno de los dos sexos, pero estando atentos a no encerrarles en una visión rígida de los roles ligados a los sexos.

## **Todos/as somos ciudadanos/as del mismo planeta**

*Solo después de haber participado en varias actividades de cooperación, los jóvenes podrán abordar el concepto de interdependencia. Poco a poco aprenderán que todo lo que necesitamos para vivir (alimento, vestido, vivienda) viene del trabajo, a veces duro, de alguien; o es producido por habitantes del tercer mundo que con frecuencia carecen de esos recursos vitales. En nuestro mundo lleno de contrastes, este aprendizaje de la interdependencia va acompañado de la eliminación progresiva de estereotipos tales como la superioridad de occidente.*

## ***BUZÓN DE IDEAS***

Leer o contar historias sobre el tema de la interdependencia. Después representarlas o mimarlas. Dos ejemplos:

### **□ El arco-iris reconstruido**

Los niños/as juegan juntos y se divierten. De repente un puñado de cintas de diversos colores baja del cielo; sorprendidos, las cogen y se hacen con ellas magníficos disfraces: unos rojos, otros amarillos, otros verdes, azules... De pronto un viento glacial se levanta y corriendo todos se esconden en lugares diferentes. Cada vez hace más frío. El grupo de los rojos tiene cerillas pero no madera; los azules tienen madera pero sólo una cerilla; los amarillos tienen comida pero ni una gota de agua; los verdes tienen mucha agua pero no comida. En este momento un maravilloso personaje mágico se acerca y les invita a ayudarse mutuamente. ¿Cómo?



## ***BUZÓN DE IDEAS***

### **□ Un accidente providencial**

Los amarillos están condenados a vivir en un árido desierto; otra tribu, los verdes, ha construido una presa y ha desviado el río para su exclusivo beneficio. Los amarillos detestan a los verdes quienes a su vez los desprecian.

Un día, un avión del clan de los verdes se estrella en el desierto del clan de los amarillos. Los amarillos, primero desconfían pero poco a poco van conociendo al piloto del avión. Imaginar juntos cómo los dos clanes colaboran.

### **Jardineros/as de nuestro planeta**

*Una de nuestras tareas es la de sensibilizar a los niños/as sobre la importancia de cuidar de nuestro planeta. El peligro de una guerra nuclear, el aumento de la contaminación, el despilfarro de los recursos naturales, ponen a nuestro planeta en peligro. ¿Qué hacer? organizar actividades como plantar un árbol (la mayoría de las ciudades tienen programas de plantación), informarse sobre la desaparición de nuestros bosques y selvas, y las consecuencias sobre el clima terrestre. Tales iniciativas refuerzan el placer de vivir en una naturaleza amiga y despiertan en nosotros el gusto por cuidarla. Es verdad que la industrialización aporta el confort material (electricidad, agua, recursos esenciales que debieran ser accesibles a todos) pero nuestra manera de vivir acarrea irremediablemente contaminación y despilfarro. A los niños/as les cuesta comprender la complejidad del sistema, pero pueden caer en la cuenta de la importancia de respetar y proteger la naturaleza y sus habitantes.*

### **□ Plantemos árboles juntos**

Por ejemplo, unirse a un proyecto de embellecimiento del medio cercano, llevado a cabo por el ayuntamiento ( o plantar un árbol en el jardín de casa de un amigo)

### **□ El jardín miniatura**

Sobre la repisa de la ventana o en el balcón, en un tiesto, plantar cebollas, flores, perejil, etc.

### **□ ¡Sálvese quien pueda!**

El niño/a hace un dibujo rodeado de sus cosas favoritas en su casa. De repente ésta se inunda. Solo tiene tiempo para coger los tres objetos más importantes para él ¿Cuáles? Explicar la elección.

### **□ Arquitectos ecologistas**

Crear juntos el plano de una ciudad modelo en la que se respeta la naturaleza. Según las edades de los chicos y chicas, adaptar la actividad: inventar el plano de un terreno de juego, de un pueblo, de un gran jardín, de una ciudad, de una isla desierta, etc.

### **□ Reciclaje**

Recoger botellas vacías y periódicos viejos para reciclar. Visitar una empresa de reciclaje de papel.

