

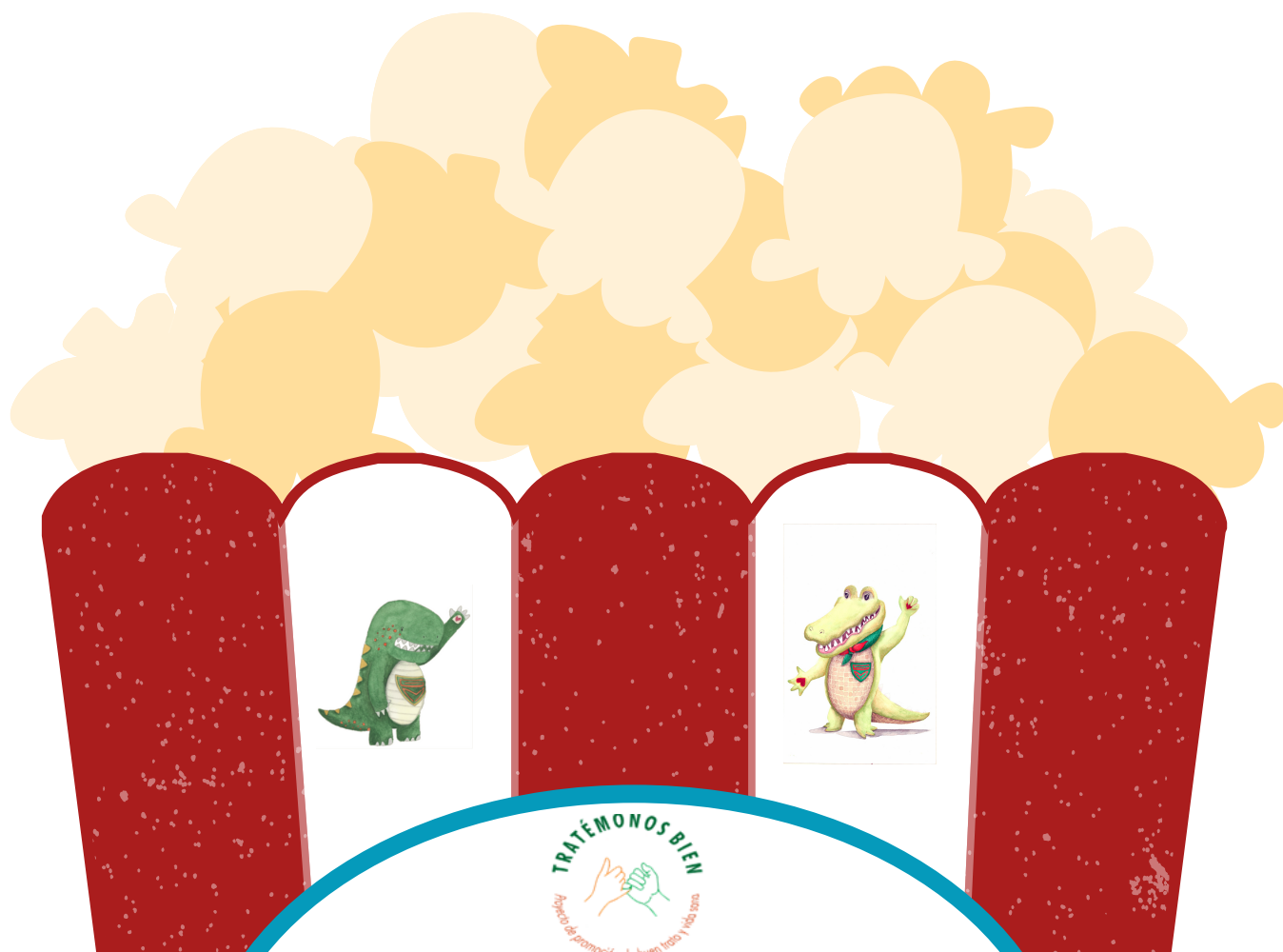
TEATRO DEL BUEN TRATO

IDEAS PARA SUS HISTORIAS

2

PROMOCIÓN DE BUEN TRATO Y
PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR.

Programa Tratémonos Bien.



TEATRO DEL BUEN TRATO

El Programa **Tratémonos Bien** del Departamento de Psicología quiere hacerles una invitación para realizar en familia y compartir tiempo significativo que dejará recuerdos para la posteridad.

Promover el juego e historias imaginarias en los niños de preescolar tiene grandes beneficios como: desarrollar la creatividad, aprender y consolidar vocabulario, atención, agilidad mental, valores, emociones positivas y habilidades socio emocionales para el auto conocimiento y buen Trato hacia otros.

Lo anterior, se podrá consolidar con tu apoyo y el de estos dos amados personajes:



IDEAS

Después de leer en voz alta las de reflexiones con tu familia, permitan que el diálogo inunde su casa, escuchen activamente las ideas de todos para así crear historias de situaciones de casa que sean: divertidas, significativas y lo más importante, que permitan comprender el sentido de esta virtud, valor, o emoción positiva en las relaciones consigo mismos u otros. Al finalizar, encontrarán algunas actividades y tomar tiempo para pensar.



