

Escuela para familias: “Comprender los Límites y el Consentimiento en la Infancia”

Se articula con:

- Plan de Afectividad, Sexualidad y Género.
- Plan de Gestión de Convivencia Escolar.

Objetivo:

Comprender la importancia de enseñar límites y consentimiento durante la infancia, promoviendo una comunicación respetuosa y una actitud protectora y formativa.

Materiales:

- Anexo 1: Pauta reflexiva.
- Anexo 2: Estrategias para familias.

Duración:

45 minutos

Dirigido a:

Familia con niños y niñas entre 6 a 9 años.

Descripción de la actividad

Para comenzar esta actividad, puede utilizar las siguientes ideas a modo de dar un contexto a las familias sobre la temática:

1. Inicio.

- En la etapa infantil, es fundamental que los niños y niñas comiencen a comprender y a practicar el concepto de **límites y consentimiento**. A esta edad, los/as niños/as están en pleno desarrollo de su identidad y de sus habilidades de interacción social. Aprender sobre límites y consentimiento no solo les ayuda a sentirse seguros/as y respetados/as, sino que también les permite entender y valorar el respeto hacia los demás.
- Cuando hablamos de **límites**, nos referimos a enseñarles a los niños y niñas que tienen el derecho a decidir sobre su propio cuerpo y sus emociones, y que es válido expresar cuándo se sienten incómodos/as o desean detener una interacción. Este aprendizaje les ayuda a desarrollar una autoestima saludable y una capacidad para expresar sus sentimientos y necesidades con claridad.

- Por otro lado, el **consentimiento** es una habilidad social que les permitirá entender que antes de realizar cualquier acción que involucre a otra persona, es importante asegurarse de que esa persona está de acuerdo y se siente cómoda. De este modo, los niños y niñas comienzan a comprender el valor de pedir permiso, respetar las respuestas, y aprender a identificar señales verbales y no verbales que indican que alguien está o no de acuerdo.
- Este taller está diseñado para que podamos reflexionar juntos sobre cómo enseñar a nuestros hijos e hijas estos conceptos en casa. Aprenderemos estrategias sencillas para fomentar el respeto, la empatía y la comunicación abierta, de manera que nuestros hijos e hijas crezcan sabiendo que su bienestar y el de los demás son prioridades en todas sus relaciones.

2. Desarrollo.

Una vez aclarados los conceptos de límites y consentimiento, divida a los y las asistentes en grupos pequeños, de 4 a 5 personas. Cada grupo debe escoger a una persona para que anote las ideas principales y sea vocero/a del grupo.

Entrégueles una copia del Anexo 1: pauta reflexiva, para que la desarrollen.

Otorgue el tiempo que estime conveniente para que las personas puedan dialogar y expresar sus ideas.

Una vez transcurrido el tiempo, solicite que lean las respuestas.

En esta etapa de la actividad, usted debe ir acompañando y guiando las respuestas, destacando aquellas ideas valiosas que pueden ser de utilidad para las familias.

3. Cierre.

A continuación, pida a los grupos que comenten sus respuestas a modo de plenario. Según el tiempo que tenga disponible, profundice en cada una de las preguntas del anexo 1: pauta reflexiva.

Para finalizar puede preguntar a los y las apoderadas: **¿Qué aprendimos sobre la importancia de enseñar límites y consentimiento a esta edad?**

Entregue a cada participante (o envíe por correo) el **Anexo 2: Estrategias para familias**, para que lo tengan de apoyo.

Haga un cierre resaltando la relevancia de inculcar en los niños habilidades de autocuidado y respeto hacia los demás, e invite a los padres y madres a mantener una comunicación abierta con sus hijos en estas temáticas.

IDEAS CLAVES

La Importancia de los límites y el consentimiento en el Desarrollo Infantil

- Los límites ayudan a los niños y niñas a entender que tienen derecho a su espacio y a expresar lo que les hace sentir cómodos/as o incómodos/as. Aprender a establecer y respetar límites propios y ajenos es esencial para el desarrollo de una autoestima saludable y una comunicación efectiva.
- Enseñar límites desde una edad temprana les permite a los niños y niñas protegerse y reconocer situaciones en las que deben pedir ayuda o decir "no." Esto contribuye a que sientan que su voz tiene valor y que pueden tomar decisiones sobre sus propias interacciones.
- El consentimiento significa tener el permiso o la aprobación de una persona antes de realizar una acción que la involucra. Es fundamental que los niños y niñas aprendan a pedir permiso, especialmente en situaciones físicas o personales, como dar un abrazo o tomar un juguete.
- Cuando los niños y niñas practican el consentimiento, aprenden que la otra persona también tiene emociones y preferencias que deben respetarse, fomentando la empatía y la capacidad de ponerse en el lugar del otro.

