

# Guía Didáctica Aulas de Cine y Derechos Humanos

## Jolieke

Coordinación: Área de Artes Visuales del CC Montehermoso  
Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz

Realización guías: Elisenda Polinyà y Nieves Prieto para Zinhezba



# Índice

1. Cine y derechos humanos	pág. 1
1.1 Zinhezba	
1.2 Derechos humanos	

2. Aulas de cine	pág. 5
2.1 Introducción	
2.2 Intención educativa	
2.3 Edades	
2.4 Educación transversal	

3. Conocer la situación: Análisis y contexto del tema	pág. 8
3.1 Enfermedad y muerte: dos tabúes de nuestra sociedad	
3.2 Las emociones y la inteligencia emocional	

 4. Bucear en las imágenes	pág. 22
4.1 Ficha técnica y sinopsis	
4.2 La historia en 3 momentos clave	
4.3 Vocabulario cinematográfico	

5. Cine, Derechos humanos y Educación. Propuestas didácticas	pág. 27
Actividad 1. Cosas que siento por dentro	
Actividad 2. Dar y recibir afecto	
Actividad 3. Cómo expreso mis sentimientos	
Actividad 4. Autobiografía de valores	
Actividad 5. La línea de la vida	
Actividad 6. ¿Por qué morir?	

6. Actúa	pág. 40
----------	---------

7. Para saber más...	pág. 42
----------------------	---------

8. El mapa de Peters	pág. 55
----------------------	---------

## 1. Cine y Derechos Humanos

### 1.1 Introducción

El Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz, a través del Centro Cultural Montehermoso del Departamento de Cultura, organiza la muestra de derechos humanos. En este contexto, se ocupa de la difusión de trabajos dirigidos a niños y jóvenes con el ánimo de contribuir en el proceso de toma de conciencia de los problemas más acuciantes de esta sociedad.

No todo es negocio en el mundo del audiovisual. A veces, creadores y artistas tocados por la dura y persistente realidad cotidiana, incorporan a sus obras testimonios de vidas desgarradas por la guerra, la pobreza o la enfermedad. Nada excepcional, por otra parte, para alguien comprometido con su generación, si no fuera porque en el mal llamado primer mundo tenemos la mirada perdida en el ombligo propio y el corazón demasiado cerca del bolsillo como para ocuparnos de los problemas del vecino que, en su mayoría, movidos por el consumismo, hemos contribuido a generar.

Por eso mismo está la audiencia perdida en programas de ocio y entretenimiento cada vez más banales, en un escapismo estéril que ni siquiera nos avergüenza y alimenta sin cesar de frivolidades la programación.

A pesar de ello, se dan también casos de rotunda dignidad. Documentales y obras creativas que intentan reflejar con la mayor objetividad las causas y consecuencias de los retos actuales: la explotación infantil, la guerra, los malos tratos, el Sida, la pobreza, pero lejos siempre de las salas de cine comercial o de la programación televisiva.

El Aula de Derechos Humanos tiene esa doble vertiente de difusión cultural y educativa con el objetivo de mostrar al público más joven esta problemática y desarrollar su espíritu crítico y solidario.

Fernando López Castillo  
Festival de Nuevo Cine Europeo

## 2 Los derechos humanos

### Unos mínimos morales de justicia

Los derechos humanos son exigencias elementales que puede plantear cualquier ser humano por el hecho de serlo, y que tienen que ser satisfechas porque se refieren a unas necesidades básicas, indispensables para que puedan desarrollarse como seres humanos. Son unos derechos tan elementales que sin ellos resulta difícil llevar una vida digna. Por ser tan necesarios para la persona se dice que son:

- **Universales:** se le deben reconocer a todos los seres humanos, sin excluir a nadie. Se trata de una exigencias mínimas que se les deben garantizar en reconocimiento de su condición de humanos.
- **Prioritarios:** en el sentido de que al entrar en conflicto con otros derechos tienen que ser protegidos de una manera prioritaria.
- **Innegociables:** ninguna sociedad debe negar la protección de esos derechos a sus miembros. Si, por ejemplo, carece de los medios necesarios para satisfacer en un momento dado lo que vamos a llamar "derechos económicos, sociales y culturales" de todos sus ciudadanos, no puede conformarse alegando que le resulta imposible; Ha de esforzarse por conseguir los medios necesarios y por distribuirlos de tal modo que todos vean satisfechos sus derechos.

Además, todas las sociedades tienen que contribuir en el contexto mundial para lograr que se respeten los derechos de todas las personas, sea cual fuera la sociedad concreta a la que pertenezcan.

En resumen, los derechos humanos son unos MÍNIMOS MORALES DE JUSTICIA que deben ser satisfechos, porque sin ellos no se puede construir una sociedad justa ni un mundo en paz y en armonía.

### Generaciones de derechos humanos

Los derechos humanos se han ido reconociendo a lo largo de la historia, a través de un lento proceso de aprendizaje moral que no ha terminado todavía. En este proceso se pueden distinguir, hasta ahora, tres grandes fases, que se suelen denominar "las tres generaciones" de los derechos humanos.

- **Primera generación: Los derechos de la libertad**

La "primera generación" es la de los derechos civiles y políticos. Empezaron a ser reivindicados por la burguesía frente al Antiguo Régimen a partir del siglo XVI: el derecho a la vida y a la integridad física, a pensar y expresarse libremente, a participar en el gobierno del propio país, a no ser detenido sin un motivo legal a ser juzgado con garantías de imparcialidad, a tener propiedad, a comerciar libremente, etc. En líneas generales podemos considerar que estos derechos están inspirados en un valor moral básico que les sirve de guía: la libertad.

- **Segunda generación: los derechos de la igualdad**

La "segunda generación" se refiere a los derechos económicos, sociales y culturales, como el derecho al empleo y al salario justo, a la vivienda, a la salud, a la educación, a la cultura, a una pensión de jubilación, etc. Estos derechos fueron reivindicados sobre todo por el movimiento obrero a lo largo de los últimos siglos. Con ellos se pretende dotar de un apoyo real a los derechos de la primera generación, porque difícilmente se pueden ejercer los derechos civiles y políticos si no se tiene un mínimo de ingresos económicos, una protección contra la enfermedad o unos mínimos de nivel cultural.

Este tipo de exigencias fue abriendo el camino a una nueva mentalidad según la cual es necesario que el Estado no se limite a mantener el orden público y el cumplimiento de los contratos, sino que actúe positivamente para que los derechos de la primera generación no sean un privilegio de unos cuantos, sino una realidad para todos. Por esta razón se dice que la segunda generación constituye un conjunto de exigencias de la igualdad.

- **Tercera generación: los derechos de la solidaridad**

Los llamados derechos de la "tercera generación" defienden que toda persona tiene derecho a nacer y vivir en un medio ambiente sano, no contaminado de polución y de ruido, y también el derecho a nacer y vivir en una sociedad en paz. Estos derechos no han sido recogidos todavía en una declaración internacional, pero son tan básicos como los anteriores, porque si se vive en un ambiente contaminado o en un ambiente de guerra, difícilmente se pueden cumplir los derechos de la primera y segunda generación.

Es necesaria la solidaridad internacional para que se puedan cumplir los de la tercera generación: ¿Cómo se podrá acabar con la contaminación del medio ambiente si distintos países se comprometen a no contaminar pero otros no? ¿Cómo se podrá acabar con las guerras mientras no haya un firme compromiso de todos para controlar el tráfico de armas?



## RESPECTAR LOS DERECHOS A NIVEL GLOBAL Y LOCAL

### Derechos civiles y políticos

La abolición de la esclavitud ha sido el logro más importante en este campo, al menos en la medida en que se respete la prohibición universal de esta práctica, que se decretó en la Convención Internacional del 7 de Septiembre de 1956. Sin embargo, en muchos países se practica actualmente una violación sistemática y masiva de los derechos más elementales: torturas, desapariciones, detenciones ilegales, malos tratos a los presos, marginación de la mujer. etc.

### Los esfuerzos de la ONU

En principio, tendría que ser la comunidad internacional, a través de la ONU (cuyo fin último es precisamente la protección y promoción de los derechos humanos), la encargada de denunciar estas violaciones y de tomar medidas eficaces para que los gobiernos que no respetan las libertades básicas rectifiquen su conducta. Pero, evidentemente, este organismo por sí solo no podrá conseguir nada si no dispone del apoyo material y moral de los países que se dicen respetuosos de estas libertades. La experiencia nos muestra que la presión internacional sobre los gobiernos que no respetan los derechos humanos es, a menudo, un medio eficaz para lograr que esos países se emprendan las reformas necesarias para el respeto de los derechos cívicos.

### Iniciativas ciudadanas

Muchos de los ciudadanos que voluntariamente desean aportar un grano arena a la consolidación de las libertades básicas, lo hacen a través de organizaciones no gubernamentales (ONGs), como Amnistía Internacional, Cruz Roja Internacional, etc., y trabajan en muchos países del mundo para denunciar las violaciones de estos derechos y ayudar a las víctimas.

### El hambre

Con respecto a los derechos de la segunda generación, es evidente que hay miles de millones de personas en los países del llamado *Tercer mundo* que no disponen de los medios de subsistencia más indispensables. La falta de alimentos, las enfermedades curables y el analfabetismo son las principales carencias de la mayor parte de la humanidad. La miseria es la primera causa de la mortalidad en el mundo, a pesar de que técnicamente es posible atender a las necesidades mínimas de todos. Pero se trata de un problema moral, no técnico. Se debe, en última instancia, a una falta de solidaridad entre las personas. La ONU dispone de una agencia especializada para enfrentarse a problema del hambre: la FAO (Organización

## Condiciones de trabajo infrahumanas

Actualmente existe un gran número de países en los que las personas, niños incluidos, se ven obligadas a trabajar en condiciones insalubres, durante jornadas de doce horas diarias o más, sin seguridad social ni protección contra el desempleo, y prácticamente sin derechos sindicales. Los países ricos no ponen demasiadas objeciones a esta situación, porque son sus propias empresas las que encuentran en esos países una mano de obra barata y dócil. Los sindicatos de los países ricos sí suelen protestar, entre otras cosas porque este tipo de prácticas está llevando a la desaparición de muchos puestos de trabajo en el Primer Mundo. La Organización Internacional del Trabajo (OIT), que tiene su sede en Ginebra (Suiza), es la que tiene el encargo de la ONU para ocuparse de este tipo de problemas. Pero es evidente que si los países miembros de esta organización no toman en serio la necesidad de afrontarlos, la organización por sí sola poco podrá hacer.

Paz y equilibrio ecológico: es urgente una solución solidaria con respecto a los derechos de la tercera generación, hay que denunciar el hecho de que los gobiernos de los países más ricos no acaban de comprometerse en la lucha contra la polución y ni en el control del tráfico de armas. Esto permite que las grandes empresas continúen contaminando, y que los conflictos bélicos que se producen en los países pobres encuentren, fácilmente, las armas que necesitan para continuar sus guerras.

No obstante, algunas agencias de la ONU y un gran número de ONG's están haciendo un gran esfuerzo a favor del medio natural (ADENA, Greenpeace, etc.), y otras se preocupan de los refugiados que huyen del escenarios bélicos (ACNUR, Médicos sin Fronteras, Médicos del Mundo, etc.)

## La acción a favor de los derechos humanos

- En nuestro propio entorno:

En ocasiones somos nosotros mismos los que violamos los derechos de las personas que nos rodean, o bien callamos cuando otros lo hacen en nuestra presencia. Hay amas de casa que sufren una situación de desprecio y semiesclavitud por parte del resto de la familia. Algunos niños sufren marginación y malos tratos por parte de sus propios compañeros de clase. A menudo dejamos que ciertos individuos destrocen el material escolar o las pertenencias de alguna persona sin pararnos a pensar que estamos cometiendo una injusticia. Otras veces contaminamos el medio ambiente con basuras, ruidos o humos y no nos damos cuenta de que estamos atentando contra los derechos de todos. En resumen, para defender los derechos humanos tenemos que empezar por respetarlos, a nivel local, y para ello hemos de preguntarnos qué injusticias estamos cometiendo o tolerando, y cómo tenemos que actuar para calmar esas situaciones.

## Líneas generales de acción a favor de los derechos humanos

Además de estar atentos a que se cumplan en nuestro entorno más próximo, éstas son algunas de las tareas que se pueden llevar a cabo para la promoción de los derechos humanos a nivel nacional e internacional:

1. *Difundirlos*: darlos a conocer a todas las personas para que puedan reclamarlos y ayudar a protegerlos.
2. Exigir su cumplimiento a las autoridades y a los particulares, agotando todos los medios legales para ello: cartas de protesta, recogida de firmas, manifestaciones, etc.
3. Asociarnos y participar en las organizaciones de voluntarios que trabajan por ellos. (*Ver punto 6 del índice*).

## 2. Aulas de cine y derechos humanos

ZINHEZBA, es una asociación sin ánimo de lucro que promueve el cine la educación y la paz.

ZINE, HEZKUNTZA eta BAKEA

Por tercer año consecutivo venimos realizando Aulas de Cine y Derechos Humanos en diferentes escuelas de Euskadi donde ya han participado más de 1.600 alumnos.



### Intención educativa

El objetivo de las aulas de cine es poder profundizar en los derechos fundamentales de las personas a través de la educación en valores utilizando el medio audiovisual para desarrollar una actitud crítica hacia las situaciones de desigualdad.

Para ello pretendemos ampliar el campo de visión a otras sociedades y culturas para conseguir el respeto a la diferencia: sexo, raza, opinión, religión y necesidades; Aprender a identificar violaciones de los derechos humanos y estimular la solidaridad hacia los que las sufren; Profundizar sobre las vías de solución a nivel local y global y estimular una actitud activa para la transformación social.

También pretendemos....

1. Profundizar en los derechos fundamentales de las personas a través de la educación en valores.
2. Desarrollar el sentido crítico hacia el medio audiovisual, con el fin de integrar la imagen al universo de los conocimientos.
3. Ahondar en conocimiento del lenguaje cinematográfico como medio para sensibilizar y concienciar, a través de sus recursos expresivos.
4. Ampliar el campo de visión a otras sociedades y culturas para conseguir el respeto a la diferencia.
5. Identificar violaciones de los derechos humanos en cualquiera de los ámbitos a que se refieran y estimular la solidaridad con los que los sufren.

6. Diferenciar derechos y violaciones, recurriendo a documentos y declaraciones universales tanto nacionales como de organismos mundiales.

7. Detectar noticias e informaciones de actitudes positivas en referencia a los derechos humanos.

8. Profundizar sobre las vías de solución a nivel local y global y motivar a la acción, a través de la implicación del alumnado.

9. Estudiar los diversos lenguajes y formas de transmitir información: prensa, cómic, cine, reportajes... en relación con la violación de los diversos derechos de las personas.

10. Lograr una mayor dosis de respeto a las personas en cuanto a su edad, sexo, raza, opinión, necesidad y cultura.

### **Edades**

Las aulas de cine las ofrecemos a estudiantes de edades comprendidas entre los 8 y 18 años. La programación anual la adaptamos a cada grupo de edad en las siguientes franjas:

- 8 a 12 años
- 12 a 16 años
- 14 a 18 años
- 16 a 18 años



### **Educación transversal**

Las aulas plantean distintos temas relacionados con los derechos humanos para que maestros, educadores y personal docente continúe los contenidos en el aula y se incluya en el proyecto del centro transversalmente a través de las diferentes asignaturas.

