

## Contexto: Diseño de los videos Explora

Los videos son un recurso que podrán brindar herramientas a los coordinadores para aprovechar el contenido. La propuesta es que sea por medio de la interacción con un personaje llamado "Niño Explorador".

El "niño explorador" es un avatar que debe diseñar el proveedor que realice los videos: El avatar es un niño de Cultivarte. El niño lleva en su mano una brújula y esa brújula es el coordinador, que lo ayuda a recorrer el Mundo Explora.

- Rol del Explorador: Va descubriendo diferentes mundos (Autoconocimiento- fortalecimiento personal- habilidades sociales- redes sociales) y va dándole herramientas a los coordinadores para que puedan explorar cada uno de estos mundos con los niños.



- Mundo Explora: Es el mundo que los NNA van a recorrer con el explorador:
  - Autoconocimiento
  - Fortalecimiento personal
  - Habilidades sociales
  - Redes sociales
- Brújula: es el medio que le ayudará al NNA a llegar a la meta. La brújula es el coordinador en avatar.

Notas importantes:

- La explicación de los mundos y de la brújula debe reflejarse en un 80% gráfico.
- Las palabras clave que se resaltan en el texto de los videos se recomienda que se presenten como bullets en el video.
- La sección de recomendaciones debe presentarse en bullets e imágenes alusivas.
- Lo que está resaltado en azul, son palabras y frases indispensables, que deben aparecer en el video

## 1.Video introducción

### Propósito del contenido

Los niños sueñan con ser astronautas, bomberos, médicos, constructores u otras profesiones.

Para que estos sueños se hagan realidad es necesario ayudarle a **los niños a desarrollar habilidades para la vida**, para que **tengan una base sólida en su personalidad** con la que puedan reconocer su valor propio y así cuenten con herramientas interpersonales que **les ayude a superar las adversidades que se les presentan en el camino.**

### Beneficios del programa en los niños:

- Proporcionar medios que les ayude a **desarrollar factores protectores como: colocar límites, aprender a decir No, tener herramientas para la regulación y la expresión asertiva de sus emociones.**
- Construir una autoestima sana.
- Generar dinámicas de autocuidado que beneficien la construcción de relaciones basadas en la conexión, el amor y el respeto.

El ser humano necesita una brújula que lo dirija y le abra caminos que le permita crecer y desarrollar entornos sanos y de convivencia armoniosa.

### ¿Por qué se hizo?

Siendo Cultivarte un programa que ofrece espacios protectores y de acuerdo a las políticas de Infancia y Adolescencia, se hace indispensable crear un contenido que fortalezca en los beneficiarios el trabajo personal en el que se abarca el autoconocimiento, el desarrollo personal, las habilidades sociales y la gestión de riesgos en las redes sociales. Es así cómo se logra disminuir los riesgos a los cuales se ven expuestos los beneficiarios.

### Metodología

Explora está diseñado bajo la metodología de aprendizaje experiencial, el cual consiste en un modelo de enseñanza en el que NNA ponen en práctica el conocimiento y las herramientas durante las sesiones.

Explora hace un recorrido por las tres primeras etapas del desarrollo del ser humano: primera infancia, pre adolescencia y adolescencia. Cada una de estas etapas, contiene cuatro capítulos: el autoconocimiento, fortalecimiento personal, habilidades sociales y redes sociales.