### □ **Tesoros a salvaguardar**

Con la ayuda de personas adultas, buscar informaciones sobre las plantas y animales en peligro de desaparición (orquídeas, murciélagos, ballenas, delfines, tigres, etc.) ¿Qué organizaciones se ocupan de protegerlos en nuestros países? Y nosotros ¿qué podemos hacer?

## **Construimos nuestro presente y nuestro futuro**

*Para los niños/as, el futuro está alejado. Poco a poco aprenden a situarse en el tiempo ¿Cómo ayudarles a integrar la noción del tiempo?*

*Podemos invitarles a describir lo que han hecho el último fin de semana y lo que harán el siguiente o durante las vacaciones. Así podrán progresivamente hacer suya la relación al presente, al pasado y al futuro. Es importante porque así alargan su horizonte y van tomando consciencia de que el mundo cambia constantemente a su alrededor.*

*Al final, tendrán más confianza en su propia capacidad de cambiar las cosas y de mejorar su calidad de vida.*

## **BUZÓN DE IDEAS**

### □ **El libro de mi vida**

En un cuaderno, el niño/a, ayudado/a por sus padre, madre, o profesores/as, reúne pequeños tesoros de su pasado: fotos, dibujos, acontecimientos, etc. Una vez que se ha familiarizado con la

escritura, añade anécdotas divertidas de su vida. Lo ojea de vez en cuando. Así, progresivamente experimenta mejor la noción del tiempo.

### □ **La línea del tiempo**

En una hoja grande de papel cada participante traza una línea. Sobre ella dibuja acontecimientos vividos personalmente, y después se lo cuenta a un vecino o a un grupito. Los más mayores añaden sobre la línea del tiempo, la edad que tenían cuando vivieron esos acontecimientos.

### □ **La línea del futuro**

El niño/a continúa en esa hoja grande del ejemplo precedente el trazado de la línea del tiempo. Dibuja sus proyectos de futuro, imagina acontecimientos que podrá vivir de mayor.

### □ **Nuestro mundo futuro**

El niño/a dibuja el mundo en el que le gustaría vivir más tarde. Otro tema: ¿cómo será en realidad nuestro mundo?

## Capítulo 6: Pistas para la resolución no violenta de conflictos

*Aprender honradez y justicia*

*Expresar mis miedos a la violencia, la guerra, la muerte*

*Creer en mi propio poder*

*Resolver conflictos de manera no violenta*

*Desarrollar mi fuerza interior*

### Aprender honradez y justicia

*Una de las expresiones más utilizadas por los niños/as es probablemente “esto no es justo”. Nuestro punta de vista de adulto nos lanza a responder: “nada es justo”. Sin embargo tienen muchas veces razón al interpelarnos; reconocemos en ellos/as este sentido innato de la justicia. Es difícil a veces para nosotros, padres, madres y educadores, afrontar este problema. Sus reacciones nos ofrecen una buena base para un intercambio mutuo que puede terminar en un acuerdo, si tenemos presente la necesidad de justicia inscrita en cada persona.*

*Los ejercicios de este volumen pretenden desarrollar la justicia y el juego, como bases de la cooperación. La afirmación positiva consiste en respetarse a si mismo, es decir tratarse con justicia, al mismo tiempo que respetar a los otros. En toda comunicación procuraremos dar a cada persona el tiempo de palabra y de escucha, equitativamente repartidos.*

### Propuesta de enfoques

*¿Cómo elegir los diferentes roles para un juego?*

*Siempre es un problema para los mayores la elección de niños/as para distintos roles de un juego. Todos hemos experimentado en nuestra infancia el deseo de ser elegidos. Los niños/as siempre han tenido sus propios métodos para solucionar este problema: cantan refranes y cuentan. Antes de convertirnos en árbitros, podemos utilizar una de estas técnicas antiguas o podemos inventar nuevas reglas. Podemos también echar a suertes en un sombrero con trozos de papel, de los que tres estén numerados (1, 2, 3... ) Los que saquen estos famosos trozos tendrán en la 1ª, 2ª y 3ª vuelta el liderazgo y ya no sacarán más papeles. Esto de echar a suertes viene muy bien para chicos y chicas jóvenes.*

*¿Y si juntos inventamos las reglas del juego?*

*Podemos observar cómo construyen sus propias reglas: por ejemplo, son reglas específicas para los juegos de canicas y de castañas. Podemos hacer nuevos juegos e inventar juntos las reglas. Los pequeños/as tienen tendencia a creer que las reglas son fijas para siempre. Está bien enseñarles que, con el acuerdo de todos, estas reglas pueden ser modificadas, lo que desarrollará la creatividad e introducirá novedad en el juego*