Después de la proyección de la película (en euskera y castellano) realizamos un taller socio-educativo para estimular la reflexión personal y colectiva que acompañamos de una guía didáctica para que los profesores podáis seguir trabajando los contenidos en el aula.

## **Estructura de la guía**

El criterio general de la propuesta responde a la necesidad de saber interrogar adecuadamente la película, para valorar el tipo de información que nos da y para determinar el punto de vista que se adopta delante de los problemas tratados.

La guía didáctica parte de la película y se divide en 5 apartados que se complementan de la siguiente manera:

- La primera parte relaciona los conceptos de cine, educación y derechos humanos a través de la propuesta de ZINHEZBA.
- En la segunda parte se ofrece un análisis social, político, cultural o económico según la temática a tratar que servirá como material de referencia educativa.
- La tercera parte, el análisis fílmico de la película, constituye la bisagra que une educación y derechos humanos, utilizando el recurso audiovisual como herramienta educativa. Se extraen las ideas-clave que os permitirán introducir aspectos sobre los derechos humanos. En esta parte podréis encontrar un glosario básico sobre el medio audiovisual.
- En el cuarto apartado os ofrecemos una propuesta de actividades, con unos objetivos concretos, los conceptos a analizar, los procedimientos a seguir y las actitudes a potenciar entre los niños, niñas y jóvenes, dejando muy claro de antemano, que no son recursos nuevos sino una compilación de actividades y fuentes que os pueden servir de apoyo para vuestro trabajo pedagógico en el aula y que debe tener una continuidad. Es importante que toda la comunidad educativa de la escuela apoye desde su compromiso pedagógico la defensa de los Derechos Humanos.
- En la última parte de la guía os mencionamos algunos recursos que consideramos útiles para tratar los temas de la guía y así podáis adaptar las actividades al grupo en función de sus necesidades.

### 3. Conocer la situación

#### 3.1 Enfermedad y muerte: dos tabúes de nuestra sociedad

En este documental la protagonista es una niña enferma y huérfana de padre. En principio no resulta una historia muy atractiva y es lógico: a nadie le gusta enfrentarse a temas dolorosos. Son temas desagradables. Pero por otro lado, resulta sorprendente el poco espacio que se dedica a tratar estos temas con normalidad, siendo ambos realidades inherentes a nuestra existencia. En los medios de comunicación la muerte suele venir ligada a la violencia: consecuencia de conflictos bélicos, desastres naturales, o bien asociada a la delincuencia o como consecuencia de los accidentes de tráfico. En estos casos la muerte suele aparecer como cifra. También aparece cuando fallecen personajes famosos o personalidades relevantes del mundo social, artístico, económico o político, o en los aniversarios de dichas muertes y en homenajes posteriores.

La enfermedad suele tratarse como paso previo a la notificación de una muerte, "tras una larga enfermedad"... En ninguno de los dos casos recibimos una educación previa sobre cómo lidiar con estos temas, con los que tarde o temprano, tendremos que enfrentarnos. La muerte y la enfermedad son dos situaciones íntimas, que hay que tratar con delicadeza, respetando a quien las padece, pero lo que no creemos que esté bien es ocultarlas porque no "queda bonito", porque en nuestra sociedad de consumo no vende, o venden las muertes escabrosas, la violencia gratuita de los videojuegos o las películas de acción.

Creemos importante que los niños y los jóvenes se acerquen a estas realidades, a través de la historia de Jolieke, alguien que las conoce desde muy joven. Esta niña nos introduce de una manera sincera y valiente en la vivencia de estas experiencias. Su testimonio es, sin duda, un ejemplo de inteligencia emocional.

#### Art. 24 de la Convención de los derechos del niño

Los niños y niñas tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de **salud**, y a tener acceso a servicios médicos y de rehabilitación, con especial énfasis en aquellos relacionados con la atención primaria de salud, los cuidados preventivos y la disminución de la mortalidad infantil.

1. Los Estados Partes reconocen el derecho de la infancia al disfrute del más alto nivel posible de salud y a servicios para el tratamiento de las enfermedades y la rehabilitación de la salud. Los Estados Partes se esforzarán por asegurar que ningún niño o niña sean privados de su derecho al disfrute de esos servicios sanitarios.

2. Los Estados Partes asegurarán la plena aplicación de este derecho y, en particular, adoptarán las medidas apropiadas para:

c) Combatir las enfermedades y la malnutrición en el marco de la atención primaria de la salud mediante, entre otras cosas, la aplicación de la tecnología disponible y el suministro de alimentos nutritivos adecuados y agua potable salubre, teniendo en cuenta los peligros y riesgos de contaminación del medio ambiente;

e) Asegurar que todos los sectores de la sociedad, y en particular los padres y los niños, conozcan los principios básicos de la salud y la nutrición de los niños, las ventajas de la lactancia materna, la higiene y el saneamiento ambiental y las medidas de prevención de accidentes, tengan acceso a la educación pertinente y reciban apoyo en la aplicación de esos conocimientos;

## Cómo Hablar de la Muerte con los Niños y Niñas

La mayoría de los niños de todas las edades necesitan información honesta y precisa acerca de su enfermedad, el plan y las opciones terapéuticas y el pronóstico. Los niños expresan sus miedos y preocupaciones de diversas maneras: mediante el llanto, la actuación, el juego y el dibujo, la formulación reiterada de preguntas simples, el ignorar a los demás, la búsqueda de información y la redacción de cartas. Es necesario hacerle saber al niño o adolescente que estos sentimientos de tristeza, confusión, enojo y miedo son todos razonables.

Es importante también comprender que todos los niños y familias son diferentes. Debido a que culturas diferentes tienen creencias diferentes respecto de qué debería saber un niño, no existe sólo una manera correcta de hablar sobre la muerte. En general, una atmósfera de comunicación abierta permite que el niño exprese sus miedos y deseos. Sin embargo, esta honestidad no se produce de la noche a la mañana. El hecho de que el niño y los padres puedan hablar sobre la muerte abiertamente lleva tiempo.

El objetivo final al hablar con un niño sobre la muerte es brindarle la mayor comodidad posible e intentar disipar sus miedos. Si el niño no está preparado para hablar sobre la muerte, la mejor actitud de los padres y de las personas que lo cuidan es esperar hasta que lo esté. El niño debe saber que usted está dispuesto a hablar con él en el momento que él se sienta preparado para hacerlo. Tratar de proveer información cuando el niño no está dispuesto a aceptarla con frecuencia provocará enojo, desconfianza y distancia emocional de los demás. Esperar hasta que el niño esté preparado para manejar la situación permitirá una mejor comunicación.

Cuando se habla sobre la muerte, se debe usar siempre un lenguaje que el niño pueda comprender. Tenga en cuenta lo siguiente:

- **Los bebés** no poseen habilidades lingüísticas; sin embargo, reaccionan al bienestar físico. Cuando un bebé agoniza, una caricia y un abrazo reconfortantes son tan importantes para él como para aquél que lo cuida. La comunicación del amor se puede expresar mediante una caricia suave y un abrazo tierno.
- **Para los niños que comienzan a caminar y los niños pequeños**, se debe utilizar un lenguaje concreto. Se deben evitar términos confusos para describir la muerte, como por ejemplo, "dormir" y "desaparecer". Un niño puede tener miedo de dormirse si asocia la idea de dormir con la muerte.
- **Los niños pequeños** pueden hacer preguntas muy directas sobre la muerte, si tienen la oportunidad, y es importante ser honesto y consecuente con las respuestas. Si hacen una pregunta para la cual se desconoce la respuesta, es preferible admitirlo, y no inventar una. Los niños pueden detectar la mentira en una respuesta desde muy temprana edad. También pueden recibir información poco consecuente si las respuestas de diferentes personas son engañosas o evitan la verdad.
- **Los adolescentes** pueden querer hablar sobre la muerte con un amigo u otra persona que no sean sus padres. Se debe fomentar la comunicación de cualquier manera que pueda ayudar al niño a expresar sus miedos y preocupaciones.

Es importante evaluar los conceptos y creencias del niño y su familia acerca de la muerte y la vida después de ésta cuando se establece una comunicación con ellos. Los niños pueden experimentar miedos y preocupaciones que no expresan porque no se sienten cómodos o porque no saben cómo hacerlo. Entre algunas de estas preocupaciones, se incluyen las siguientes:

- **Los sentimientos de culpa y de vergüenza**  
Los niños pueden creer que sus pensamientos han provocado la enfermedad o la muerte que ha causado la tristeza de todos. Es importante hablar con el niño acerca del hecho de que los médicos y las enfermeras no siempre pueden evitar la muerte y, además, asegurarle que los malos pensamientos no pueden causar la muerte y que él no ha hecho nada malo para provocar la muerte o la enfermedad.

- **El miedo de que el dolor esté asociado con la muerte**  
Al confrontar estos temores, es importante explicarle al niño el uso de los medicamentos para controlar el dolor. Recuérdele que la muerte en sí no es dolorosa.
- **El miedo a la separación**  
Este tema puede tratarse recurriendo a las creencias religiosas o culturales específicas relacionadas con el cuerpo, el alma o el espíritu. Tranquilice al niño afirmándole que no estará solo en el momento de la muerte.
- **La comunicación escrita**  
Algunos niños pueden comunicarse mediante juegos o dibujos. Preste atención a los dibujos y hable acerca de ellos con el niño. Otros niños pueden escribir cartas a sus padres o a sus seres queridos para despedirse o para formular preguntas de forma indirecta. Al escribir las preguntas, un niño mayor tiene la posibilidad de formular preguntas directas sin molestar a los padres de manera evidente. Algunos adultos y niños se comunican mejor al escribir pequeñas notas unos a los otros.
- **Las creencias espirituales y culturales**  
Estas creencias influyen en gran medida en la experiencia de la muerte. Los padres, los miembros de la comunidad religiosa de la familia, los capellanes y los sacerdotes pueden desempeñar un papel importante al momento de explicarle el concepto de muerte a un niño. Es importante la consecuencia en la comunicación de las creencias de la familia sobre la muerte y, o la vida después de ésta. El hecho de compartir estas creencias con las demás personas que cuidan del niño puede limitar su confusión.

Fuente: <http://www.uchicagokidshospital.org/online-library/content=P06139>



Foto: Silvia Mesalles

## 3.2. Las emociones y la inteligencia emocional

### ¿Qué son las emociones?

La palabra EMOCIÓN, viene del latín "MOTERE" (moverse). Es lo que hace que nos acerquemos o nos alejemos a una determinada persona o circunstancia.

Por lo tanto, la emoción es una tendencia a actuar y se activa con frecuencia por alguna de nuestras impresiones grabadas en el cerebro, o por medio de los pensamientos cognoscitivos, lo que provoca un determinado estado fisiológico, en el cuerpo humano.

La emoción, es un sentimiento y sus pensamientos característicos que conllevan condiciones biológicas y psicológicas, así como una serie de inclinaciones a la actuación

Todas las emociones son esencialmente IMPULSOS A LA ACCIÓN, cada una de ellas inclina al ser humano hacia un determinado tipo de conducta. En los animales y en los niños hay una total continuidad entre sentimiento y acción; en los adultos se da una separación, la acción no necesariamente sigue al sentimiento.

Los mecanismos de las emociones, incluso las biológicas, pueden ser conducidas hacia el bien o hacia el mal. El temperamento es modificable por la experiencia. Ser consciente de las propias emociones es el primer paso para no dejarse arrastrar por ellas.

### Tipos de emociones

#### Emociones Primarias

- **Ira:** Enojo, mal genio, furia, resentimiento, hostilidad, animadversión, indignación, irritabilidad, violencia y odio. La sangre fluye a las manos, y así resulta más fácil tomar un arma o golpear al enemigo; el ritmo cardiaco se eleva, lo mismo que el nivel de adrenalina, lo que garantiza que se podrá cumplir cualquier acción vigorosa.
- **Miedo:** ansiedad, desconfianza, fobia, miedo, nerviosismo, inquietud, terror, preocupación, aprehensión, remordimiento, sospecha, pavor y pánico. La sangre va a los músculos esqueléticos, en especial a los de las piernas, para facilitar la huida. El organismo se pone en un estado de alerta general y la atención se fija en la amenaza cercana.
- **Felicidad:** alegría, disfrute, alivio, deleite, dicha, diversión, estremecimiento, éxtasis, gratificación, orgullo, satisfacción y manía. Aumenta la actividad de los centros cerebrales que inhiben los sentimientos negativos y pensamientos inquietantes. El organismo está mejor preparado para encarar cualquier tarea, con buena disposición y estado de descanso general.
- **Amor:** Aceptación, adoración, afinidad, amabilidad, dar con desinterés, caridad, confianza, devoción, dedicación, gentileza y hasta obsesión. Se trata del opuesto fisiológico al estado de "lucha o huye" que comparten la ira y el miedo. Las reacciones parasimpáticas generan un estado de calma y satisfacción que facilita la cooperación.
- **Sorpresa:** Asombro, estupefacción, maravilla, shock. El levantar las cejas permite un mayor alcance visual y mayor iluminación en la retina, lo que ofrece más información ante un suceso inesperado.
- **Disgusto:** Fastidio, molestia, insatisfacción, impaciencia. La expresión facial de disgusto es igual en todo el mundo (el labio superior torcido y la nariz fruncida) y se trataría de un intento primordial por bloquear las fosas nasales para evitar un olor nocivo o escupir un alimento perjudicial.
- **Tristeza:** Aflicción, autocompasión, melancolía, desaliento, desesperanza, pena, duelo, soledad, depresión y nostalgia. El descenso de energía tiene como objetivo contribuir a adaptarse a una pérdida significativa (resignación).

- Vergüenza: arrepentimiento, humillación, mortificación, remordimiento, culpa.
- Repulsión: Rechazo, aversión, asco, desdén, desprecio, menosprecio.

Casi nunca se presentan aisladas, más bien, son una combinación de todas las familias de emociones mencionadas.



*Foto: Christian Fehr*

### *¿Qué es la inteligencia emocional?*

La expresión " Inteligencia Emocional " fue acuñada en 1990 por el psicólogo Peter Salovey, de Yale, y por John Mayer, de la Universidad de Yale de New Hampshire, para describir cualidades como la comprensión de los propios sentimientos, la comprensión de los sentimientos de otras personas y "el control de la emoción de forma que intensifique la vida".

Aunque la psicología conoce desde siempre la influencia decisiva de las emociones en el desarrollo y en la eficacia del intelecto, el concepto concreto de la inteligencia emocional, en contraposición al de coeficiente intelectual, fue planteado hace unos años por el psicólogo Peter Salovey. Y si bien no existen test para medirla con exactitud, varias pruebas o cuestionarios que valoran este aspecto pueden ser muy útiles para predecir el desarrollo futuro de una persona.

Hace treinta años, un psicólogo de la Universidad de Stanford realizó un experimento con niños de cuatro años. Le mostraba a cada uno una golosina y le decía que podía comerla, pero que si esperaba a que volviera le traería dos; luego lo dejaba solito con el caramelo y su decisión. Algunos chicos no aguantaban y se comían la golosina; otros, elegían esperar para obtener una mayor recompensa. Catorce años después, hizo un seguimiento de esos mismos chicos: los que habían aguantado sin tomar el caramelo - y, por lo tanto, controlaban mejor sus emociones en función de un objetivo - eran más emprendedores y sociables. Los impulsivos, en cambio, tendían a desmoralizarse ante cualquier inconveniente y eran menos brillantes.