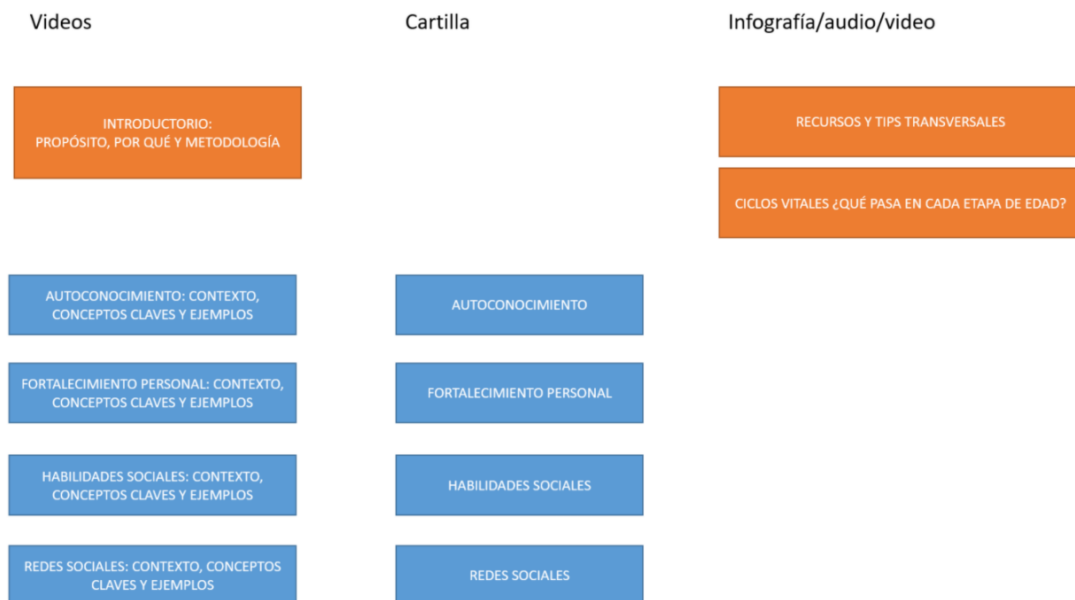
Cada uno de los capítulos contiene entre diez y doce actividades.

Cada actividad tiene la siguiente estructura:

- Un rompe hielo: contiene una actividad de apertura para el grupo.
- El objetivo de la actividad: es el aprendizaje que van a tener los NNA.
- Materiales para la actividad.
- Acercamiento al tema: actividad que introduce la temática y con la que el facilitador podrá determinar el nivel de conocimiento que tienen los NNA acerca del tema a trabajar.
- Desarrollo de la sesión: es un espacio de profundización del tema abordado que le permitirá al facilitador brindar herramientas y conceptos claves para los niños.
- El cierre: es un momento para resolver dudas, recoger los aprendizajes de la sesión y que queden plasmados de una manera didáctica.

### **Recomendaciones:**

- Es importante tener en cuenta la actitud, disposición, y responsabilidad en el desarrollo del proceso.
- El compromiso del facilitador para preparar previamente las sesiones y llevar a la práctica este valioso material.
- Promover ambientes seguros y confiables en función de la paz y la sana convivencia.
- Recordar que dentro de este viaje es importante que a los NNA se les ayude en un inicio a reconocer las emociones, nombrarlas y expresarlas, sobre todo, aquellas que generan malestar.
- Evitar emitir juicios de valor frente a las reacciones y soluciones de los NNA, ya que podría afectar el proceso de confianza construido con ellos, el cual es clave para el correcto desarrollo del autoconocimiento.
- En caso de que en alguna situación los NNA muestren como solución algún comportamiento agresivo, es importante que el coordinador entienda primero que esto puede ser propio de su contexto, y luego brinde herramientas que les permitan ver cómo este comportamiento puede dañar a otros o a ellos mismos.



## Video 2: Tema 1 Autoconocimiento

### Contexto

Dentro de cada persona existe un mundo interior que le ayuda a conectar con su espacio exterior de manera individual y relacional.

El autoconocimiento es parte de un proceso reflexivo que permite al ser humano orientar el objetivo de su vida y está relacionado con aprender a gestionar las emociones y la manera de interpretar la realidad.

Iniciar el viaje al mundo del autoconocimiento le permite a los NNA **conocer sus habilidades, recursos personales, capacidades, límites y dar una mirada a sus emociones.** También es un recurso clave para entender la manera cómo se percibe a sí mismo y cómo el mundo influye en su ser.