## **Expresar los miedos a la violencia, la guerra, la muerte**

*Empeñémonos a fondo en crear una atmósfera serena que permita a los niños/as expresar todos sus sentimientos y entender sus miedos y sus malestares. En efecto, a menudo creen que algunas catástrofes son debidas a una de sus actitudes inadecuadas, lo que refuerza su culpabilidad.*

*Hay niños/as que oyen decir desde muy pequeños/as, que la tierra podría ser destruida por una guerra nuclear. En cambio hay adultos/as que piensan que eso es inconcebible, “la ciencia domina todo”, “la disuasión desarrolla la seguridad”; para otros este tema es tabú: no se atreven a expresar sus temores sobre el tema. Deberíamos evitar el meter miedo a los niños/as; dejemos que nos interpelen si tienen necesidad de saber. En el momento oportuno, acosados por su curiosidad natural, nos harán sus preguntas sobre la guerra, las bombas, etc. Necesitan sentirse seguros de cómo los adultos/as pueden resolver las situaciones difíciles; de hecho tenemos a nuestra disposición muchos medios concretos para trabajar la paz. El abanico de posibilidades es amplio: acciones concretas, manifestaciones, veladas, oraciones, etc. Lo que les transmitimos es sobre todo, un ejemplo: el de un constructor de paz que cree en su poder de participación en la vida social. Es la mejor herencia que les podemos dejar.*

*La muerte es un tema tabú en la sociedad moderna. Afecta más a los niños/as porque el malestar de los adultos/as sobre la muerte desarrolla sus temores e impide cualquier discusión abierta que pueda iluminarse frente a esta realidad. Felizmente, hoy, se vislumbra en ciertos medios una tendencia a hablar más abiertamente de la muerte, lo que puede mejorar las relaciones en una familia. Incluso si los niños/as no son confrontados con la*

*experiencia directa de la muerte, está presente en su espíritu y va unido al miedo de perder a sus padres y madres o de separarse de ellos/as. Una discusión abierta ayudará a calmar su ansiedad.*

## **Crear en mi propio poder**

*Esta cualidad tiene su origen en la afirmación positiva tanto de si mismo/a como de los otros y por lo tanto en la capacidad de cooperar. Es un ingrediente básico para resolver los conflictos de manera no violenta. De hecho, nuestros objetivos tratan de despertar en los niños/as sus propias capacidades y animarles a utilizar sus recursos con sabiduría y respeto a los otros. En la cooperación, pueden percibir el beneficio de un trabajo en grupo y la creatividad que de ello se deriva. Son nada más que unas gotas de agua en el océano, pero a fin de cuentas, es un gran paso para tomar conciencia de su poder de cambiar las cosas en lugar de quedarse pasivo frente a la autoridad o a los acontecimientos.*

*El tema del poder está presente en numerosas historias y obras de teatro infantiles. Luchan contra gigantes, monstruos, dinosaurios que agarran con fuerza... Así liberan sus emociones sin perjudicar a nadie y eso les permite coexistir con imágenes parentales poderosas. De hecho toda la tradición de los cuentos de hadas y de los mitos permiten, a los niños/as que no se atreven a afirmarse en la vida cotidiana, alcanzar posiciones de fuerza, primero en la imaginación y después llegar a vivirlas en lo concreto de lo cotidiano. Es también interesante que inventen sus propias historias en las que ponen en juego este nuevo potencial de fuerzas. Al fin y al cabo, lo importante es canalizar este poder descubierto de forma positiva y no destructora.*

## ***BUZÓN DE IDEAS***

### **□ Nuestra fortaleza**

Si tenéis la enorme suerte de tener una pelota enorme de un metro de diámetro, podéis proponer a un grupo que intente colocarse en el polo norte y quedarse en equilibrio. El fin es implicarles al máximo en esta ascensión; solo la ayuda asegurará el éxito del grupo (Cuidar que no se hagan daño en este juego)

Variante: Si no se tiene una pelota de este tamaño, construir una torre con bancos o mesas fuertes, sólidamente colocados, para que pueda acoger un número grande de participantes.