En la década del 80 (denominada la década del cerebro) se intensificaron los estudios dirigidos a investigar más profundamente el órgano que tan poco utilizamos con relación a su enorme potencial. Estas investigaciones llegaron ¡por fin! a determinar que las emociones juegan un rol muy importante y definitorio en la capacidad del ser humano para vivir mejor. La trascendente conclusión determinó que ya no nos ajustaremos sólo a un coeficiente de inteligencia basado en informaciones intelectuales, sino también y en gran medida a un coeficiente emocional.

Un coeficiente emocional óptimo es alcanzado por aquella persona que conoce sus emociones negativas y, lo que es más importante, puede resolverlas. La persona que no conoce sus propias emociones negativas, o que conociéndolas es incapaz de manejarlas, está afectando en distintas medidas su vida de trabajo, su vida de pareja, su vida de familia y su particular visión del mundo.

#### ¿Qué es la inteligencia emocional?: Resumen

- Es una forma de interactuar con el mundo, que tiene en cuenta las emociones, los sentimientos y algunas habilidades como la autoconciencia, la motivación, el control de sus impulsos, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, y otras más, indispensables para una buena y creativa adaptación e interacción social.
- Es una destreza que nos permite conocer y manejar nuestros propios sentimientos, interpretar y enfrentar los sentimientos de los demás, sentirse satisfechos y ser eficaces en la vida a la vez que crear hábitos mentales que favorezcan nuestra propia productividad.

#### COEFICIENTE INTELECTUAL E INTELIGENCIA EMOCIONAL

Todos estamos acostumbrados con la medición de la inteligencia que se basa en el coeficiente intelectual (IQ): Raciocinio lógico, habilidades matemáticas, habilidades especiales, capacidad analítica, etc. pero actualmente se ha descubierto que el éxito depende también en gran medida de otro tipo de inteligencia: La emocional.

El coeficiente intelectual (IQ) y la inteligencia emocional (IE) son habilidades distintas, sin embargo, no son opuestas sino más bien complementarias. La persona con un alto IQ es más analítica y lógica, acumula datos, requiere de tiempo y calma para tomar decisiones, sopesa la información, examina, es numérica, tiende a ser frío en sus apreciaciones y utiliza mucho más el hemisferio izquierdo del cerebro. En cambio la persona con una alta IE se relaciona con facilidad, gusta de ideas nuevas, decide a partir de intentos y errores, es rápida, espontánea, tiende a ser impaciente e imprecisa, cree en sus sensaciones, es cálida y gregaria y utiliza más el hemisferio derecho del cerebro.

#### HABILIDADES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

##### *Componentes de la inteligencia emocional*

**1. Conocer las propias emociones.** La conciencia de uno mismo (el reconocer un sentimiento mientras ocurre) es la clave de la inteligencia emocional. Saber en cada momento cuál es la emoción que estamos sintiendo, sin confundirla con otra o disfrazarla.

**2. Manejar las emociones.** No permitir que nos controlen y saber canalizarlas correctamente. Se basa en la capacidad anterior. Las personas que saben serenarse y librarse de la ansiedad, irritación o melancolías excesivas se recuperan con mayor rapidez de los reveses de la vida.

**3. Auto motivación y autorregulación:** Las personas que saben controlar la impulsividad y esperar para obtener su recompensa, cumplen con sus objetivos y están conformes con sus logros.

**4. Empatía:** la capacidad para reconocer las emociones de los demás, saber qué quieren y qué necesitan es la habilidad fundamental para establecer relaciones sociales y vínculos personales.

**5. Manejar las relaciones.** Esto significa saber actuar de acuerdo con las emociones de los demás: determinan la capacidad de liderazgo y popularidad.

## APLICACIÓN PRÁCTICA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Por todo lo anterior, es evidente que en nuestra vida diaria, la Inteligencia Emocional debe llevarnos a un manejo y expresión de nuestras emociones de una manera tal que nos permita ser más efectivos en nuestras relaciones interpersonales.

Ante el trabajo y la vida cotidiana es normal que desempeñemos tres papeles característicos: el Héroe, el Villano y la Víctima. Cada uno de nosotros en las diferentes circunstancias de nuestra vida, elegimos actuar de una forma o de otra y son precisamente las emociones que decidimos utilizar las que marcan la pauta.

Concretamente, una de las aplicaciones más evidentes en nuestra vida diaria de la Inteligencia Emocional, se presenta cada vez que tenemos un conflicto.

### MANEJO DEL CONFLICTO INTERPERSONAL

Definición:

Situación en la cual dos o más partes creen que lo que quiere una parte es incompatible con lo que desea la otra.

Toda DIFERENCIA entre dos o más partes.

Características:

- Es un proceso humano importante e inevitable
- Debe identificarse y manejarlo
- Con facilidad tiende a convertirse en una situación compleja.
- No es bueno ni malo en sí mismo.
- Es un fenómeno subjetivo e intangible
- Sólo sus manifestaciones son objetivas y tangibles.
  
- Tipos:
  - Intrapersonal
  - Intragrupal

### ÁREAS

En la naturaleza y en la cultura nada se sustrae al conflicto. La vida, las relaciones humanas, los negocios, la educación, la política y el desarrollo profesional tienen conflictos frecuentemente. Los conflictos se encuentran:

En el orden biológico: legiones de virus luchan contra la salud del organismo, o son rechazados o prevalecen causando enfermedades.

En el orden psicológico personal: el psicoanálisis nos enseña que la neurosis es un conflicto entre el ello, el yo y el superior, pero sin llegar a la neurosis, una persona puede sufrir conflicto entre sus deseos incompatibles, sus deseos, sus sentimientos, etc.

En el orden interpersonal: los conflictos entre personas, derivadas por diferencias en gustos, ideas, percepciones, opiniones, etc., son asunto cotidiano.

En el orden social organizacional: conflictos familiares, laborales, legales, ideológicos, en la ciencia, en la religión, en la política, conflictos de clases, de sexos, generaciones, razas, países, etc.

## CAUSAS

El conflicto nace y se multiplica muy fácilmente, se deriva de algunas situaciones.

1. La subjetividad de la percepción: las personas captan de diferentes maneras el mismo objeto o situación. Y es frecuente que distorsionemos un poco.
2. La información incompleta: (personajes de la historia, etc.). el motivo es que quienes opinan, sólo han tenido acceso a una parte de los hechos y no conocen los otros.
3. Las fallas naturales de la comunicación interpersonal: todo acto de comunicación utiliza un código e impone al receptor la tarea de descifrar el mensaje. Cada cual descifra el mensaje como puede o como quiere, o como le conviene.
4. La desproporción entre las necesidades de las personas y los satisfactores disponibles: sucede que muchos bienes materiales son escasos y se crea una demanda mayor que la oferta. Ejemplo en una familia hay dos bicicletas y cuatro quieren usarlas el mismo día.
5. Las diferencias de caracteres: una persona es lenta y la otra rápida; una idealista y la otra realista; una ordenada y la otra desordenada; una tolerante y la otra intransigente.
6. Las presiones que causan frustración: por ejemplo, para un niño es la falta de aceptación por parte de sus padres; para un adulto las actitudes autócratas de los jefes; para todos el bombardeo de la propaganda comercial que crea necesidades excesivas, la inseguridad que produce el miedo y las alternativas forzadas de valores incompatibles entre sí.
7. La pretensión de igualar a los demás a uno mismo: Cuántas personas no han aprendido a aceptar a otros sin juzgarlos, a "dejarlos ser" simplemente y se crean problemas ellas mismas con éste rechazo de la realidad, además de crearlos en quienes pretenden cambiar.
8. Los separatismos y divisiones: por religiones, razas, color, etc.
9. La mucha intimidad e interdependencia: hay personas que dependen tanto de otras o las hacen depender de ellas, que llegan a estorbarse entre sí. De aquí se derivan graves conflictos entre una madre y una hija, una mujer y su marido.
10. Las conductas inadecuadas en la comunicación: se podría llenar un libro con ellas.



*Foto: Nieves Prieto*

#### EFFECTOS POSITIVOS DE LOS CONFLICTOS

El conflicto es el elemento dinámico de una situación y su realidad dinámica no queda guardada en un rincón de la personalidad, se mueve, ramifica, crece, trasciende e invade otras áreas de la vida.

Produce el cambio social en su doble forma de evolución y revolución, es decir, cambio gradual o brusco.

Ayuda a crear y consolidar en el ser humano el principio de la realidad: se sabe que el niño pequeño es egocéntrico, no admite contradicciones, ni limitaciones y quisiera que el medio respondiera en todo. De ahí el fenómeno del capricho o berrinche. Pero al cabo de múltiples choques contra la realidad aprende poco a poco a reconocer límites y necesidades así como los derechos ajenos.

El conflicto aclara las ideas, los sentimientos, los caracteres y los objetivos de los miembros de un grupo y conduce al establecimiento de normas de grupo e institución.

Cuando el conflicto no es intragrupal sino intergrupual une al grupo y ayuda a definir sus fronteras. Se da el caso de que un gobernante inventa un conflicto con el exterior a fin de lograr unión entre los ciudadanos. Así se interpretó la guerra de las Malvinas iniciada por el presidente argentino Galtieri.

#### EFFECTOS NEGATIVOS

Cuando el conflicto almacena energía y la guarda a presión es una fuente potencial de violencia.

En cuanto origina frustración, resulta en hostilidad y sentimientos destructivos, contra quien lo provoca o se percibe como fuente del mismo.

Es motivo de ansiedad, opresión y preocupaciones que desencadenan reacciones psicósomáticas como dolores de cabeza, dolores musculares, de estómago, entre otros.

Si ante el conflicto, el individuo llega a sentirse impotente, baja el rendimiento y la persona queda inhibida y bloqueada.

Por otra parte, el conflicto interno en un equipo también resulta en la formación de subgrupos y bloques antagónicos.

Otras repercusiones: los conflictos tienden a proliferar, a formar cadenas o masa como la clásica bola de nieve. Los conflictos entre grupos tienen a institucionalizarse; los simbólicos se vuelven duros, tensos e intransigentes, por eso las guerras de religión han sido las más crueles.

#### ESTILOS DE MANEJO DEL CONFLICTO

**COMPETIR:** Es ser afirmativo y no cooperador, cuando la persona trata de satisfacer sus propios intereses a costa de la otra persona. Esto es un estilo orientado al poder, en el que la persona usa cualquier tipo de poder que le parezca apropiado para ganar en su postura su habilidad de argumentar, su rango, sanciones económicas.

**COMPLACER:** Es no ser afirmativo y ser cooperador, lo opuesto a competir. Al complacer, la persona se olvida de sus propios intereses para satisfacer los intereses de la otra persona, existe un elemento de sacrificio en este estilo. El complacer puede tomar la forma de una generosidad desinteresada o caritativa obedeciendo las órdenes de la otra persona cuando preferiría no hacerlo o cediendo al punto de vista de los demás.

**EVADIR:** Es no afirmativo y no cooperador, la persona no satisface de inmediato sus intereses ni tampoco los intereses de la otra persona. No maneja el conflicto. La evasión puede significarle la vuelta diplomáticamente a un problema, posponiendo hasta un momento más adecuado o simplemente retirarse de una situación amenazadora.

**COLABORAR:** Significa ser tanto afirmativo como cooperador. Lo opuesto de la evasión. Colaborar implica un intento de trabajar con la otra persona para encontrar alguna solución que satisfaga plenamente los intereses de ambas personas. Significa profundizar en un problema con el fin de identificar los intereses subyacentes de las dos personas y encontrar una alternativa que satisfaga los intereses de ambos. Colaboración entre dos personas puede ser la exploración de un desacuerdo para aprender de las ideas del otro, concluyendo en resolver alguna condición que de otra forma nos haría competir por los recursos o confrontarnos por tratar de encontrar una solución creativa a un problema interpersonal.

**TRANSIGIR:** Significa un punto intermedio entre afirmación y cooperación. El objetivo en este caso es encontrar alguna solución adecuada y mutuamente aceptable que satisfaga parcialmente a ambas partes. Al transigir se renuncia más que al competir, pero menos que al complacer. De la misma manera, el transigir las personas atacan un problema más directamente que cuando evade, pero no lo exploran con tanta profundidad como cuando existe colaboración. Transigir puede dividir las diferencias, intercambiar concesiones o buscar una rápida postura intermedia.

## **COMPETIR**

**ES ADECUADO COMPETIR CUANDO:**

- Cuando hay seguridad razonable de estar correcto.
- Cuando es de vital importancia y acción rápida.

**CONDICIONES:**

- Mantener separada a la idea de la persona
- Presentar la idea en forma clara
- Ayudar a la otra persona a presentar su idea en forma clara.
- Identificar las áreas de acuerdo y desacuerdo
- Tratar a la otra persona con respeto.

**ASPECTOS PRODUCTIVOS DE ESTE ESTILO:**

- Gusta de tomar el mando y el control
- Listo para actuar
- Gusta de retos, prefiere tratar con cosas difíciles de dominar.
- La variedad y la novedad son importantes
- Prefiere dirigir y coordinar el trabajo de otros.
- Si ve una oportunidad trata de aprovecharla.
- Dice "Si quieres que sucedan las cosas debes hacer que sucedan"

**ASPECTOS NEGATIVOS DE ESTE ESTILO CUANDO SE USA CON EXCESO:**

- Se vuelve manipulador
- Se vuelve impulsivo
- Gusta de novedades por el hecho de ser novedades; abandona lo viejo aún siendo útil.
- Quita a otros la oportunidad y autonomía.

**EL USO EXCESIVO DE ESTE ESTILO EN CONFLICTO Y BAJO PRESIÓN OCASIONA:**

- Tiende a exigir a otros las cosas a su manera.
- Dispuesto a defender su posición
- Dispuesto a combatir
- Se vuelve correctivo, dice a otros cómo debería hacerse.

## COLABORAR

ES ADECUADO COLABORAR CUANDO:

- Cuando es indispensable la involucración
- Cuando ambos intereses son demasiado importantes
- Cuando se desea aprender
- Cuando la solución requiere de diferentes perspectivas
- Cuando se requiere superar resentimientos que interfieren la relación interpersonal.

CONDICIONES:

Ambas partes sean asertivas y honestas

ASPECTOS PRODUCTIVOS DE ESTE ESTILO:

- Altos estándares para él y los demás
- Muy idealista
- Admira y apoya los logros de otros
- Humildad admirable
- Gran confianza en la gente
- Deseoso a responder cuando le piden ayuda
- Dice: "Si soy consciente y pruebo mi valor, seré recompensado sin tener que pedirlo"

ASPECTOS NEGATIVOS DE ESTE ESTILO CUANDO SE USA CON EXCESO:

- Se vuelve excesivamente confiado y hasta ingenuo
- Lleva el estilo al grado de volverse demasiado obsequioso y condescendiente con los demás.
- Vulnerable a la desilusión cuando las metas son altas
- Fácilmente desilusionable o decepcionable por la gente

EL USO EXCESIVO DE ESTE ESTILO EN CONFLICTO Y BAJO PRESIÓN OCASIONA:

- Se vuelve inseguro y necesita pedir ayuda, se vuelve dependiente.
- Percibido por otros como "blando"
- Cede más que permanecer de pie y pelear por aquello en lo que cree.



## **TRANSIGIR**

### **ES ADECUADO TRANSIGIR CUANDO:**

Cuando dos oponentes con igual poder están comprometidos con metas excluyentes.  
Cuando se trata de un arreglo temporal a problemas complejos

### **CONDICIONES:**

Que haya honestidad y apertura en la transacción.  
Identificar juntos un criterio común para informar ante terceros el porqué del acuerdo.