Tanto en el hogar como en el aula, podemos utilizar algunas estrategias para inculcar el consentimiento y los límites:

- *Expresión de emociones:* Invitar a los niños y niñas a hablar de sus sentimientos y preferencias les permite comprender que sus emociones son importantes y dignas de respeto.
- *Modelar el comportamiento:* Los adultos deben demostrar cómo pedir consentimiento de forma respetuosa, diciendo cosas como "¿Está bien si hacemos esto?" y respetando la respuesta del niño/a. Esto sirve de ejemplo para los/as niños/as en sus propias interacciones.
- *Reconocimiento de lenguaje corporal:* Es útil enseñar a los niños a observar y entender el lenguaje corporal como una forma de comunicación no verbal. Explicar que alejarse o cruzar los brazos puede ser una señal de incomodidad les ayuda a captar estas señales en otros y a expresar las propias.

Educar a los niños y niñas en límites y consentimiento no solo contribuye a su desarrollo emocional, sino que también les da herramientas para cuidarse y cuidar a los demás en cada etapa de su vida. Al entender y respetar los límites propios y ajenos, los niños y niñas desarrollan habilidades esenciales de empatía, respeto y autoconfianza que les serán valiosas para toda la vida.



Pauta Reflexiva

¿Cómo reaccionamos como padres cuando nuestros hijos expresan que no desean participar en alguna actividad o interacción?
¿Podemos identificar formas de apoyar su derecho a decir "no"?

¿Qué ejemplos o situaciones de la vida cotidiana podemos utilizar para enseñar a nuestros hijos la importancia de pedir permiso antes de hacer algo que afecte a otra persona?

¿Cuáles son algunas señales verbales y no verbales que podemos enseñar a nuestros hijos para que reconozcan cuando ellos o alguien más se siente incómodo?

¿Cómo manejamos los momentos en los que otros familiares o amigos intentan abrazar o besar a nuestros hijos y ellos no desean hacerlo? ¿Qué podemos hacer para apoyar su autonomía en estas situaciones?

¿Qué frases o palabras podríamos usar en casa para que nuestros hijos comprendan que tienen derecho a sus propios límites y a respetar los de los demás?



Enseñando límites y consentimiento



Fomentar la expresión de emociones y preferencias

Anima a tus hijos/as a expresar cómo se sienten en distintas situaciones.

Puedes decirles: "Está bien que digas cómo te sientes o si algo te incomoda." Esto les enseña que su voz importa y que tienen derecho a decir "no" o "no me gusta" cuando algo les incomoda.

Modelar el Consentimiento en Actividades Cotidianas

Aprovecha momentos diarios para enseñar el concepto de pedir permiso. Pregúntales: "¿Puedo darte un abrazo?" o "¿Te gustaría que jugara contigo?" Esto ayuda a normalizar el pedir consentimiento y mostrarles que el respeto por las decisiones del otro es importante.

Practicar Frases de Consentimiento

Ayúdales a desarrollar frases simples y efectivas que puedan usar para expresar sus límites, como "Prefiero no hacer eso," "Por favor, detente," o "No quiero ahora." Repite estas frases en situaciones de juego para que se familiaricen y las usen de manera natural.

Reconocer y Respetar el Lenguaje Corporal

Enséñales a prestar atención a las señales corporales, tanto las propias como las de los demás. Puedes decirles: "Si notas que alguien se aleja o parece incómodo, es una señal de que puede no querer jugar en ese momento." Esto refuerza la empatía y el respeto por las emociones de los demás.

Crear un Espacio Seguro para Hablar

Reserva un momento cada día o semana para que tu hijo/a pueda contar cómo se sintió respecto a sus interacciones con los demás. Pregúntale: "¿Hubo algo que te gustó o no te gustó en el juego con tus amigos/as?" Esto le brinda confianza para expresar sus emociones y fomenta la comunicación abierta sobre situaciones que pudieran preocuparle.