Todo lo anterior, **le permitirá a los NNA desarrollar una autoestima sana y un autoconcepto positivo,** los cuales se entienden como el conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones y sentimientos que si son positivos permiten **construir lazos fuertes consigo mismos y con su entorno.**

### **Para este viaje no olviden llevar.**

La **introspección** como un elemento que facilitará los procesos de reflexión a los NNA. Para este camino es fundamental que ante situaciones difíciles se puedan **entablar preguntas que les ayuden a reconocer lo que sienten y luego puedan ser invitados a explorar posibles soluciones**, primero de manera personal y luego en las relaciones con otros.

La **apertura** **da la posibilidad de aprender, de integrar diferentes posturas y formas de pensar.** Por ejemplo, cuando los NNA enfrenten situaciones que puedan ser conflictivas o dónde hay posturas diferentes a las de ellos, es fundamental que tengan la posibilidad de mencionar su punto de vista sin temor a ser juzgados o no escuchados. Esto **se dará en ambientes que se perciben seguros, además de facilitar la adquisición de habilidades como el diálogo, la negociación y la empatía.**

### **(Ejemplos-Casos que les pueden pasar y cómo abordarlos)**

Dentro del aula están dos NNA discutiendo frente a una situación que se presentó en la clase. Pelean fuertemente, hay gritos y han intentado llegar a los golpes. Como adulto es importante que los separe y una vez lo haya hecho dé la siguiente instrucción: *cada uno podrá expresar lo que pasó y dirá qué sentimientos está teniendo (Rabia, frustración, tristeza).*

Luego que cada uno se haya expresado, valide sus emociones con frases como: *“Si alguien me agrediera yo también me sentiría así”* *“Entiendo que sentiste rabia cuando..”* Posteriormente mencione que aunque el ser humano reacciona a lo que le molesta, es importante aprender a modular las emociones, pues pueden hacerse daño a sí mismos o a otros. Luego, busque soluciones que sean aceptables para ambas partes.

### **Cierre**

Finalmente, viajar por el mundo del autoconocimiento es ayudarle a los NNA a **fortalecer su autonomía**, entendida como la capacidad que tiene el ser humano de pensar por sí mismo, de tomar sus propias decisiones en pro de su bienestar y de los demás.

La autonomía es un factor protector porque ayuda a que los NNA desarrollen su independencia, tengan dominio de sí mismos y adquieran criterio para tomar buenas decisiones.

### Video 3: Tema 2 Fortalecimiento personal Contexto

Autores como Enrique Rojas mencionan que el fortalecimiento personal es entrar en la interioridad del ser humano y encontrar herramientas que les permitan a los NNA afianzar su mundo emocional, reconociendo el cuerpo como el vehículo de máxima expresión de su ser y que está en constante interacción con otros.

Así, los primeros años del ser humano representan la base sobre la cual se cimienta la personalidad y la forma como se construyen las relaciones. Las personas son seres sociales que logran su mayor plenitud cuando se encuentran en relación con otros y pueden potencializar su ser.

Iniciar el **viaje por el mundo del fortalecimiento personal** invita a los NNA no sólo a reconocer las cosas que hacen bien y, las habilidades y fortalezas que poseen, sino a profundizar en hábitos de **autocuidado** como:

- **Aprender a decir NO.** Establecer límites claros y saber la diferencia entre lo público (*aquellos aspectos personales y lugares a los que otros tienen acceso*) por ejemplo: la casa, la escuela, el parque, el computador y lo privado (*situaciones y lugares que son personales y a los cuales no todos deben tener acceso*). por ejemplo: el baño, el diario personal, la habitación. (Todo según el contexto). **Esto beneficia el desarrollo de conductas protectoras que previenen conductas de riesgo relacionadas con el abuso físico y emocional.**
- Generar dentro del aula espacios que les permitan a los NNA **reconocer la importancia de establecer límites cuando están ante situaciones de riesgo** como por ejemplo: experiencias maltratadoras o situaciones donde pueden sentirse agredidos.
- **Lograr que los NNA identifiquen su red de apoyo**, es decir que reconozcan las personas en las que confían y a las que puede recurrir ante situaciones donde se sienten en riesgo o donde puedan experimentar una emoción desagradable al interactuar con otro.