### **ASPECTOS PRODUCTIVOS DE ESTE ESTILO:**

Gusta de actuar honestamente  
Evita el conflicto procurando mantener las relaciones  
Busca una solución conveniente para ambas partes  
Es abierto y dispuesto al diálogo o se convierte en mediador

### **ASPECTOS NEGATIVOS:**

Llega a invertir demasiado tiempo y esfuerzo para lograr soluciones de yo gano, tú ganas o se siente frustrado cuando no consigue la negociación.  
Tiende a ceder en muchas ocasiones a costa de no lograr sus objetivos.  
Puede sacrificar el obtener todo lo que busca en la situación, al proponer rápidamente una transacción intermedia.

### **EL USO EXCESIVO DE ESTE ESTILO EN CONFLICTO Y BAJO PRESIÓN OCASIONA:**

Impaciencia y stress cuando no se encuentra respuesta  
Toma decisiones apresuradas con tal de evitar el conflicto.

## **COMPLACER**

### **ES ADECUADO COMPLACER O CEDER CUANDO:**

- Cuando comprendo que no tengo la razón
- Cuando el asunto es más importante para la otra persona que para usted
- Cuando es indispensable para mantener una relación de cooperación
- Cuando el oponente es superior y usted está perdiendo.

### **CONDICIONES:**

No hay que verlo como derrota sino como aprendizaje  
No utilizar este estilo sólo para eliminar la tensión.

### **ASPECTOS PRODUCTIVOS DE ESTE ESTILO:**

Utiliza sus habilidades sociales y encanto personal para enfrentarse con la realidad del mundo.  
Enfatiza en hacer cosas adecuadamente con todo el mundo.  
Trata las cosas de una manera jovial, alegre y en broma.  
Posee una sensibilidad especial para interpretar las necesidades de otros.

### **ASPECTOS NEGATIVOS:**

Demasiado solícito con los demás  
Tiende a volverse infantil aficionado a las payasadas, lo cual en ocasiones lo lleva a que se vea como tonto.  
Puede perder el sentido de su propia identidad.  
Se vuelve ambivalente, demasiado flexible.

#### EL USO EXCESIVO DE ESTE ESTILO EN CONFLICTO Y BAJO PRESIÓN OCASIONA:

Comprometedor en exceso

Aparenta hacer el juego a otros aún cuando él mismo no crea que está haciendo lo correcto.

#### **EVADIR**

ES ADECUADO EVADIR CUANDO:

- Cuando se trata de un asunto trivial, pasajero
- Cuando existe poco poder para cambiar
- Cuando el daño es mayor que los beneficios
- Cuando puede ser mejor resuelto por expertos
- Cuando el tiempo es corto y la dificultad es grande.

CONDICIONES:

Asegurarse que no es el camino más fácil

Continuar la comunicación en otras áreas.

ASPECTOS PRODUCTIVOS DE ESTE ESTILO:

Tiene fuerte confianza en el raciocinio, la lógica y los hechos

Prefiere sistemas, órdenes y dirección de otros.

Gusta de ponderar todas las alternativas

Visualiza los riesgos de antemano.

Tiene necesidad de predecir para evitar sorpresas

Maximiza el uso de procedimientos, políticas, bienes y servicios.

Uno debe probar las ventajas del cambio para convencerlo.

Filosofía fundamental: "Debes preservar lo que tienes a toda costa".

ASPECTOS NEGATIVOS DE ESTE ESTILO CUANDO SE USA CON EXCESO:

Desarrolla una "parálisis por análisis"

Se mantiene en métodos y cosas viejas, ante la necesidad de cambio.

EL USO EXCESIVO DE ESTE ESTILO EN CONFLICTO Y BAJO PRESIÓN OCASIONA:

Acumula gran cantidad de hechos para apoyar su caso, y que así otros lo vean sin dificultad.

Se vuelve terco, frío e indiferente ante otros.

#### **LA ASERTIVIDAD**

Es la capacidad de una persona para actuar tranquilamente, en forma directa, haciendo respetar sus propios derechos sin afectar los derechos de los demás.

- **DERECHOS ASERTIVOS BÁSICOS**

- 1) A ser tratado con respeto.
- 2) A decir no y no sentirse culpable
- 3) A actuar en forma que promueva tu dignidad y auto-respeto
- 4) A expresar tus pensamientos y sentimientos.
- 5) A darte tiempo para calmarte y pensar.
- 6) A cambiar de punto de vista.
- 7) A pedir lo que quieres.
- 8) A hacer menos de lo que eres humanamente capaz de hacer.
- 9) A pedir información.
- 10) A cometer errores.

DERECHOS LÍMITES Y RESPONSABILIDADES

- Primero: El hecho de tener derechos asertivos no equivale a tener una licencia para actuar de cualquier manera que nos acomode, sin consideración alguna de los demás.

- Segundo: Aceptar estos derechos acarrea poder personal, lo cual trae consigo responsabilidades.
- Tercero: Nuestros derechos asertivos no niegan derechos de las demás personas en la situación.

#### CONDUCTA ASERTIVA

##### Definición:

Es la habilidad para transmitir y recibir los mensajes de sentimientos, creencias u opiniones propias o de los demás de una manera honesta, oportuna y profundamente respetuosa.

Su meta es: Lograr una comunicación satisfactoria hasta donde el proceso de la relación humana lo haga necesario.

#### COMUNICACIÓN

Reconoce y defiende sus derechos

Reconoce y respeta los derechos de los demás

Expresa sus pensamientos y creencias en forma directa, respetuosa, honesta, oportuna y apropiada.

Controla sus emociones.

#### MENSAJE:

Esto es lo que yo pienso.

Esto es lo que yo siento.

Así es como yo veo la situación.

(se dice sin dominar, humillar, rebajar o degradar a las personas)

#### **META:**

**Comunicación abierta, clara y profunda.**

**Mutualidad**

**Dar y recibir respeto**

**Pedir "juego limpio"**

**Dejar un espacio (en caso de que las necesidades y derechos de la otra persona entren en conflicto con los propios)**

## 4. Bucear en las imágenes: Valoración fílmica

En esta sección desarrollaremos algunos aspectos clave para la comprensión y análisis del documental "Descubrimiento inesperado: Jolieke", que se complementarán con las actividades a desarrollar en el próximo apartado.

- Conocer que la realidad puede ser explorada a través del lenguaje visual y saber utilizar las herramientas para analizar críticamente la narración audiovisual.
- Aprovechar el impacto de las imágenes, a través de la narración cinematográfica para incitar a la reflexión y la acción a favor de los derechos humanos.
- Educación en valores como la tolerancia, la solidaridad y el pluralismo, a través del lenguaje fílmico, incidiendo en temas transversales como la educación por la paz, el consumo responsable o el medio ambiente.

### 4.1. El documental

**El género documental** es una representación de la realidad que, al ser aprehendida por los espectadores, quienes se identifican con su discurso, deviene de un elemento concreto de los procesos históricos, en un instrumento de observación, investigación y testimonio de los fenómenos sociales.

El documental, como otros discursos sobre lo existente, se inscribe en el terreno de la responsabilidad social. Hablar de leyes, justicia, educación, economía, política, estado y nación es referirse a las construcciones actuales de la realidad colectiva. La historia entra aquí como un elemento clave, porque el espectador no recibe una somera descripción de los hechos, sino que se encuentra ante un proceso activo de fabricación, nutrido de valores y significados, de conceptos y orientaciones que apelan a la relación.

El documental es una forma de representación no una "ventana" de la realidad a la cual transforma -gracias a la mirada original de su autor- y da prueba, hoy en día, de un espíritu de innovación, en su concepción, su realización y su escritura.

### 4.2 Ficha técnica y sinopsis

**Título original:** Unexpected Blow: Jolieke

**País y año de producción:** Holanda, 2004

**Duración:** 15 min.

**Directora:** Suzanne Raes

**Director de producción:** Brigit Hillenius

**Producido por:** Lemming Film

**Premio UNICEF en el Festival Internacional de TV Infantil de Barcelona, 2005**

#### Sinopsis

Jolieke no lo ha tenido muy fácil hasta ahora. A sus 12 años tiene una enfermedad crónica del sistema inmunológico y su padre murió hace unos años. Su hermana pequeña tiene la misma enfermedad y juntas, comparten dolores y frustración. Jolieke y su hermana nos enseñan que la tristeza y la mala suerte son parte de la vida y no tienen que condicionar el tiempo que nos queda.

### 4.3 La historia en 3 momentos clave:

#### 1. Hoy toca hospital



Cada quince días Jolieke y su hermana tienen que ir al hospital infantil para seguir su tratamiento. Vemos su relación con la enfermera y su madre y dos maneras de enfrentarse al dolor: Maaïke, la hermana pequeña se enfada y llora. Jolieke lo lleva mejor.

#### 2. Jolieke quiere caminar



Jolieke muchas veces se encuentra cansada por su enfermedad. Pero ella quiere participar en todas las actividades del colegio, como el resto de sus compañeros. Se organiza una maratón que dura varios días. Jolieke se apunta, aunque no acabe todo el recorrido. El cuarto día de la maratón quiere ir, pero tiene un problema con el gotero: va demasiado lento y quizá no le da tiempo a ir. Se enfada por ello, pero, junto a su madre, encuentra una manera de asistir: caminará con el gotero puesto...

#### 3. Visita a su padre

Las dos hermanas van al cementerio, a visitar a su padre. En la tumba crece lavanda y les gusta estar allí. En la lápida está grabado un pentagrama con las notas del silbido con el que solían comunicarse con su padre. Silban y eso les hace sentir cerca de él.

## 4.4 Vocabulario cinematográfico

Un film se encuentra fragmentado por tomas, escenas y secuencias. En estos tres elementos se encuentran repartidos el contenido dramático y estético de la historia; Cada uno de ellos juega un papel determinado en la construcción del film y, de igual manera, su forma puede ser muy variada.

### Toma

La toma es un solo tiro de cámara de principio a fin; es decir: abarca desde que el director dice ¡Acción!, hasta que dice ¡Corte!, sin importar su duración.

Existen tres elementos fundamentales que la conforman:

1. El plano como medida de proporción (encuadre)
2. La posición o emplazamiento de la cámara con respecto al objeto (angulamiento)
3. Los movimientos de cámara.

Estos tres elementos se combinan para poder brindarnos algún tipo de información respecto a la historia, de allí que a la toma se le equipare con el plano, la unidad básica de expresión.

### Tipos de planos

*Según encuadre*

- **Long Shot o Plano Largo:** Es una vista muy amplia donde lo que predomina es el paisaje, los edificios, el cielo, las particularidades de un inmueble visto en su totalidad, de un cerro, etc., amén de las funciones emotivas con que éste plano pueda cumplir. Su objetivo principal es contribuir a la construcción del contexto ubicando físicamente la acción.
- **Full Shot o Plano General:** Este plano se encuentra determinado por su altura que cubre al personaje o los personajes completos de la cabeza a los pies. Este plano nos permite apreciar algunas características de nuestro personaje, como su estatura, su complexión, la ropa que usa y, al mismo tiempo, nos deja apreciar el espacio en que se mueve.
- **American Shot o Plano Americano:** Va desde un poco arriba de la cabeza hasta la parte inferior o superior de la rodilla. Este es un plano que nos sirve para detallar aún más al personaje permitiéndonos apreciar mejor la expresión corporal de su performance,
- **Medium Shot o Plano Medio:** Detalla cada vez más al personaje. Aquí el entorno empieza a perderse porque nuestro personaje incrementa su presencia al ocupar un mayor espacio en la pantalla. Este plano abarca desde un poco arriba de la cabeza, hasta el nivel de la cintura más o menos.
- **Medium Close-up:** Abarca desde arriba de la cabeza hasta el pecho del personaje, y empieza a detallarlo minuciosamente hasta el grado en que casi nos impide ver su entorno. Este es un plano de detalle que nos brinda cierta soltura, pues el personaje todavía puede trabajar con cierto rango de movimiento sin correr el riesgo de salir de cuadro.
- **Close-up o acercamiento:** En el Close-up no leemos más que el rostro del personaje, ya que abarca del cabello a los hombros. Es un plano muy cerrado que nos detalla con minuciosidad los rostros y las emociones; el entorno desaparece acrecentando la importancia de los gestos y las miradas, por lo que tiende a meternos al mundo interior del personaje. Este es un plano difícil y riesgoso que casi impide el movimiento al personaje y precisa de un manejo focal exacto para evitar indefiniciones que empobrecerían la toma.

- **Big Close-up o Gran Acercamiento:** Es el plano más cerrado. Puede ser de los ojos o de una parte de uno de ellos, de una mano o de una uña. Este es un plano que detalla partes muy específicas de un rostro o de un objeto y omite, en lo absoluto, aspectos del entorno.
- **Insert o Plano Detalle:** Básicamente éste plano es igual que el interior, si acaso la única diferencia consiste en que el insert se avoca más a los objetos o pequeñas acciones que al rostro del personaje.

*Según posiciones de cámara:*

Generalmente, la cámara se sitúa al nivel de la mirada del hombre. En la medida en que colocamos la cámara por encima del sujeto dirigiéndola hacia abajo, estamos en posición de picada.

La altura máxima que se puede alcanzar es la posición cenital; pero a medida en que bajamos nuestro punto de vista por debajo del sujeto dirigiendo la cámara hacia arriba, ésta picada se convierte en contrapicada o escorzo.

*Según movimientos de cámara:*

Existen diversos movimientos que se pueden presentar en una película:

- Gente u objetos se mueven frente a la cámara.
- La cámara se mueve en relación con la gente o los objetos.
- Ambos movimientos ocurren al mismo tiempo.

De aquí desprendemos la existencia de cinco movimientos fundamentales: Dolly, Travelling, Tilt, Panning y Zooming.

Los primeros cuatro son movimientos de cámara propiamente dichos, mientras que el último es un movimiento de lentes.

- **Dolly:** El Dolly es el movimiento hacia atrás o adelante que sobre su eje hace la cámara (con todo y soporte), alejándose o acercándose del objeto respectivamente; se dice Dolly-in si es hacia delante y Dolly-back si es hacia atrás. Regularmente el Dolly contribuye para involucrar al espectador con la acción induciéndonos a centrar nuestra atención con el objeto o sujeto deseado. Un Dolly-in hacia el personaje nos obliga a percibir sus emociones atendiendo a sus palabras, acciones o gestos.

El Dolly-back, por el contrario, nos proporciona sensaciones diferentes. Al alejarse la cámara del objeto o personaje, lo funde con su entorno y nos permite experimentar su soledad.

La emoción que produce el Dolly-in es distinta a la del Dolly-back, pues hay que considerar que mientras uno nos acerca hacia un plano que ya habíamos visto con mayor amplitud, haciendo énfasis en un punto determinado, el otro nos lo va develando poco a poco, dándonos la sensación de quien va de espaldas.

- **Travelling:** Se conoce como Travelling a los desplazamientos laterales que hace la cámara sobre su eje. Se nombra Travel left si el desplazamiento es hacia la izquierda y Travel right si es hacia la derecha. Una de las funciones principales del Travelling es transmitirnos el dinamismo de la imagen, nos involucra en la acción del personaje a la vez que nos sitúa físicamente con una breve descripción del contexto.