### **□ Mis recursos insospechados**

Crear un serie de incidentes en los que los niños/as van a tener que socorrer a padres, madres o maestros/as en dificultad. Ejemplo: adultos/as han caído de un acantilado y los niños/as van a sacarlos fuera del precipicio ¿Cómo? Imaginar juntos/as las diferentes soluciones y hacerlo sobre un terreno adecuado.

### **□ Corramos en su ayuda**

Para desarrollar la creatividad en situaciones de ayuda, proponemos utilizar el juego “corramos en su ayuda” creado por la firma Ravensburger. Se dan aquí unas pistas: cada participante tiene delante de él un cartón representando una situación difícil en la que un niño/a está implicado. Dispone de otros cartones en los que hay dibujadas personas u objetos. Primero va a utilizar sus propios cartones para resolver su propio problema; después cada uno/a de sus compañeros/as va a ayudarle ofreciéndole pistas de soluciones imaginadas a partir de los cartones que posee. Es él quien tiene que ver si esas pistas le convienen o no.

### **□ Aventura de supervivencia**

El grupo está dividido en dos: un grupo es la tripulación de una nave espacial que viene de otro planeta y el otro los habitantes de una región desértica de Australia. El animador/a presenta el contexto a los dos equipos. La tripulación debe ponerse de acuerdo sobre distintos puntos: los niños/as deben imaginar su ambiente de vida (bastante diferente del planeta tierra) ¿Qué tipo de trabajo o de ocio tienen, cuales son las responsabilidades de cada cual para que todo marche bien sobre este planeta, ...? Los habitantes de Australia también deben ponerse de acuerdo sobre sus respectivos roles (granjero, pastor, policía, empleado, jefe de empresa...) La aventura empieza para los dos equipos cuando la nave espacial aterriza en este desierto australiano. Por una parte estos extraterrestres no tienen agua ni alimento. Cada uno/a toma conciencia de su propio “poder” para hacer frente a esta situación. Por otra parte las cantidades de agua y alimentos son reducidas en este desierto. ¿Los habitantes de esta zona desértica van a querer cooperar con los extraterrestres, o no?. Habrá que hacer ingeniosas proposiciones y ofertas por parte de ambos grupos (Ej.: invitar a los terrícolas a visitar el otro planeta a cambio de dos litros de agua, etc.). Surgirán negociaciones y proyectos originales.

### **□ Improvisaciones teatrales**

Pondrán en evidencia el potencial de fuerza positiva de los niños/as (juego de roles)

1. El maestro y los niños/as más seguros son entrevistados para contratarles para un trabajo manual. Los más tímidos son los patronos y van a proceder a la selección de los candidatos. Este juego permite afianzarse a los más tímidos.

2. Se dividen en pequeños grupos de 5 o 6. Dos hacen el papel de padres o madres; tres o cuatro participantes son sus hijos. a) Unos amigos vienen a pasar una semana y los padres-madres tienen necesidad de dos habitaciones de los hijos. ¿Los hijos aceptan ceder sus habitaciones o qué alternativas proponen? b) Situación inversa: los mayores quieren ver un programa en la TV muy específico justo en el momento en que los niños/as tienen sus programas favoritos ¿Cómo negocian los adultos con los niños/as?

## **Resolver los conflictos de manera no violenta**

*Hay muchas maneras de resolver conflictos sin que sean las dos extremas de agresión o sumisión, que ninguna de ellas conducen a una solución adecuada en la que los compañeros/as se sienten respetados/as.*

*De hecho la sumisión presenta serias dificultades, ya que si la cólera es reprimida, tarde o temprano acabará en una violenta explosión.*

*Es interesante conocer las posibilidades de autoafirmación que ofrecen algunas técnicas. Son eficaces si tenemos claramente definido el proyecto, si el otro tiene una imagen clara de tu posición y si cada persona está realmente a la escucha del punto de vista del otro. Practicando estas técnicas poco a poco tomaremos conciencia de que agresividad y sumisión no resuelven los conflictos, sino que los perpetúan y a la larga los empeoran. Entonces, nos abriremos más a estas aproximaciones de afirmación positiva.*

Estas técnicas requieren que ambas partes comprendan la situación en su totalidad y procuren llegar a un acuerdo o compromiso. El objetivo que se persigue es, evidentemente, una solución en la que las dos partes se queden plenamente satisfechas con el resultado.