La finalidad es fortalecer emocionalmente a los niños para afianzar factores protectores como la expresión emocional, el poder decir No y, poner límites evitando la aparición de relaciones tóxicas y de abuso.

### **Para este viaje no olviden llevar.**

**La observación como un elemento clave en los coordinadores.** Es fundamental que puedan observar las expresiones y los comentarios en la participación de los NNA, ya que algunas actividades pueden tocar fibras que ilustran realidades aún no explícitas, como situaciones de posibles abusos o situaciones incómodas.

**El objeto dador de palabra** es un objeto que usará el coordinador (Muñeco, una maraca) para ordenar la participación de todos los NNA dentro del desarrollo de la actividad. Esto, le ayudará a observar de manera más atenta la participación de quienes participan de la actividad y a reconocer actitudes que pueden no ser comunes en los participantes, cómo por ejemplo: evadir el tema, posturas corporales que señalen alguna incomodidad, en especial cuando se toquen algunos temas como los secretos, lo público y lo privado, el cuidado del cuerpo, entre otras.

**Las preguntas de curiosidad** son un elemento clave usado por los coordinadores para entender la perspectiva de los NNA ante los temas y los conceptos claves que se presentarán en el capítulo y que ayudan a prevenir las conductas de riesgo.

Es importante que si los NNA dan una respuesta inesperada o toman una actitud de distancia, el coordinador pueda abrir un espacio con el niño fuera de la sesión y a través de preguntas, comprenda de una manera clara la situación, ayudándole a expresar de manera tranquila lo que le suscita la actividad **y con estos elementos reconocer si es fundamental activar la ruta de intervención establecida por la política de riesgo.**

### **Ejemplos**

-Un caso que se puede presentar es que un NNA menciona que una persona ha tocado sus genitales. Ante esto se recomienda que el coordinador pueda tener una actitud tranquila y asertiva para darle al NNA la confianza necesaria que le ayude abrirse y encontrar elementos para explorar la situación y salir de ella.

Si la situación anterior sucede ante todo el grupo, se recomienda que el coordinador haga uso de este espacio para reforzar el concepto de lo privado, sin hacer alusión al caso del menor. Luego, activar la ruta de riesgo correspondiente según sea el caso.

-Cuando un NNA refiere que guarda secretos a sus cuidadores principales y esto lo hace con una actitud temerosa, angustiada o triste, es fundamental que se abra un espacio de diálogo en donde se tenga en cuenta los lineamientos del programa y la política de protección infantil.

Luego, se le explique el significado de los secretos, cuáles son buenos y malos y aquellos que no se deben guardar. Esto le ayudará a generar confianza y a establecer límites en las relaciones con pares y adultos.

### Cierre

Finalmente, viajar por el mundo del fortalecimiento personal es ayudar a los NNA a sacar **su mayor potencial** y reconocer si han estado expuestos a alguna conducta que les genere incomodidad o los ponga en peligro y, puedan expresarla en un ambiente seguro donde se les brinde ayuda y protección, según las políticas del programa

### **Video 4: Tema 3 Habilidades sociales**

Marian Rojas psiquiatra Española menciona en sus diversas publicaciones que las habilidades sociales son un conjunto de características que le permiten al ser humano relacionarse adecuadamente con su entorno. Por esta razón es fundamental que los NNA logren desarrollar herramientas que les permitan **construir relaciones sanas y armoniosas** que se caractericen por la empatía, el valor del respeto, la diferencia y la conexión.

**Desarrollar estas habilidades en los NNA permite que logren ponerse en los zapatos de los demás** siendo tolerantes con las diferencias y reconociendo el valor de la diversidad.

Otro factor fundamental en esta dimisión es **el cuidado de las emociones propias y ajenas**. Para esto es clave que los NNA aprendan sobre la automodulación de sus emociones, es decir, que identifiquen cómo se manifiestan en su cuerpo, nombrarlas y lograr manejarlas de forma asertiva.

De igual manera, al reconocerse como seres sociales, los NNA necesitan desarrollar estrategias para solucionar los conflictos de forma efectiva y así fortalecer la comunicación y regulación en el grupo, esto generará una **convivencia sana y positiva**.