- **Tilt:** Tanto el Tilt como el Panning son movimientos que se hacen girando el cuello del tripié sin desplazar la cámara. El Tilt es un movimiento hacia arriba o hacia abajo que equivale al que se realiza con la cabeza al afirmar algo. Cuando el movimiento es hacia arriba se llama Tilt-up, y cuando es hacia abajo Tilt-down. Ambos movimientos son muy descriptivos.

- **Panning:** Este último movimiento de cámara equivale a la negación con la cabeza y prácticamente es un semi-giro. Hacia la izquierda se llama Pan-left y hacia la derecha Pan-right.
  - **Zooming:** El zooming es un movimiento de lentes exclusivamente. Consiste en acercarse o alejarse del objeto pero sin desplazar la cámara; al acercarse se le nombra zoom-in y zoom-out al alejarse.
- Finalmente, tanto encuadres como movimientos de cámara se conjugarán para la realización del filme de acuerdo a los diseños del director del filme. Es muy frecuente que gracias a los movimientos de cámara, el director decida pasar de un plano a otro en una misma toma para satisfacer así las sus exigencias creativas y las necesidades expresivas de la historia.

### **Escena**

La escena es una unidad abstracta que nos cuenta una cláusula dramática. Está compuesta por un grupo de tomas que al unirse entre sí, generan una unidad temática de presencia en la pantalla.

Cada escena representan un momento determinante en la historia, tienen significado propio; sin embargo, no pueden emanciparse de la Secuencia.

### **Secuencia**

La secuencia es, entonces, una unidad de tiempo y espacio compuesta por una serie de escenas interrelacionadas que, por su capacidad de contar un pequeño filme dentro del filme mismo, se convierten en autónomas.

Aunque en realidad el plano-secuencia es más un alarde de precisión técnica y actoral que un elemento del lenguaje cinematográfico en toda la extensión de la palabra, merece una mención particular por su contenido estético y su función comunicativa.

Recibe su nombre por tratarse de una sola toma que contiene regularmente una escena completa, aunque difícilmente una secuencia. El plano-secuencia se integra por tomas largas, que se distinguen por narrar la escena pasando de un plano a otro sin cortar la toma; es decir, técnicamente posee la duración de la toma, pero narrativamente contiene la acción dramática que aporta la escena.

Independientemente de las virtudes visuales con que contribuye al filme evitando la ruptura temporal que proporciona el corte, el plano-secuencia brinda al espectador el dinamismo de una acción que está sucediendo en la misma unidad de tiempo, en ése momento y sin omitir detalles.

## 5. ¿Por qué educación y derechos humanos?

La educación en derechos humanos es el proceso por el cual las personas aprenden sobre sus derechos y los derechos de los demás en el marco de aprendizaje interactivo y participativo. Es un modelo de trabajo educativo que se interesa por el cambio de actitudes y comportamientos, el aprendizaje de nuevas destrezas y la promoción del intercambio de conocimientos y de información.

El aprendizaje se consigue más por una vivencia que por la adquisición de una multitud de conocimientos y por tanto el cine es una buena herramienta para ello ya que permite concienciar sobre los problemas mundiales que nos afectan a todos y todas y a su vez, permite acercarnos emocionalmente a través de un recurso visual sobre una realidad concreta.

La cámara se convierte en nuestra mirada y la educación debería convertirla en una mirada sensible a esa realidad y crítica con las causas que la genera.

Ahí está el reto.



### Reflexiones sobre la declaración universal de los derechos humanos

- 1-¿Cuáles son los básicos para cualquier persona?
- 2-¿Qué derechos crees poseer?
- 3-¿Qué derechos se te reconocen con más dificultad?
- 4-¿Qué derechos de los demás te cuesta más reconocer?
- 5-¿Qué derechos se violan con mayor frecuencia?
- 6-¿Por qué, a pesar de que la Declaración está firmada y gran número de países, no son reconocidos en la práctica por un avance?
- 7-¿Qué derechos faltan en esta Declaración?
- 8-¿Qué tareas sería necesario llevar a cabo para conseguir Derechos Humanos?

### Metodología

Estas actividades que os proponemos a continuación podéis encontrarlas en libros o fuentes que os citamos al final de la guía. Por eso no os preocupéis, recursos hay de sobra.

Sin embargo, es importante que digamos las cosas por su nombre y de hecho estas actividades son la "excusa perfecta" para poder introducir temas de reflexión y análisis personal y a su vez, conceptos como convivencia, respeto, cultura participativa..etc.

Para hacer estas actividades es imprescindible que creéis una atmósfera que permita al grupo autogestionarse para que todo el mundo pueda participar. Poned especial atención a no contradeciros. Si se habla de cultura participativa y no dejáis participar, los chicos os lo pueden reprochar con toda la razón del mundo. Recordad en todo momento que cuanto menos intervengáis mejor. De hecho el ideal sería que el propio grupo fuera capaz de manejarse prácticamente sólo, atendiendo a unas pautas que, lógicamente, diréis vosotros.

Tratad de flexibilizar las sesiones, pedidles que sustituyan la queja por la propuesta, que parafraseen lo que ha dicho el otro cuando no se escuchan en un debate... mostradles herramientas útiles para la escucha activa, invítadles a conectar la actividad con ejemplos de su vida diaria...

Si conseguís crear un determinado ambiente en la clase y en la que ellos entiendan que las normas de convivencia y respeto son necesarias, no por que se impongan, sino porque se acuerdan entre todos; y sientan que su opinión es tenida en cuenta conectarán de otra manera con el resto del grupo.

### Unidad didáctica

Objetivos	Contenidos	Procedimientos	Actitudes
Promover el derecho a la salud y el acceso universal a la atención sanitaria	Enfermedad (responsabilidad, cuidado, medicación, hábitos saludables...)  El derecho a la salud	Reflexión, debate, cuestionario, diálogo...etc.	Promover la comprensión hacia las personas enfermas.  Aprender valorar la salud y a cuidarla.
Reflexionar sobre la visión social y personal de la muerte	Como hablar de la muerte con los niños y niñas		Aprender a aceptar la muerte como un proceso natural de la vida.  Valorar los efectos de la muerte en el entorno de una persona.
Analizar el concepto de inteligencia emocional, como herramienta para gestionar situaciones difíciles	Las emociones y la inteligencia emocional		Despertar una actitud crítica frente al concepto de progreso occidental.
<b>Evaluación</b>			
Es quizás la parte más importante en este tipo de actividades. El enfoque debería ser siempre el conocer los derechos humanos y desarrollar las habilidades personales de respeto, reflexión y sentido crítico. Para no repetirnos en cada actividad os lo mencionamos en la unidad didáctica general			

### Actividades

1. Cosas que siento por dentro
2. Dar y recibir afecto
3. Cómo expreso mis sentimientos
4. Autobiografía de valores
5. La línea de la vida
6. ¿Por qué morir?

Actividad 1. Cosas que siento por dentro	
Objetivo	Reflexionar sobre las emociones que nos provocan ciertos temas
Desarrollo de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proponedles que respondan a estas preguntas:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-¿Qué le pasa a Jolike?</li> <li>-¿Qué le pasó a su padre? ¿Por qué?</li> <li>-¿Piensa en él muy a menudo?</li> <li>-¿Qué hacen ella y su hermana cuando se acuerdan de él?</li> <li>-¿Crees que Jolike es feliz?</li> <li>-¿En qué debe esforzarse Jolike?</li> <li>-¿Es responsable con su salud?</li> <li>-¿Qué gana Jolike conectándose a un gotero?</li> </ul> </li>   <li>• Para trabajar las emociones hace falta una mirada especial que esté dispuesta a sincerarse con un/a mismo/a y describir lo que es importante y lo que no. Pedidles que completen las frases siguientes:               <ul style="list-style-type: none"> <li>-Me siento muy feliz cuando...</li> <li>-Lo que más miedo me da...</li> <li>-Me pongo triste cuando...</li> <li>-Es divertido cuando...</li> <li>-Las cosas que me gustan son...</li> <li>-Cuando estoy solo/a me siento...</li> <li>-Quiero mucho a...</li> </ul> </li>   <li>• Preguntadles con quien hablan de estos temas, cuando reflexionan sobre ello,...etc.</li> </ul>
Material	Declaración de los Derechos Humanos (Derecho a la salud, derecho a una muerte digna...etc.)
	30 min. (1ª parte) y 30 min. (2ª parte)
Observaciones	<p>Es importante empezar por esta actividad para aprovechar sus primeras impresiones y sobre todo las emociones más espontáneas que les ha generado la película. Pensad que el corto os dará la excusa para introducir los Derechos Humanos y a través de las actividades poder desmenuzar algunos contenidos más detenidamente.</p> <p>La actividad la podéis plantear por parejas y pedirles que las expongan al resto de la clase.</p>

Actividad 2. Dar y recibir afecto	
Objetivo	Vivenciar los problemas relacionados con dar y recibir afecto
Desarrollo de la actividad	<p>La enfermedad es un estado de absoluta vulnerabilidad para la persona y es cuando siente de una manera más intensa la necesidad de afecto. Esta actividad está ligada a este aprendizaje: ¿Sabemos dar y recibir afecto?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentad el ejercicio diciendo que para la mayoría de las personas es muy difícil tanto dar como recibir afecto.</li> </ul> <p>(Para ayudar a las personas a experimentar esa dificultad, se usa un método llamado <i>bombardeo intenso</i>)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las personas del grupo dirán a la persona que es el foco de atención todos los sentimientos positivos que tienen hacia ella. Ella solamente oye.</li> <li>• La intensidad de la experiencia puede variar de diferentes maneras: o bien se sitúa a la persona en medio de un círculo, o de espaldas al grupo escuchando lo que se dice, o permaneciendo en el grupo y hablando directamente.</li> <li>• El impacto es más fuerte cuando cada uno se coloca delante de la persona, la toca, la mira a los ojos y le habla directamente.</li> <li>• Al final crear un espacio de intercambio de comentarios acerca de la experiencia.</li> </ul>
Material	Papel y lápiz
	45 minutos
Observaciones	<p>Una sala suficientemente amplia con sillas, para acomodar a todos los participantes.</p> <p>A pesar de parecer una actividad sencilla es muy difícil porque ellos sienten vergüenza, se sienten cursis... y ante todo esto pueden boicotear la actividad para no enfrentarse a ella.</p>

Actividad 3. Como expreso mis sentimientos	
Objetivo	Aprender a describir y a expresar emociones valiéndose de recursos literarios como la metáfora
Desarrollo de la actividad	<p>Jolieke y su hermana hablan a menudo de los enfados, miedos...etc. que les provoca su enfermedad y el recuerdo de su padre. Reconocer esas emociones es muy importante para poder canalizarlas hacia pensamientos positivos (la superación, el cariño, alguna forma de nostalgia...etc.)</p> <p>Por nuestro modelo de sistema educativo y por muchos otros factores que nada tienen que ver con él, dejamos poco espacio para explorar en el campo emocional. Sin embargo, en los últimos años, han tomado mucha fuerza conceptos como la <i>inteligencia emocional</i> como una forma de gestión de los conflictos personales que están vinculados directamente a nuestras emociones.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedid que expresen los sentimientos que experimentan con más frecuencia y haced con ellos una <i>lluvia de Ideas</i> en una hoja de rotafolio.</li> </ul> <p>Es probable que salgan algunos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Alegría, Odio, Timidez, Inferioridad, Tristeza, Satisfacción, Bondad, Resentimiento, Ansiedad, Éxtasis, Depresión, Amor, Celos, Coraje, Miedo, Vergüenza, Compasión...etc.</li> <li>✚ Haced subgrupos de 5 personas e indicadles que cada uno de los miembros debe expresar a las otras personas tantos sentimientos como pueda (10 minutos).</li> <li>✚ Al terminar de expresar los sentimientos todos los miembros del subgrupo, debatid sobre cuáles son los sentimientos que mejor expresan y en cuales tienen mayor dificultad.</li> <li>✚ También se les puede pedir que detecten la postura emocional de la persona en relación a cualquiera de los siguientes modelos asertivos: Agresivo, Asertivo y No asertivo.</li> <li>✚ Al final comentad entre todos lo que ha pasado en los grupos y aseguraos de que se van a casa con los conceptos claros</li> </ul> <p>Podéis complementar esta actividad desde la clase de literatura haciendo que pongan imágenes a algunos sentimientos. La metáfora es una buena forma de representar lo que sentimos.</p>
Material	Hojas de rotafolio para el profesor
	90 minutos
Observaciones	<p>El tamaño del grupo óptimo sería de 10 a 20 personas. Podéis dejar a unas cuantas personas como observadoras para que describan lo que han captado sobre las personas que realizan el ejercicio. Sus impresiones enriquecen mucho la valoración de la actividad.</p> <p>Podéis utilizar símbolos que ellos y ellas conocen a la perfección, <i>los emoticones</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>😡 Enfado</li> <li>😮 Sorpresa</li> <li>😐 Indiferencia</li> <li>😕 Duda</li> <li>😍 Amor</li> <li>😌 Equilibrio</li> <li>😘 Cariño</li> <li>😬 Desconfianza</li> <li>😴 Aburrimiento</li> <li>😈 Maldad</li> <li>😓 Asco</li> </ul>

	 Hipocresía  Tristeza  Alegría  Asertivo
--	---

:) Sonrisa	:-) Otra sonrisa	;-) Guiño	-;-) Sonrisa punk	8) asombrado y contento
:-\$ Hablar de dinero	:-@ Gritar / enfadado	:-r Burla	:-{) Con bigotes	+:-) El Papa
8() Ooooh!!!	:-D Carcajada	:-(- Triste	:-O Bostezo	8-) Sonrisa de asombro
8-( Muy triste	:-C Muy triste	:-[ Vampiro	:-I indiferente	[:-) Escuchando WalkMan
:-X callado	#-) Borracho	.-) Tuerto	:-! Estoy resfriado	:-(*) Dan ganas de vomitar
:-)' Baboso	:-)8 Bien vestido	:-* Beso	o>-< Auxilio	-) Idea genial
@->- Una rosa	o0:)& Una abuela	>:-(- Enojo	@:-) Bien peinadito	:-< Bastante enojado
]):-> Diablo	* <:-)> Santa Claus	8'-) Llorando	:-3) Narigón	C :-= Charlie Chaplin
:-o Oh! nooooo!	@ Bomba atómica	:-*) Payaso	&:-) Con rulitos	:-P Mordiéndose la lengua
(:)-) Hombre rana	8(:- ) Mickey Mouse/Walt Disney	B-) Batman	( -  F Robocop	(_8-( ) Hommer Simpson
C=:-) Cocinero	:—-} Mentiroso/Pinocho	P-) Pirata	:-? Fumar en pipa	!-( Con un ojo negro o en tinta
:-*) Ebrio bebido	:-/ Escéptico.	8:-) Niña	:-)-8 Mujer	<:-)Tonto