## ***BUZÓN DE IDEAS***

### **□ ¡Los detectives al trabajo!**

Los niños/as observan a otros compañeros/as que juegan en el patio (de los ciclos infantil o primaria). Después, a partir de sus observaciones, con la supervisión del animador/a, hablan de las causas de los conflictos que han surgido y analizan cómo sus compañeros/as los han resuelto: habitualmente a través de la pelea, la retirada o el arbitraje de un tercero – a menudo un adulto – o a veces, por el diálogo y la negociación.

A continuación, valoran juntos si las soluciones adoptadas en el patio han sido las mejores. ¿Hubiesen preferido otras?. El rol del animador/a aquí es el de suscitar un máximo de creatividad en la búsqueda de soluciones alternativas en las que cada participante se sienta respetado.

### **□ Los detectives - vídeo**

En lugar de observar a sus compañeros/as, los niños/as ven una corta secuencia de vídeo presentando situaciones con conflictos a su alcance. El mismo desarrollo que el anterior.

## **Etapas preliminares indispensables antes de abordar la resolución de los conflictos**

*Este libro quiere desarrollar el respeto mutuo y la toma de responsabilidades compartidas. Para ello las imposiciones unilateral de ideas y las sanciones se deberán sustituir por las discusiones y la búsqueda de soluciones pacíficas de manera que se impida el deterioro de las relaciones del grupo.*

*A los niños/as no les podemos pedir que resuelvan pacíficamente los conflictos si antes no tratamos de eliminar el exceso de tensión.*

*Los dos primeros juegos de abajo – etapas indispensables – responden a este objetivo. Los cuatro siguientes van más lejos: se les pide ampliar sus horizontes y comprender que existen diferentes puntos de vista frente a una misma situación.*

### ***BUZÓN DE IDEAS***

#### **□ Sombras chinas en desafío**

El animador/a se provee de una linterna y de un trapo blanco; propone una actividad – teatro con sombras chinas -. Se hace por grupos de dos. Cada compañero forma con su mano la silueta de un animal y representan sus aventuras: los dos animales se encuentran, cada uno con precaución o cuidado; después se miden el uno al otro y señalan sus territorios. Tras este desafío, el animador/a pide a cada grupo que interrumpa su presentación (1) y sugiere a cada dúo construir juntos una continuación a su historia común. La totalidad del escenario es después representada delante de todos los participantes.

(1) La finalidad de esta pausa es calmar a los niños/as para que puedan continuar después su aventura más distendidos y de modo que cada persona se sienta respetada.

#### **□ ¡Si! ¡No!**

Ejercicio para dos: uno/a dice ¡sí!, todo el tiempo, el otro ¡no!. Habrá diferentes maneras de persuadir al otro. Dejar libre a cada cual en su expresión. El tono de la voz puede variar: enérgica, cascada, colérica, excitada, suplicante, burlona, afirmativa, tranquila, etc.

Variante: el mismo ejercicio alrededor de un minuto con las frases: “Llueve”, “No, no llueve” o “Hace sol”, “No, no hace sol”

#### **□ La calma después de la tempestad**

El animador/a cuenta una historia en la que introduce una tempestad. Propone a los niños/as, juntos en círculo, recrear esta atmósfera borrascosa mediante sonidos y gestos que él suscita progresivamente.

Ejemplo: caen gotas de agua finas, después espesas (los niños/as golpean la mesa con sus dedos); después sopla el viento cada vez más fuerte (imitan el ruido del viento) y de repente estalla el trueno (golpean con manos y pies); progresivamente la tempestad se aleja (reducen la intensidad de sus sonidos) y entonces se vuelve a la calma, al silencio.

Este ejercicio es positivo porque hace salir la tensión de cada uno/a de manera organizada y relaja a todo el grupo. El animador/a verá cuándo es necesario este ejercicio para un grupo.

#### **□ Querrela musical**

Por grupos de dos. Cada uno tiene un instrumento de música (xilófono, castañuelas, tambores...). En cada grupo se inicia una

conversación entre instrumentos: uno toca un sonido primero, el otro le responde. En un momento dado, estalla una querrela. ¿Es posible reconciliarse entre instrumentos? ¿Cómo?

### □ **Cambio de gafas**

Ejemplo para dos: “¿Qué color es el más bonito?” Cada cual defiende su punto de vista. ¡Por supuesto que no hay respuesta correcta!.