**Para este viaje no olviden llevar.**

**Curiosidad:** es un elemento clave que deben poseer los coordinadores, ya que ayuda a los NNA a explorar sus emociones y aprender a nombrarlas. Lo anterior contribuye a que los NNA logren desarrollar relaciones desde la empatía, el respeto y la conexión con ellos mismos y con su entorno.



**Diálogo claro y asertivo:** es importante que el coordinador pueda referirse al cuerpo, identificar las partes íntimas con un lenguaje claro y sencillo, **ya que esto ayudará a prevenir confusiones y malos entendidos ante situaciones de riesgo.**

**Preguntas de curiosidad:** son un elemento clave para entender la perspectiva de los NNA ante los temas y conceptos clave que se presentan en el capítulo y que ayudan a prevenir las conductas de riesgo. Por ejemplo: ¿Puedes describirme qué sucedió?. ¿Cuéntame tu que sentiste?. ¿Qué otras veces te has sentido así?- ¿Cuándo pasan cosas que no te gustan que haces?

Es importante que si los NNA dan una respuesta inesperada o toman una actitud de distancia, el coordinador pueda abrir un espacio con el niño fuera de la sesión y a través de preguntas, comprenda de una manera clara la situación, ayudándole a expresar de manera tranquila lo que le suscita la actividad.

## Ejemplos

Cuando alguno de los NNA expresan alguna dificultad con su grupo de pares y por ejemplo se niega a participar de las actividades, se ve incómodo o aislado, es importante que el coordinador abra un espacio fuera de la sesión y facilite la expresión de sus emociones, ayudándole a identificarlas y nombrarlas de manera correcta. Esto facilitará encontrar soluciones asertivas para todos y así construir relaciones sanas y una buena convivencia.

Un caso que se puede presentar es que un NNA tenga alguna reacción desbordada ante alguna situación que sucede en clase y que se manifiesta con llanto y/o gritos. Ante esta reacción el coordinador debe buscar conectar con el NNA. Para esto puede validar sus emociones con frases como *“Entiendo que estés muy enojado o triste, ¿quisieras hablarme sobre esto?”*, *“podemos salir a caminar o tomar agua, esto te ayudará a calmarte”*.

Reconocer las emociones y dar opciones limitadas permite que los NNA puedan entender lo que les pasa, aprender a manejar sus estados emocionales y construir relaciones sanas con sus pares.

## Cierre

Las habilidades sociales son un aspecto transversal en la vida de los seres humanos, son necesarias para poder comunicarnos con los demás y desarrollar un proyecto de vida en relación con otros .

**El beneficio de trabajar en las habilidades sociales ayudará a que los NNA construyan una identidad, a que puedan tomar decisiones, a manejar situaciones complejas y a desarrollar relaciones sanas y armoniosas con su entorno.**

## Video 5: Tema 4 Redes sociales

### CONTEXTO

En la actualidad los NNA están inmersos constantemente en el mundo digital y de la tecnología, por eso es importante facilitar espacios que permitan al grupo **visualizar de forma clara los beneficios que vienen con el uso de la internet, sus aplicaciones y los riesgos que se encuentran en el espacio virtual** como por ejemplo:

- La pornografía entendida como todo material que ilustra escenas de actividad sexual de manera explícita con el fin de provocar excitación sexual.
- El sexting es una práctica en la que la persona produce imágenes o videos con material sexual que comparte a través de las redes sociales, ya sea con o sin autorización de quien los coloca en el medio.
- El grooming es la acción de un adulto de acosar sexualmente a un NNA a través de un medio digital
- El ciberbullying se genera cuando NNA atormenta, amenaza, humilla o molesta a otro/a mediante Internet, teléfono móvil, videoconsolas u otras tecnologías

Para esto, los NNA necesitan tener acceso a información que les permita establecer y seguir acuerdos y normas, poner límites y propiciar acciones de autocuidado, tanto en la vida presencial como en la virtual.