Actividad 4. Autobiografía de valores	
Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Explorar los valores que una persona ha formado.</li> <li>-Practicar el uso de indicadores de valor como un medio para descubrir dichos valores.</li> <li>-Para compartir valores con otros, con el fin de aumentar el desarrollo personal y aumentar la confianza del grupo, así como el entendimiento.</li> </ul>
Desarrollo de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Invitar a los participantes a reflexionar sobre sus vidas (En este punto no se tocan ni valores ni indicadores de valores)</li> <li>• Darles 30 minutos para escribir tres descripciones, en la forma siguiente: <ul style="list-style-type: none"> <li>descripción de la vida familiar.</li> <li>descripción de su vida escolar</li> <li>descripción del uso del tiempo a nivel personal (el cual puede incluir entretenimientos, deportes, lectura, amigos, etc.).</li> </ul> </li> <li>• Los participantes escogen otras personas con las cuales se sientan a gusto para compartir algo de su historia personal. Cada persona toma aproximadamente cinco minutos; un grupo de cuatro personas necesitará veinte minutos...etc.</li> <li>• Los participantes resumen su trabajo de forma individual. Vosotros podéis dirigirles para que reflejen en las vidas que han descrito, algunas de las preguntas que constan en el anexo.</li> <li>• Haced una breve lectura sobre el descubrimiento de valores a de lo que ellos hayan descubierto acerca de sus valores, fijad el papel con un alfiler en sus ropas y dejad que se paseen alrededor en silencio, leyendo lo que los demás han descubierto. Esto sirve, generalmente, para aumentar la confianza, el entendimiento y la cohesión entre los miembros del grupo.</li> </ul>
Material	Un lápiz y una libreta para cada participante
	Aproximadamente tres horas, dependiendo del tamaño del grupo.
Observaciones	<p>Lo más importante de esta actividad es que cada una de las personas que participa tenga el tiempo y las condiciones para poder reflexionar sobre las preguntas del anexo ya que todas ellas están estrechamente vinculadas a los valores de cada uno.</p> <p>Haced énfasis en la pregunta 3 y discutid a cerca del heroísmo de morir por alguien y el pequeño sacrificio diario por las personas que queremos.</p> <p>Podéis utilizar la actividad para hablar de la relación con los padres y las muestras de afecto con ellos.</p>

#### Anexo actividad 4

1. ¿Cuáles son las decisiones importantes que has hecho y que han tenido consecuencias felices para ti?
2. ¿Cuál es la versión ideal de lo que vas hacer con tu vida?
3. ¿Cuál sería la causa por la que estarías dispuesto a morir?
4. Haz una lista de la clase de actividades en las que has dedicado una cantidad considerable de tu tiempo.
5. ¿En qué has gastado la mayor parte de tu dinero?
6. Si pudieras estar haciendo lo que a ti te gusta ¿Que estarías haciendo?
7. ¿Cuál es tu actividad favorita?
8. ¿Cuáles objetivos tienes para tu vida?
10. Haz una lista y describe a la gente importante en tu vida.
11. Describe la filosofía de tu vida.
12. Haz una lista de las cosas, las ideas y de la gente que te agrada, y describe lo que te gusta de ellas.
13. De los valores que recibiste de tu familia, ¿Cuáles has aceptado y cuales has rechazado?
14. ¿Cuál consideras que es tu potencial en la vida, lo que puedes llegar a ser?
15. ¿Qué clase de persona serás dentro de diez años?
16. ¿Qué metas, aspiraciones, actitudes, intereses, sentimientos, creencias, preocupaciones y actividades reflejan mi historia familiar, mi trabajo y mi vida?

Actividad 5. Una alegre y larga vida	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Concienciar en que la vida es el aquí y ahora.</li> <li>-Ayudar a planear el futuro e ir en busca de los logros.</li> <li>-Reflexionar sobre la muerte</li> </ul>
Desarrollo de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedid a los participantes que tomen una hoja de papel y tracen una línea horizontal que la cruce con dos puntos en los dos extremos de la línea. El punto de la izquierda representa la fecha de nacimiento y allí deben escribir su fecha de nacimiento.</li> <li>• Explicadles que el punto del otro extremo (derecha) representa la fecha de la muerte. Comenta que sobre este punto se debe escribir el año de nuestra muerte, el cual depende del número de años que se crea se va a vivir. Pedidles que escriban debajo de este punto la fecha estimada de su muerte y también el punto que represente donde se está ahora en la línea entre el nacimiento y la muerte. Después deberán poner la fecha de hoy debajo de este punto.</li> </ul> <div style="background-color: #FFD700; padding: 2px; text-align: center; font-weight: bold; margin: 5px 0;">Fecha de nacimiento/Aquí estoy ahora/ Fecha de mi muerte.</div> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ahora pedidles que escriban una palabra que represente lo que creen que se ha logrado hasta ahora y a hacia la parte derecha escriban con una o dos palabras algunas cosas que quieran hacer o experimentar antes de la muerte.</li> <li>• Pedidles que analicen esta sencilla, pero significativa línea de la vida.</li> <li>• Haced un debate en el que cada participante pueda comentar lo que ha sentido y pensado al realizar este ejercicio.</li> </ul>
Material	Una hoja y un lápiz para cada participante.
	Una hora y media.
Observaciones	<p>Debe haber espacio suficiente para que los participantes puedan trabajar individualmente sin ser molestados.</p> <p>Probablemente les costará mucho hacer la abstracción de pensar en su futuro ya que consideran que la muerte les queda muy lejos. Ponedles ejemplos sobre cosas que les puedan orientar para que no se queden encallados en la profesión que van a escoger...</p>

Actividad 6. ¿Por qué morir?	
Objetivos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Facilitar a los participantes pensar más profundamente en algunos de sus deseos y aspiraciones y lo que están haciendo para lograrlos.</li> <li>• Introducir la reflexión sobre el miedo a la muerte</li> </ul>
Desarrollo de la actividad	<p>Empezad un debate sobre la frase:</p> <p>“La muerte es parte de la vida”</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dejad un buen rato para el debate donde cada uno y cada una exprese libremente su opinión.</li> <li>• Cuando sintáis que se han agotado las ideas o que se repiten en exceso, pedidles que se pongan por grupos de tres y preguntadles lo siguiente:</li> </ul> <p>“Imagínate que vas al médico y te dice que te vas a morir en unas semanas”.</p> <p>¿Qué harías? ¿Cómo planificarías tu tiempo? ¿Preferirías no haberlo sabido? ¿Qué cambiaría el saberlo y no saberlo?</p> <p>Describe cómo cambiaría tu vida esta noticia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pedidles que expliquen qué cosas les impide actuar como lo harían si supieran que se van a morir.</li> </ul> <p>Si sabes que te vas a morir haces todo lo que siempre has querido hacer y si no te vas a morir ¿a que esperas para hacer todo lo que siempre has querido hacer?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuando acabéis el debate, dejad unos minutos para preguntarles como se han sentido hablando de la muerte. Reducidles al máximo la angustia que les pueda provocar, la muerte forma parte de la vida y hay que aprender a hablar de ello sin quitarle importancia por supuesto pero con naturalidad.</li> </ul>
Material	Papel y lápiz para cada participante
	30 a 45 minutos
Observaciones	Es posible que para vencer la ansiedad que provocan estos temas que, por otro lado, sienten como muy lejano, traten de boicotear la actividad. También puede afectar de forma especial a personas más sensibles o que tengan algún conocido en una situación delicada. Valorarlo todo a la hora de empezar la actividad.

## Otras actividades

Además de las fichas que os proponemos en esta guía, hay una serie de actividades que pueden ayudaros a promover la conciencia sobre los Derechos humanos y así abarcar la tarea educativa de una manera más amplia e integral.

### Efemérides relacionadas con los derechos humanos

La celebración de efemérides relacionadas con los derechos humanos con fines didáctico-educativos os puede servir para resaltar la necesidad de la paz para la convivencia; hacer hincapié, de forma positiva, en los diferentes aspectos que abarcan los derechos humanos y puede servir como recordatorio ante ciertas situaciones no superadas.



Fechas:

Día Internacional de los Derechos del Niño 20 noviembre

Día de los Derechos Humanos, 10 diciembre.

Día Escolar por la Paz 30 enero.

...

### Actos inter centros

Las actividades compartidas entre distintos centros educativos facilita la colaboración humana y profesional con otros centro y pone en contacto a chicos de distintos barrios, pueblos.

### Campañas de solidaridad

Las campañas puntuales las podéis utilizar para aprender a compartir, aprender a no ser indiferentes y poner en contacto a los alumnos con ONGDS de ayuda al Tercer Mundo y con entidades que promueva la igualdad y la justicia.

Podéis por ejemplo: Colaborar con ONGD y ofrecerles testimonios directos de voluntarios de proyectos o bien participar en campañas y organizaciones de defensa de los Derechos Humanos.

### Correspondencia inter escolar e intercambios

El intercambio de correspondencia entre diferentes centros puede satisfacer las necesidades de comunicación con otras realidades, facilitar la motivación para estudiar otros medios y culturas o utilizarla como técnica específica en el estudio de otras lenguas y culturas.

Posibles contactos:

Podéis establecer una correspondencia continuada con clases del mismo nivel, de otros colegios de la misma comunidad de España o del resto del mundo. Es especialmente interesante de países o zonas que ciertas personas denominan "enemigos".

## **Revistas o números monográficos sobre los Derecho Humanos**

Podéis animarles a escribir en revistas que promuevan la defensa de los derechos humanos para facilitar la expresión y divulgación de las producciones y comunicaciones de los alumnos. La escritura sirve para potenciar la creatividad de los alumnos en su forma investigadora y artística y para aportar producciones culturales de la propia escuela.

## **Teatro y derechos humanos**

El teatro permite comentar la expresión corporal y el lenguaje dramático sensibilizando a su vez sobre determinados temas que se tratan en las obras a partir de las propias representaciones de los alumnos.

Podéis proponer escenificaciones de teatro, de marionetas... Utilizando textos creados por los alumnos o tomados de otras obras que tratan temas sobre igualdad y justicia. Haced un comentario sobre ellas y sobre sus sentimientos.

## **Biblioteca de centro**

Hay que ofrecer a los alumnos una selección de libros de Literatura Infantil y Juvenil que tratan temas de paz, conflictos y derechos humanos para fomentar el placer de la lectura y favorecer el pensamiento crítico.

Os proponemos la lectura de alguno de estos libros con un forum posterior o la creación de textos que fomenten el reconocimiento de los derechos de las personas.

## **Exposiciones**

Las exposiciones son muy útiles ya que permiten trabajar un tema desde la vertiente personal pero también la visión de conjunto que incluye a todo el grupo. Se pueden seleccionar temas que interesen por su contenido y buscar maneras de exponerlos que supongan el fomento de la creatividad de los chicos y chicas, por ejemplo un graffiti. Después se puede presentar a todo el colegio las creaciones de las distintas áreas. También se puede utilizar como canal de comunicación y toma de conciencia escuela-entorno. Propuestas que lanzamos: Carteles, collages, pegatinas, dibujos, audiovisuales. Exposiciones sobre personajes promotores de la paz y la defensa de los derechos humanos. Recopilación de chistes gráficos por la paz

## **Juegos cooperativos**

Son una buena propuesta si se utilizan con fines didácticos educativos ya que permiten aprender a disfrutar por el propio placer de jugar sin que haya perdedores. Facilitan el aprendizaje de la cooperación y de distintas maneras de comunicación. Estimulan la creación de una atmósfera activa, participativa y comunicativa. Es una experiencia a través de la cual se conoce la realidad.

Lo utilizamos como instrumento pedagógico, lúdico, participativo y creativo. Contribuye a la creación de un ambiente positivo. Los juegos no competitivos se convierten en una experiencia de grupo.

Clases de juegos:<sup>1</sup>

Afirmación, conocimiento, confianza, comunicación, cooperación, resolución de conflictos.

---

<sup>1</sup> Podéis consultar "La alternativa el juego 1 y 2" de Paco Cascón.

## Juegos cooperativos

### **Juegos de afirmación**

Su finalidad es el desarrollo del auto concepto de la persona y su afirmación como tal en el grupo. Consisten en potenciar los aspectos positivos de las personas o del grupo.

También facilitan el reconocimiento de las propias necesidades y poderlas expresar en un clima positivo que potencie la aceptación e integración en el grupo.

(Lista de atributos, silueta con cualidades, qué cosas hago bien,...)

### **Juegos de conocimiento**

Uno de los primeros pasos para la formación del grupo, permite a los participantes conocerse entre sí.

Presentarse y decir una cualidad o nuestros gustos, buscar a alguien que cumpla determinados requisitos, presentar nuestra lista de pequeños placeres, juego del inquilino diciendo nuestros nombres...

### **Juegos de confianza**

Ejercicios físicos para probar y estimular la confianza en uno mismo y en el grupo. Antes el grupo tiene que conocerse.

Es importante la confianza para: fomentar actitudes de solidaridad, preparar un trabajo en común que suponga un mayor esfuerzo, como afrontar un conflicto o tomar una decisión.

Se basan en dos circunstancias: Las condiciones que crea el dejarse llevar por el grupo: reacciones, impulsos, miedos, experiencias gratificantes. Cambiar los puntos de referencia habituales de nuestra relación con los otros y el medio.

### **Juegos de comunicación**

Pretenden estimular la comunicación e intentar romper la unidireccionalidad de la comunicación verbal en el grupo. Favorecer la escucha activa y la precisión del mensaje en la comunicación verbal. Favorecer también la comunicación no-verbal y unas relaciones más cercanas y abiertas.

Como ejemplo, dictar dibujo, averiguar algo con mímica, pasar el mismo mensaje a varias personas, pasar papelitos...

### **Juegos de cooperación**

Suponen un paso más en el proceso de superar las relaciones competitivas. En ellos se da una finalidad común, construyendo un espacio de cooperación creativa.

Sillas cooperativas, escenificaciones en grupo...

### **Juegos y técnicas de resolución de conflictos**

Su objetivo es aprender a describirlos, reconocer sus causas, interacciones, reacciones, etc.

Técnicas de resolución de conflictos, juegos de rol.

### **Evaluación de los juegos**

Es la parte más importante de cada juego (método socio afectivo) porque permite analizar y compartir cómo se han sentido consigo mismos y con los demás, analizar la actividad (reacciones, situaciones que se han dado) y valorar las situaciones de la vida cotidiana en las que se plantean casos similares, cómo son resueltos y por qué.