Otros ejemplos:

- 1) “¿Qué es más útil, un tenedor o un cuchillo?” Cada uno/a de los dos compañeros/as defiende su elección; después el animador/a pide a los niños/as que cambien de rol con el fin de abrirse a otra perspectiva.
- 2) Otras situaciones propuestas con cambio obligatorio de roles:
  - Alguien te ha cogido tu motocicleta cuando tu querías utilizarla
  - Alguien vuelca por descuido un objeto que tu quieres. Por ejemplo: tu caja de pinturas, tu estuche, tu obra maestra en escayola...
  - Un adulto descontento golpea a un niño/a que protesta “no puedes pegarme“. El adulto no hace caso.

### □ **Muestra de fotos**

1. Dividir a los/as participantes en grupos de 5 o 6. Distribuir 3 fotos a cada grupo. Cada niño/a tiene el tiempo para elegir una de ellas y expresar en su grupo lo que a él le gusta de esa foto.

Objetivo perseguido: los niños/as perciben que una reproducción puede ser elegida por razones muy diferentes.

2. Crear grupos de 5 o 6. El animador/a distribuye la misma serie de fotos a cada grupo (al menos 8 fotos) y les pide que seleccionen juntos 3 fotos y las clasifiquen por orden de preferencia. Después de ponerse de acuerdo sobre una elección común, cada grupo mostrará sus 3 fotografías.

Si este ejercicio es demasiado difícil, o si se trata de niños/as demasiado pequeños/as, se puede proponer a cada grupo ponerse de acuerdo juntos para la elección de una sola foto.

### □ **¡No tan necios, estos asnos!**

Recortar las imágenes de las viñetas, pedir a los niños/as que construyan juntos, por grupos de dos, una historia, colocándolas en el orden adecuado. Representan su aventura y añaden sonidos y palabras. ¿Estas viñetas evocan situaciones concretas de la vida cotidiana?



## Desarrollar su fuerza interior

### clave para unas relaciones más armoniosas

*El principio fundamental es el de reducir las tensiones y prevenir la escalada de la violencia, como en el mundo político en el que las represalias y la venganza envenenan la situación: si contestamos a una provocación, el conflicto se agrava. Cuando la otra parte no puede responder a nuestros abusos nos creemos vencedores, pero no podemos llegar permanentemente a una solución pacífica de esta manera.*

*La situación es idéntica cuando las personas adultas utilizan sanciones físicas y dan bofetadas o azotes; no van al centro del problema, no resuelven el conflicto más que en apariencia porque una de las dos partes no es respetada.*

*Ciertamente, demuestran que tienen el poder (1) y que están enojados, han transmitido tácitamente a los niños/as que “la fuerza siempre tiene razón”, y cuando la ocasión se presente, el niño/a utilizará su fuerza de la misma manera. De esta manera, alguno/a de los compañeros/as no se sentirá respetado/a.*

*Para extirpar las raíces de un conflicto, sepamos que cada una de las partes tiene necesidad de sentirse escuchada. Este paso no es posible más que por la fuerza interior, más poderosa que la fuerza física.*

*(1) No hago aquí referencia a la violencia física en una situación en la que el niño/a estaría en peligro. Por ejemplo; impedir que meta los dedos en un enchufe eléctrico o retener fuertemente a un niño/a enloquecido/a para impedirle causar daño a otro...*

## BUZÓN DE IDEAS

### □ S.O.S. – acción inmediata

Este juego se desarrolla en dos grupos, con un animador/a en cada uno de ellos. Los participantes imaginan una situación difícil, graban los hechos en un magnetofón y después intercambian sus cintas entre los dos grupos. Escuchan con atención la grabación recibida, enseguida cada animador/a propone una lluvia de ideas: los niños/as imaginan toda clase de soluciones y juntos eligen las que el grupo prefiera.

### □ Correo de los lectores

Cada participante escribe una carta en la que describe brevemente un grave problema. Los niños/as se reparten después en pequeños grupos. Un miembro del grupo va a coger una carta del buzón. Los niños/as escuchan con atención el mensaje y juntos deciden el contenido de la respuesta.

### □ Marionetas en acción

Cada grupo recibe varias marionetas. Es preferible comenzar por poner en escena conflictos imaginados o situaciones de conflicto que se presentan a menudo en una clase o en un grupo. Cuando estén acostumbrados a la técnica, el animador/a propondrá escenificar conflictos reales (no en el momento en el que el conflicto explota). Es aconsejable respetar las cuatro etapas siguientes:

- 1) Delante del grupo 2 o 3 niños/as representan la situación hasta el momento en el que el conflicto salta.
- 2) Comunican al grupo lo que han sentido.