**En este apartado los NNA conocerán el concepto de la netiqueta, entendida como un conjunto de reglas que facilita el buen comportamiento de las personas que entran en el mundo virtual cuando se comunican a través del correo, los chats, la web, las redes sociales y son fundamentales para evitar conductas de riesgo.**

Todo esto, permite dar un marco preventivo en el que se desarrollarán factores protectores que les enseñe a evaluar los contenidos que publican en las redes sociales y los cuidados que deben tener al comunicarse y entablar relaciones virtuales.

## **Para este viaje no olvide llevar**

**Apertura:** da la posibilidad de aprender a escuchar, de integrar diferentes posturas y formas de pensar. Por ejemplo, cuando los NNA hablen de las redes sociales y de situaciones que pueden ser riesgosas, es fundamental que tengan la posibilidad de mencionar su punto de vista sin temor a ser juzgados o no escuchados. Esto permitirá que también escuchen el punto de vista del adulto, lo cual ayudará a formar el criterio.

**Preguntas de curiosidad:** son un elemento clave para entender la perspectiva de los NNA ante los temas y conceptos clave que se presentan en el capítulo y que ayudan a prevenir las conductas de riesgo preguntas como: ¿Cuándo publicas cosas en tus redes sabes los riesgos que corres?, ¿Conoces los parámetros de seguridad cuando publicas en redes?, ¿Tus personas cercanas conocen las redes a las que tienes contacto?, ¿Qué harías si alguna persona extraña te contacta y te pide información personal?.

Es importante que si los NNA están en alguna situación de riesgo por el mal uso de las redes sociales el coordinador pueda explorar la situación, generando un diálogo asertivo que permita informar sobre los riesgos y ayudándole a tomar decisiones que protejan su integridad.

**Información:** es fundamental que los coordinadores cuenten con conceptos básicos y estén actualizados frente a algunas dinámicas que se ven en relación con las redes sociales y que van siendo tendencia según la época de los niños como: whatsapp, instagram, facebook, youtube, snapchat, tiktok entre otras.

## **Ejemplos**

Si algún NNA refiere al coordinador que a través de las redes sociales está recibiendo ofensas, malos tratos, humillaciones por parte de alguno de sus compañeros el coordinador deberá indagar la situación con algunas preguntas como: ¿desde hace cuánto sucede?, ¿que ha hecho él para poner un límite a esas situaciones?, ¿si ha pedido ayuda antes?. Luego de indagar la situación es recomendable que el coordinador valide las emociones de NNA y luego le proponga algunas soluciones que le permitan poner límites, diferenciar lo que otros dicen v.s la verdad. En caso que la agresión sea severa deberá activar la ruta de atención según los protocolos de riesgo.

Una situación que se puede presentar es que el coordinador identifique que alguno de los NNA está inmerso en alguna situación de sexting o grooming, en caso que esto suceda es importante que se acerque al menor y pueda en primera

medida explicarle al niño de una manera pausada y sin juicios los daños que puede ocasionar este tipo de conductas, luego identifique desde hace cuanto está involucrado en estas dinámicas e indague si alguna persona lo ha inducido a este tipo de comportamientos. Finalmente y dependiendo del alcance de los hechos será clave que reporte el caso según la ruta de riesgos.

### **Cierre**

El mundo de hoy ha llevado a que los seres humanos constantemente están inmersos en una realidad virtual donde se construyen relaciones, se estudia, se juega con otros y se establecen vínculos. Esto, en principio no está mal pues ha traído beneficios para la comunidad, tenemos acceso a la información de una forma más rápida, podemos acceder a datos o llegar a otros lugares conectar con gente que está lejos entre otras cosas.

Sin embargo, la virtualidad y las redes sociales no supervisadas pueden afectar el desarrollo socioafectivo de los NNA. El trabajo no consiste en prohibir o mostrar a las redes sociales como algo malo. Lo

que se debe buscar es que se conozcan los riesgos y la importancia de los límites cuando se usan. Además de resaltar los beneficios que pueden traer cuando le damos un buen uso.

### **Infografía**

Papalia,D. Feldman,R. ( S.F.). *Desarrollo humano*.Mc Graw Hill education