## 6. Actúa

### **Organismos de Defensa de Los Derechos Humanos**

Movimientos contra la Globalización  
Migraciones  
Recursos sobre Derechos Humanos  
Educación para la Paz y Los Derechos Humanos  
Solidaridad Internacional  
Mujeres  
Sindicatos

### **Organismos de Defensa de Los Derechos Humanos**

Oficina del Alto Comisionado de la ONU para los Derechos Humanos  
Amnistía Internacional España  
Asociación Marroquí de Derechos Humanos (AMDH)  
Asociación Madres de la Plaza de Mayo  
Human Rights  
Asociación Contra la Tortura  
Equipo Nizkor: Derechos humanos en América Latina  
Abuelas de la Plaza de Mayo  
Human Rights Watch  
Federación Internacional de Derechos Humanos  
FIAN: Por el derecho humano a alimentarse  
INCHRIRI: Derechos Humanos en el Comercio y las Inversiones  
Fundación Rigoberta Menchú  
Maghreb des droits de l'Homme  
ONG San Pedro Nolasco  
<http://www.apdha.org/enlaces/enlaces.htm> - top%23top

### **Movimientos contra la Globalización**

RCADE: Red Ciudadana por la Abolición de la Deuda Externa  
Attac Internacional  
Attac Madrid  
Movimiento contra la Europa de Maastrich  
Foro Social Mundial de Portoalegre 2002  
Via Campesina  
Movimiento de Resistencia Global  
Foro Social de Sevilla  
Foro Social Europeo  
<http://www.apdha.org/enlaces/enlaces.htm> - top%23top

### **Migraciones**

Web de Extranjería del Colegio de Abogados de Zaragoza  
Grupo de Información y Apoyo a los Inmigrantes (GISTI-Francia)  
SOS Racismo Madrid  
Andalucía Acoge  
Colectivo IOÉ  
<http://www.apdha.org/enlaces/enlaces.htm> - top%23top

### **Recursos sobre Derechos Humanos**

Recursos sobre Derechos Humanos en Internet Pangea  
Servidor de Derechos Humanos de la Universidad de Zaragoza  
Pangea: Internet Solidario  
Contrainformación Nodo50  
Cátedra de la Paz y los Derechos Humanos de la UNESCO  
Laboratorio de Estudios Interculturales Universidad de Granada  
Centro de Investigaciones para la Paz  
Recursos sobre derechos humanos de la Universidad de Minesotta (en español)  
Desapariciones forzadas  
MoveOnPeace  
<http://www.apdha.org/enlaces/enlaces.htm> - top%23top

### **Educación para la Paz y Derechos Humanos**

Edualter

Seminario de Educación para la Paz de la Apdhe

<http://www.apdha.org/enlaces/enlaces.htm> - top%23top

### **Solidaridad Internacional**

Intermon

Frente Zapatista de Liberación Nacional

Sodepaz

Comité de Solidaridad con la Causa Árabe

Canal solidario

Coordinadora de Ongs para el Desarrollo (CONGDE)

Delegación en España del Frente Polisario

ACSUR Las Segovias

Medicos sin Fronteras

Asociación de presos y desaparecidos saharauis

<http://www.apdha.org/enlaces/enlaces.htm> - top%23top

### **Mujeres**

Mujeres de Afganistán

Mujeres en Red

Plataforma por los Derechos Humanos de las Mujeres

Federación de Organizaciones Feministas del Estado Español

Asociación de Asistencia a Víctimas de Agresiones Sexuales

Ayuda Humanitaria para las Mujeres y Niños de Afganistán (HAWCA)

Mujeres Progresistas de Andalucía

<http://www.apdha.org/enlaces/enlaces.htm> - top%23top

### **Sindicatos**

ELA

SOC-MR

USTEA

CC.OO.

UGT

CGT

<http://www.apdha.org/enlaces/enlaces.htm> - top%23top

### **Varios**

Ecologistas en Acción

Confederación de Consumidores y Usuarios

World Watch

Campaña de Consumo Responsable de Granada

Federación de Drogodependencia y Sida - Enlace

Greenpeace

Coordinadora Estatal del Comercio Justo

A pulso

Plataforma contra el fraude y la corrupción de la cosa pública en Melilla

<http://www.apdha.org/enlaces/enlaces.htm> - top%23top

## 7. Para saber más...

### Recursos educativos en la red

#### **Racismo y Xenofobia: el conflicto de la Interculturalidad. Orientaciones.**

URL: <http://www.pntic.mec.es/revista3/junio/entrecul.htm>

Manuel Méndez Santamaría

Artículo publicado en la revista cultural Telémaco: La interculturalidad se refiere a la conflictiva convivencia de distintas culturas en un mismo entorno. Este entorno es el propio de una de estas culturas, que reconocemos dominante, en tanto que las otras culturas se encuentran en minoría. Conclusiones para una educación responsable.

#### **Educación en valores: educación para la paz**

URL: <http://www.pntic.mec.es/98/diciembre/paz1.htm>

Manuel Méndez y Pilar Llanderas

Recursos para incorporar al proyecto curricular de centro el tratamiento del racismo y las actitudes xenófobas y el reconocimiento de la diversidad.

Artículo publicado en la revista cultural Telémaco

#### **Convivencia en el entorno educativo: 1. Interculturalidad. Consideraciones Generales. 2. La Integración Social. 3. La Intolerancia. 4. La Intolerancia II**

URL: <http://centros5.pntic.mec.es/cpr.de.la.latina.carabanchel/convivir/interc.html>

Jesús Martín María Cabeza

Propuestas para abordar el tema de la convivencia, en el marco del programa transnacional europeo "Convivir es Vivir", de formación del profesorado para la mejora de la convivencia en los Centros escolares.

#### **Guía de la unidad didáctica: Somos iguales, somos diferentes**

URL: <http://www.pntic.mec.es/recursos/secundaria/transversales/igua-dif.htm>

Elaborada por profesores de Educación Compensatoria de la Subdirección Territorial de Educación Madrid-Oeste.

Reflexiones y análisis conceptuales en torno a la interculturalidad y propuestas de actividades didácticas. Para Educación Secundaria.

#### **Programación de materia de Ética de 4º curso de la E.S.O.**

URL: <http://centros5.pntic.mec.es/ies.principe.de.asturias/Etica4.htm>

I.E.S. "Príncipe de Asturias". Lorca

Planificación de la asignatura de ética, centrada en el tema transversal de la Diversidad.

#### **Hacemos nuestros juguetes**

URL: <http://www.pntic.mec.es/recursos/infantil/transversales/juguetes.htm>

Paz Núñez Monforte y Susana Marín Sanz.

Fabricación de juguetes no bélicos a partir de materiales de desecho: propuesta de trabajo para Educación Infantil. Esta experiencia sirve de hilo conductor para desarrollar distintos aspectos de tres temas transversales, entre ellos el de la paz.

#### **Somos Indios. Los disfraces como recurso educativo para trabajar los temas transversales**

URL: <http://www.pntic.mec.es/recursos/infantil/transversales/disfraces.htm>

Paz Núñez Monforte y Susana Marín Sanz.

Propuesta de trabajo para Educación Infantil, integrada dentro del Área del Medio Físico y Social y del Área de la Comunicación y Representación. Así mismo, es útil como guía para desarrollar aspectos de los Temas Transversales; tales como: la igualdad, el respeto hacia los demás, la tolerancia, la conservación del medio ambiente.

#### **Las ONG en la Escuela**

URL: <http://www.pntic.mec.es/recursos/infantil/transversales/ongs.htm>

Paz Núñez Monforte y Susana Marín Sanz.

Recopilación de materiales educativos, facilitados por las distintas ONG, como recurso didáctico para desarrollar los temas transversales en Educación Infantil. Cada uno de los materiales ofrecidos está acompañado de una ficha con comentarios sobre su interés didáctico.

### **Educación en Solidaridad**

URL: <http://www.pntic.mec.es/recursos/primaria/transversales/vaquita.html>

Mercedes García Ruiz, Javier Pérez Llorente, Alberto Rodríguez Felipe, Ruth Rodríguez Ríos, Rocío Segura Rodríguez, Ana María Suárez Gea y Natalia Villalobos Vencelá.

Analiza temas de Educación para la Paz, con un Cuaderno de Actividades para los alumnos. Para Educación Primaria.

### **Análisis estético y ético de una película**

URL: <http://www.pntic.mec.es/recursos/secundaria/transversales/paz2.html>

Marta Soria y Pablo Arnau

A través de la película analizada, Before the Rain, de M. Manchevski, se busca favorecer la asimilación de valores morales (tolerancia, solidaridad, pluralismo) presentados en el lenguaje fílmico, así como reflexionar sobre los temas transversales del currículo español. Se ofrecen los ficheros comprimidos de los materiales didácticos: Anexo I, Guía de comentario de la película. El relato mítico como género humanístico, y el Anexo II, Guía del visionado de la película: elementos técnicos, formales y estéticos.

### **La ciudad de la diferencia, una exposición contra el racismo, la xenofobia y el antisemitismo**

URL: <http://www.pntic.mec.es/paqtem/babel/>

Fundación Baruch Spinoza.

Exposición Fotográfica virtual, con comentarios para su análisis en el aula, con el propósito de desvelar las actitudes y comportamientos intolerantes y propiciar la reflexión y la modificación de actitudes. Para Educación Secundaria.

### **Información y recursos en otros servidores web:**

#### **Proyecto "Crecer con Derechos"**

URL: <http://www.ucm.es/info/quiron/crecer.htm>

Facultad de Educación - Centro de Formación del Profesorado - Universidad Complutense de Madrid

Proyecto con interesantes materiales didácticos, persigue fomentar una mayor sensibilidad acerca de cómo viven los niños y niñas sus derechos. Esta iniciativa se suma a la recomendación del Informe de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI, de un mayor aprovechamiento de las oportunidades que ofrecen los nuevos avances tecnológicos.

#### **EDUALTER, Red de recursos en Educación para la Paz, el Desarrollo y la Interculturalidad**

Catalán, gallego, euskera y castellano.

URL: <http://www.pangea.org/edualter/>

Recopilación de materiales (fichas de libros y artículos, vídeos, documentos) para la Educación para la Paz, la Interculturalidad y el Desarrollo. Ficheros comprimidos en formato PDF de dichos materiales, para la descarga.

#### **Fundació per la Pau**

Catalán, castellano, inglés

<http://www.pangea.org/perlapau/>

Documentos y recursos en línea, en especial, la publicación "Boletín de la Fundación por la Paz". La Fundación dispone de un Centro de Recursos y Documentación y organiza seminarios en torno a la defensa de la paz, la desmilitarización, la no violencia y la solidaridad.

#### **Consejo de la Juventud de España (CJE)**

URL: <http://www.cje.org/tolerancia/toleraindex.htm>

Abundantes y muy buenos materiales educativos, con ficheros comprimidos para la descarga. Campañas en marcha, Manifiesto por la Diversidad, Citas Interculturales; Juego Intercultural, Noticias, disposiciones legales, son algunos de los contenidos que ofrece el CJE en su servidor.

### **Educación Intercultural**

Inglés, francés, alemán y español

URL: <http://www.solidar.org>

Web de SOLIDAR, asociación de diversas ONG por el Bienestar Social, la Educación Permanente y el Desarrollo. Cuenta con el apoyo de la Unión Europea.

### **Entorno Social**

Español, catalán, euskera, alemán, inglés y francés

URL: <http://www.entornosocial.es>

Publicación electrónica dirigida a instituciones y centros de servicios y atención social para los distintos colectivos de población (personas mayores, discapacitados, menores, mujer, jóvenes, inmigrantes, personas en situación de exclusión, etc.).

### **Colaboración entre ONG que luchan contra el racismo**

Inglés, alemán, español

URL: <http://www.fight-racism.org>

Página de ONG con enlaces, opiniones, noticias.

### **Comisión Europea contra el Racismo y la Intolerancia (ECRI), Consejo de Europa**

Inglés y francés

URL: <http://www.ecri.coe.fr>

Página oficial de ECRI. Contiene documentos oficiales sobre sus actividades, datos sociológicos e inestimables materiales educativos (paquetes educativos, recursos gráficos y vídeos comprimidos para descarga).

### **1997 European Year Against Racism**

Español, inglés, alemán

URL: <http://europa.eu.int/en/comm/dg05/1997/cover.htm>

Glosario; Críticas de libros y películas que tratan el tema del racismo; Ejemplos de buena práctica en la lucha contra el racismo: iniciativas de formación, difusión de experiencias, proyectos educativos; Competiciones; Legislación; todo ello en el ámbito europeo.

### **Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados - Oficina Internacional**

Inglés, francés, alemán

URL: <http://www.unhcr.ch>

**Módulos de planificaciones de unidades didácticas y actividades para Lengua y Literatura, Arte, Historia, Geografía, y Educación Cívica. Para Tercer Ciclo de Primaria (10-12 años) y Educación Secundaria: todo en inglés. Algunos materiales en francés.**

### **CIPIE, Observatorio permanente de la Inmigración**

URL: <http://www.eurosur.org/CIPIE/prensa.htm>

Análisis de la prensa y las emisiones de radio y televisión españoles con relación a la inmigración. Interesantes informes sobre los medios, publicados en línea.

### **Guía de recursos documentales "Somos Diferentes, Somos Iguales". -O) Madrid, 1995**

URL: <http://www.eurosur.org/RACIS/portada.htm>

Guía elaborada por el Comité Español de la Campaña Europea de la Juventud contra el Racismo, la Xenofobia, el Antisemitismo y la Intolerancia, con el objetivo de ofrecer a personas, educadores, ONG y el movimiento asociativo en general interesados y preocupados con sus contenidos, un instrumento útil para el desarrollo de su trabajo.

### **Asociación Secretariado General Gitano**

URL: <http://www.asgg>

Bases de datos bibliográficas, de material audiovisual y de recortes de prensa.

**United for Intercultural Action European Network against nationalism, racism, fascism and in support of migrants and refugees**

Inglés

URL: <http://www.united.non-profit.nl/>

Interesante por sus folletos informativos donde se tratan temas de actualidad en la lucha contra el racismo y la discriminación.

**Guía de Recursos para refugiados**

URL: [http://www.eurosur.org/IEPALA/guia\\_ref](http://www.eurosur.org/IEPALA/guia_ref)

La guía es fruto de un esfuerzo de identificación de las organizaciones más relevantes al servicio de los refugiados en España y al procesamiento riguroso de la información relacionada, tanto con ellas como con sus servicios. Incluye la recopilación de los instrumentos jurídicos que dan marco legal al reconocimiento de la condición de refugiado en España y la aplicación de medidas que garantizan la salvaguarda de sus derechos.

**Revista Internacional de Ciencias Sociales**

URL: <http://www.unesco.org/issj>

Revista trimestral fundada en 1949 por la UNESCO y editada en seis idiomas: inglés, francés, español, árabe, chino y ruso. Sus bases de datos son de inestimable valor.

**Manifiesto 2000**

URL: <http://www.unesco.org/cpp/sp/index.html>

La Asamblea General de las Naciones Unidas proclamó el año 2000, Año Internacional de la Cultura de Paz y la UNESCO coordina las actividades en el mundo entero. El Manifiesto 2000 para una cultura de paz y de no violencia ha sido formulado por los Premios Nobel de la Paz para que el individuo asuma su responsabilidad: no es ni un llamamiento, ni una petición dirigida a instancias superiores. Es la responsabilidad de cada ser humano de convertir en realidad los valores, las actitudes, los comportamientos que fomentan la cultura de paz. Sitio en construcción.

**Materiales para la Educación en Valores**

Catalán y español

URL: <http://www.xtec.es/recursos/valors/valors.htm>

Página del servidor del Programa de Informática Educativa de Cataluña, con una Base de datos bibliográfica sobre Consumo, Derechos Humanos, Educación para el Desarrollo, Educación para la Paz, Educación Moral, Educación Vial, Igualdad de oportunidades para ambos sexos, Interculturalidad, Medio Ambiente, Reflexión ética, Salud, Sexualidad y Tutoría. Fue elaborada por SENDERI, Fundación de Servicios para la Cultura Popular.

**Resolución sobre el racismo, la xenofobia y el antisemitismo y sobre el Año Europeo contra el Racismo (1997) - B4-0045/97**

URL: <http://www.europarl.es/correo/postales/racismo.html>

**AFS-Intercultura - Programa de Educación Global**

URL: <http://www.afs-intercultura.org/index.html>

Contiene materiales didácticos, utilizables con una adaptación mínima, sobre: Educación en Derechos Humanos, Educación Intercultural, Educación para el voluntariado y Conciencia global.

**Averroes, Red Telemática Educativa de Andalucía**

URL: <http://averroes.cec.junta-andalucia.es/www/inmigrantes/enlaces.html>

Interesante directorio de enlaces sobre Interculturalidad y Educación, con referencia a los niveles educativos en los que puede utilizarse la información y recursos que aportan.

**Programa de Temas Transversales - Consejería de Educación y Cultura - Comunidad de Madrid**

URL: <http://platea.pntic.mec.es/cam/srp/transversales/Transversales.html>

Básicamente, se trata de ofertas de cursos de formación de profesores.