- 3) Se dividen en grupos pequeños y buscan soluciones (técnicas ...)
- 4) Cada pequeño grupo propone una solución y la representa delante de todo el grupo.
- 5) Intercambian sobre los sentimientos que han tenido en el momento de la representación y sobre las soluciones que han encontrado. ¿Cuáles son satisfactorias para cada uno/a?

#### □ **Tormenta en el aire...**

Elegir una situación conflictiva en la vida cotidiana. Dos ejemplos:

- 1) Un niño/a ha perdido su bolígrafo; ve otro en el banco de otro alumno y lo coge; el otro alumno le amenaza con golpearle si no le devuelve inmediatamente el bolígrafo.
- 2) Dos niños/as de 7 años están construyendo un gran castillo (un rompecabezas) y su hermano pequeño de 5 años va a dar una patada para destruirlo.

El animador/a propone unas técnicas sobre diferentes soluciones; hay varios escenarios y sobre ellos los niños/as repartidos en grupos pequeños vienen a representarlas delante de todo el grupo.

#### □ **¡Dichosa familia!**

El animador/a escribe en una serie de tarjetas los diferentes roles familiares: padre, madre, hermano, abuela, tía, etc. Cada uno de los participantes coge una tarjeta sin mirarla. Después, juntos, eligen una situación problemática y buscan soluciones respetando las diferentes etapas, antes mencionadas. Estas soluciones se representan a continuación en “juegos de rol”.

Ejemplo: los niños/as viven un juego apasionante cuando a menudo los padres o madres les dicen que se vistan rápidamente para ir a

visitar a unos amigos. Los niños/as odian interrumpir un juego de repente. ¿Qué sucede?

Los intercambios que se seguirán serán muy importantes, sobre todo las respuestas a la pregunta: ¿cómo me he sentido yo cuando he vivido esta situación? (contento, nervioso, obligado a obedecer...). Es deseable que los adultos participemos en este juego: así, adultos y niños/as intercambiarán sus respectivos roles, lo que permitirá a cada cual ampliar progresivamente sus puntos de vista y suavizar sus comportamientos imaginando toda clase de posibles soluciones.

Variante: en clase, los niños/as representarán diferentes roles en relación con la escuela: profesor, director, alumnos, señora de la limpieza, , madres, etc.

## **¿Y el momento en que el conflicto estalla...?**

*Uno de los recursos es utilizar las tácticas que, en nuestra propia experiencia nos resultan eficaces, respetando siempre a las personas... Por ejemplo: contar hasta diez, escuchar al otro, hacer repetir a uno/a lo que el otro ha dicho; para los mayores, tener previsto un lugar en la clase al que alguien se pueda retirar para pensar una solución y volver a presentarla cuando ha sido elaborada.*

*Otra posibilidad: el adulto interviene de manera directiva desde que salta el conflicto. Tal intervención del adulto solo es posible si éste se apoya en su fuerza interior: entonces el niño/a no se siente rechazado y comprende que habrá un espacio más tarde, para volver a hablar de este conflicto en un ambiente más sereno (este momento será precisado por el adulto cuando interviene, o se dejará a la iniciativa de las dos partes, según las situaciones).*

*Dicho de otra forma: si la tempestad estalla, no peligran los barcos: los niños/as, como los adultos/as, están convencidos de ello. Ya que “vivir esta paz interior” es el fin que nosotros, los mayores, nos proponemos, buscaremos siempre el encontrarla a pesar de las circunstancias. Después de haber vivido un conflicto, dejaremos atrás nuestras percepciones parciales de la realidad (duda, cólera, desánimo...) para “cambiar la mirada”, seguros de la fuerza que irradia esa calma interior. Los niños/as la percibirán en nuestras actitudes de la vida diaria y eso estimulará su confianza. Nosotros, las personas adultas, sentiremos su fe y su alegría en la vida y nos sentiremos entusiasmados por su ímpetu y su dinamismo.*

*Creemos verdaderamente que esta fuerza interior es la clave en nuestras relaciones. Ciertamente es el mejor regalo que podemos ofrecer a nuestros niños y niñas.*