Foto Teatrillo Loco

Si quieres más información escribe al correo:
Paolavotto@gimnasiomoderno.edu.co

ESCUCHAR

Escuchar, es dar tu atención a las palabras y gestos de una persona, para identificar lo que dice y la emoción que están sintiendo.

Mientras que escuchas puedes imaginar los relatos, como si fuera una película para que sea más fácil dedicar tu tiempo e interés y así formular preguntas valiosas.



¿QUÉ HISTORIA PUEDES
REPRESENTAR EN EL
TEATRO DEL BUEN TRATO?.

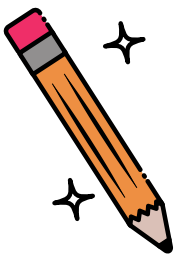
ACTIVIDADES REFLEXIVAS*

Escribe verdadero o falso.

1. Nos sentimos escuchados cuando la persona con quien hablamos...

- ☐ A. Nos mira a los ojos
- ☐ B. Se va y nos deja solos
- ☐ C. Hace preguntas relacionadas al tema
- ☐ D. Se pone hacer otra cosa

2 Dibuja a la persona a quien más te gusta contarle tus cosas y explica cómo te hace sentir cuando te escucha.



EMPATÍA

La empatía es la capacidad de comprender y sentir emociones similares con respecto a la realidad de una persona. Es "sentir sus razones".

Para lograr esto, es necesario olvidarnos por un momento de nuestras necesidades, pensamientos y experiencias para escuchar a la otra persona.



¿QUÉ HISTORIA PUEDES
REPRESENTAR EN EL
TEATRO DEL BUEN TRATO?.

ACTIVIDADES REFLEXIVAS*

Con juegos y actividades puedes cultivar la empatía en tu hijo.

1. **La mímica.** Representar una emoción con gestos ayuda a que los niños aprendan a reconocer las emociones en ellos mismo y en otros. Puedes solicitarle a tu hijo que haga gestos de frases como: "un niño está jugando y se cae del columpio y se hace daño".
2. **Lectura de cuentos.** Mientras que transcurre la historia pueden identificar las emociones de los personajes, interesarse por las vivencias de los protagonistas.
3. **Me pongo en tu lugar.** Hacer cambios de pequeñas acciones con personas de la casa puede ser divertido y además facilitar aprendizajes de qué puede sentir el otro, cómo piensa frente algunas situaciones, etc.
4. **La regla de oro*.** Es el tradicional pero acertado dicho: "Trata a otros como quieres que te traten a ti". Todos en casa pueden pensar en cosas positivas y negativas, cosas que les gustan y cosas que no les gustan, para después proponer estas "reglas". "A mí no me gusta que me peguen, así que no voy a pegarle a mis compañeros", "A mí me gusta que me inviten a jugar en el recreo, así que yo voy a invitar a mis compañeros a jugar".



SERENIDAD

Es la sensación de calma y armonía, nos sentimos a gusto con nosotros mismo y los demás, tanto, que hasta podemos suspirar con nosotros mismos por la paz que experimentamos.



¿QUÉ HISTORIA PUEDES
REPRESENTAR EN EL
TEATRO DEL BUEN TRATO?.

ACTIVIDADES REFLEXIVAS*

Un jardín de piedras japonés.

Es una práctica inspirada en la cultura japonesa, donde se quiere que los niños experimenten el poder de la serenidad y cultiven el significado de la belleza de la naturaleza para esa cultura.

Es necesario que, en casa ubiquen un espacio tranquilo en donde se ubica una mesa bajita que tenga una bandeja de arena, unas piedras bonitas, una pala y rastrillo pequeños.

Esta actividad se realiza de manera individual y en silencio. empezando con un ritmo, el niño aplana la arena con las palmas de las manos, después tendrá que ordenar las piedras como él guste, organizándolas dentro o fuera de la arena, pero siempre con delicadeza. También podrá, rastrillar la arena de una manera secuencial. Para finalizar, utilizará las herramientas necesarias para recoger la arena que se esparza. Este juego permite al niño desarrollar su serenidad, su concentración y le servirá como autorregulación emocional.



REFERENCIAS

Bisquerra.R (2011) . Educación Emocional. Propuesta para Educadores y familia. Ed. Desclee.

Club Peques Lectores: cuentos y creatividad infantil

*Núñez. C y R. Valcárcel (2017).Amar. Ed. Palabras Aladas

Garassini. M (2018). Psicología Positiva y comunicación no violenta. Ed Moderno.

<https://www.redcenit.com/5-ejercicios-montessori-para-desarrollar-la-calma-y-la-serenidad-en-ninos/>

*www.aprenderjuntos.cl

Ilustraciones:

Cristina León. Brunosaurio – Drilo el cocodrilo

Canva