## **Materiales para trabajar directamente y organizar actividades concretas sobre educación para el desarrollo, conflictos y otros temas relacionados**

### Técnicas y estrategias didácticas

Mundópolis II Fase. Talleres de educación para el Desarrollo. HEGOA: Bilbao, 1997. pp. 172, 174, 176 y 178

### Cuaderno de Técnicas

Proyecto "Y tú...¿cómo lo ves?", ACSUR-Las Segovias, área de educación para el desarrollo.- Madrid, 1995

### ¿Cómo elaborar guiones didácticos?

Mundópolis II Fase. Talleres de educación para el Desarrollo. HEGOA: Bilbao, 1997. p. 154

### Lista de tareas que podemos realizar con una imagen

Pedro Saez. Las Claves de los conflictos. Guías didácticas de educación para el desarrollo. CIP: Madrid, 1997. pp. 76-77

### Exposiciones fotográficas

#### Cómo planificar la "Semana de un solo Mundo"

La Semana de un solo mundo. ACSUR/CIP/CJE: Madrid 1997. pp. 11-13

#### Concurso "El estado del Mundo"

La Semana de un solo mundo. ACSUR/CIP/CJE: Madrid 1997. pp. 14-17

#### Subasta de los derechos juveniles

La Semana de un solo mundo. ACSUR/CIP/CJE: Madrid 1997. pp. 20-26

#### El "controvertido" juego de las minas

La Semana de un solo mundo. ACSUR/CIP/CJE: Madrid 1997. pp. 31-36

#### La rosa de los vientos

## **Actividades**

- [Albatros. Encuentro con una cultura diferente. Actividad sobre prejuicios culturales](#)
- [El AVE. Actividad para idear métodos de acción no violentos. Roleplaying](#)
- [Actividad para la diversidad cultural. Interculturalidad](#)
- [Actividad. Estereotipos de la marginación.](#)
- [Recurso audiovisual: Referencia del video "La clase dividida". Enfoque socio afectivo.](#)

## Declaración Universal de Derechos Humanos<sup>2</sup>

**Versión castellano**



*"La construcción de un mundo solidario, sin injusticias ni violencia, sólo es posible si todas las naciones e individuos nos esforzamos en promover, por todo el mundo, los derechos y libertades de esta Declaración".*

*(Adaptación del Preámbulo de la Declaración)*

Artículo 1: **Todos los seres humanos nacemos libres y con los mismos derechos y dignidad. Puesto que tenemos razón y conciencia, debemos tratarnos siempre con respeto.**

Artículo 2: **Los derechos que proclama esta Declaración son para todo el mundo. Aunque hablemos otro idioma, aunque tengamos distinto color de piel, aunque pensemos de otra manera, aunque tengamos otra religión, tanto si somos pobres como si somos ricos como si somos de otro país.**

Artículo 3: **Todos tenemos derecho a vivir. A vivir libremente y con seguridad.**

Artículo 4: **Nadie nos puede esclavizar. La esclavitud, sea de la forma que sea, está prohibida.**

Artículo 5: **Nadie nos puede torturar ni tratarnos de forma cruel, inhumana o humillante.**

Artículo 6: **Todos nuestros derechos tienen que ser reconocidos en todas partes.**

Artículo 7: **La ley es igual para todos. No se nos puede aplicar de forma distinta.**

Artículo 8: **Si alguien no respeta nuestros derechos, podemos pedir la protección de la justicia.**

Artículo 9: **Nadie tiene derecho, arbitrariamente, a detenernos, mantenernos en prisión ni expulsarnos del país donde vivimos.**

Artículo 10: **Si nos han de juzgar, debe ser públicamente. Y aquellos que nos juzguen, tienen que ser completamente imparciales.**

Artículo 11: **Si se nos acusa de algún delito, tenemos derecho a defendernos. Se tiene que admitir que somos inocentes mientras no se pueda probar que somos culpables. Nadie tiene derecho a condenarnos ni a castigarnos por cosas que no hemos hecho.**

Artículo 12: **Nadie puede entrometerse, sin ninguna razón, en nuestra vida privada, nuestra familia, nuestra casa o nuestra correspondencia.**

Artículo 13: **Tenemos derecho a entrar y salir de nuestro país cuando queramos.**

Artículo 14: **Si se nos persigue, tenemos derecho a ir a otro país y pedir protección. Perdemos este derecho si no respetamos los artículos de esta Declaración.**

<sup>2</sup> Fuente: Amnistía Internacional – España

Artículo 15: **Tenemos derecho a pertenecer a un país. Si queremos pertenecer a otro país, nadie puede impedirnoslo arbitrariamente.**

Artículo 16: **Cuando tenemos edad de casarnos, tenemos derecho a hacerlo sea cual sea nuestra raza, nuestro país de origen o nuestra religión. Las mujeres y los hombres tenemos los mismos derechos cuando nos casamos y cuando nos separamos. Nadie nos puede obligar a casarnos y, si lo hacemos, el gobierno de nuestro país tiene que proteger nuestra familia.**

Artículo 17: **Todos tenemos derecho a tener nuestras cosas, y nadie tiene derecho a quitárnoslas.**

Artículo 18: **Tenemos derecho a pensar como queramos y a cambiar de forma de pensar. También tenemos derecho a escoger libremente la religión que queramos, a cambiar de religión y a practicarla como mejor nos parezca, solos o junto a otras personas.**

Artículo 19: **Todos tenemos derecho a la libertad de opinión y de expresión. Asimismo, tenemos derecho a intercambiar ideas con las personas de otros países sin que las fronteras nos lo impidan.**

Artículo 20: **Tenemos derecho a reunirnos y asociarnos con quien queramos, de forma pacífica. Si no queremos, nadie nos puede obligar a formar parte de una asociación.**

Artículo 21: **Tenemos derecho a participar activamente en las decisiones de nuestro país, directamente o escogiendo representantes. Para poder elegir a nuestros gobernantes, periódicamente tiene que haber elecciones no manipuladas en las que todos podamos votar libremente.**

Artículo 22: **Cada uno de nosotros tiene derecho a obtener la satisfacción de los derechos económicos, sociales y culturales que necesitamos para poder vivir dignamente.**

Artículo 23: **Tenemos derecho a trabajar, a escoger libremente un trabajo y a recibir un sueldo que nos permita vivir dignamente, a nosotros y a nuestra familia. Todas las personas que hacen el mismo trabajo tienen derecho, sin ninguna discriminación, a recibir el mismo sueldo. Si trabajamos, tenemos derecho a agruparnos para defender nuestros intereses.**

Artículo 24: **Todos tenemos derecho a descansar. Por tanto, la jornada laboral no ha de ser excesivamente larga y, periódicamente, tenemos que tener vacaciones pagadas.**

Artículo 25: **Tanto nosotros como nuestra familia tenemos derecho a un nivel de vida que nos asegure la alimentación, el vestido, la vivienda y la asistencia en caso de enfermedad. También tenemos derecho a recibir ayuda si no podemos trabajar, ya sea porque no haya trabajo, porque estemos enfermos, porque seamos viejos o por cualquier otra razón independiente de nuestra voluntad. Todos los niños y niñas tienen los mismos derechos, aunque sus padres no estén casados.**

Artículo 26: **Tenemos derecho a ir a la escuela; la enseñanza elemental tiene que ser obligatoria y gratuita. La escuela tiene que fomentar la convivencia y el desarrollo de las capacidades de cada uno. Los padres tienen derecho a escoger el tipo de educación de sus hijos.**

Artículo 27: **Todos tenemos derecho a participar y beneficiarnos tanto de la vida cultural como del progreso científico de la sociedad en que vivimos.**

Artículo 28: **Para que todos los derechos y libertades proclamados en esta Declaración puedan ser protegidos adecuadamente, es necesario que exista un orden social e internacional que lo haga posible.**

**Artículo 29: Todos tenemos deberes con relación a las personas que nos rodean, a las cuales, por otra parte, necesitamos para desarrollarnos plenamente. Nuestra libertad y nuestros derechos sólo están limitados por el reconocimiento y el respeto de la libertad y los derechos de los otros.**

**Artículo 30: Ningún Estado, ningún grupo, ningún ser humano puede utilizar ningún principio de esta Declaración para suprimir los derechos y libertades proclamados en ella.**

# CONVENCIÓN SOBRE LOS DERECHOS DEL NIÑO

*Aprobada por la Asamblea General de Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1989. Versión adaptada no oficial.*

## **Art. 1 Definición del niño**

La Convención se aplica a todas las personas menores de 18 años de edad.

## **Art. 2 La no discriminación**

Todos los niños y niñas tienen todos los derechos recogidos en la Convención: no importa de dónde seas, ni tu sexo o color de piel, ni qué lengua hables, ni la situación económica de tu familia, ni tus creencias o las de tus padres, ni que padezcas alguna minusvalía.

## **Art. 3 El interés superior del niño**

Cuando las autoridades, o las personas adultas, adopten decisiones que tengan que ver contigo deberán hacer aquello que sea mejor para tu desarrollo y bienestar.

## **Art. 4 Aplicación de los derechos**

Los Gobiernos (y las autoridades regionales y locales) deben hacer que se cumplan todos los derechos recogidos en la Convención. Deben ayudar a tu familia a garantizar tus derechos y también deben colaborar con otros países para que se cumplan en todo el mundo.

## **Art. 5 Dirección y orientación de los padres y madres**

Las autoridades deben respetar a tus padres y a todas las personas que sean responsables de tu educación. Tu familia tiene la responsabilidad de ayudarte a ejercitar tus derechos.

## **Art. 6 La supervivencia y el desarrollo**

Todos los niños y niñas tienen derecho a la vida. Los Gobiernos deben hacer todo lo posible para asegurar tu supervivencia y desarrollo.

## **Art. 7 Nombre y nacionalidad**

Cuando naces tienes derecho ser inscrito en un registro y a recibir un nombre y una nacionalidad, a conocer a tus padres y a ser cuidado por ellos.

## **Art. 8 Identidad**

Las autoridades tienen la obligación de proteger vuestra identidad, nombre, nacionalidad y relaciones familiares.

## **Art. 9 Separación de los padres**

Ninguno niño o niña debe ser separado de sus padres, a menos que sea por su propio bien. En el caso de que tu padre y tu madre estén separados, tienes derecho a mantener contacto con ambos fácilmente.

## **Art. 10 Reunión de la familia**

Si, por cualquier circunstancia, vives en un país y tus padres en otro, tienes derecho a entrar en el país en el que estén tus padres y reunirte con ellos, o a que tus padres se reúnan contigo.

## **Art. 11 Traslados y retenciones ilícitas**

Las autoridades deben evitar que seas trasladado de forma ilegal a otro país o que seas retenido ilegalmente.

#### **Art. 12 La opinión de niños, niñas y jóvenes**

Tienes derecho a opinar y a que esa opinión, de acuerdo con tu edad y madurez, sea tenida en cuenta cuando las personas adultas vayan a tomar una decisión que te afecte.

#### **Art. 13 Libertad de expresión**

Tienes derecho a expresar libremente tus opiniones, a recibir y difundir informaciones e ideas de todo tipo, siempre que no vayan en contra de los derechos de otras personas.

#### **Art. 14 Libertad de pensamiento, conciencia y religión**

Las autoridades deben respetar tu derecho a la libertad de pensamiento, conciencia y religión. Tus padres podrán aconsejarte sobre lo que es mejor.

#### **Art. 15 Libertad de asociación**

Puedes asociarte libremente, crear asociaciones y reunirte pacíficamente con otros chicos y chicas, siempre que estas actividades no vayan en contra de los derechos de otras personas.

#### **Art. 16 Protección de la intimidad y la vida privada**

Tienes derecho a una vida privada propia, a que se respete la vida privada de tu familia y a la intimidad de vuestro domicilio, a que no te abran la correspondencia y a que nadie ataque tu buena imagen.

#### **Art. 17 Acceso a una información adecuada**

Tienes derecho a recibir información a través de los libros, los periódicos, la radio, la televisión, internet. en especial la información que sea importante para tu bienestar y desarrollo. Las personas adultas cuidarán de que esta

información sea adecuada.

#### **Art. 18 Las responsabilidades de los padres**

Tu padre y tu madre son los responsables de tu educación y desarrollo, y deben actuar pensando en tu interés. Las autoridades ayudarán a los padres en estas tareas apoyándolos cuando sea necesario.

#### **Art. 19 Protección contra el abuso y los malos tratos**

Las autoridades deberán protegerte de los malos tratos, los abusos y la violencia, también de los que provengan de tus padres o responsables legales.

#### **Art. 20 Protección de los niños privados de su familia**

Tienes derecho a una protección y ayuda especiales en el caso de que no tengas padres o que estos no estén contigo. Esta ayuda tendrá en cuenta tu origen cultural o étnico.

#### **Art. 21 Adopción**

En caso de adopción siempre se debe tener en cuenta, por encima de todo, el bienestar del niño o la niña.

#### **Art. 22 Los niños refugiados**

Los niños, niñas y jóvenes refugiados (que hayan sido obligados a abandonar su país por una guerra u otra circunstancia) serán objeto de protección especial. Las autoridades deberán colaborar con las organizaciones que los ayudan y protegen.

#### **Art. 23 Los niños y niñas discapacitados**

Si sufres alguna discapacidad física o mental, tienes derecho a cuidados y atenciones especiales que garanticen tu educación y capacitación con el fin de ayudarte a que disfrutes de una vida plena.

#### **Art. 24 La salud y los servicios sanitarios**

Tienes derecho a disfrutar del nivel más alto posible de salud (que incluye agua potable, una buena higiene y alimentación) y a recibir atención médica cuando estés enfermo. Los Gobiernos deberán cooperar con los de otros países para que este derecho sea una realidad en todo el mundo.

#### **Art. 25 Revisión de las condiciones de internamiento**

Si estás internado o internada en un establecimiento para protegerte o para curarte una enfermedad física o mental, se debe revisar periódicamente tu situación para comprobar que el internamiento sea apropiado y no se prolongue más de la cuenta.

#### **Art. 26 La seguridad social**

Tú y tu familia tenéis derecho a beneficios de las ayudas del Gobierno y la seguridad social cuando vuestros recursos sean escasos.

#### **Art. 27 El nivel de vida**

Tienes derecho a un nivel de vida adecuado para tu desarrollo físico, mental, espiritual, moral y social. Tus padres son los responsables de que tengas lo necesario para vivir de una forma digna (en especial vivienda, nutrición y vestido). Si ellos no pueden proporcionártelo las autoridades deben ayudarlos.

#### **Art. 28 La educación**

Tienes derecho a la educación. La educación primaria debe ser obligatoria y gratuita, y debes tener facilidades para poder tener educación secundaria o ir a la universidad. Los Gobiernos de los países deben colaborar para que esto sea una realidad en todo el mundo. Los castigos en la escuela no deben ser humillantes ni indignos.

#### **Art. 29 Los objetivos de la educación**

La educación deberá estar encaminada a desarrollar tu personalidad, aptitudes y capacidades mentales y físicas hasta el máximo de tus posibilidades. Debe prepararte para ser una persona respetuosa con otras personas, responsable, pacífica y respetuosa con el medio ambiente en una sociedad libre.

#### **Art. 30 Los niños y niñas de comunidades minoritarias e indígenas**

Si perteneces a una minoría étnica o religiosa, se debe respetar tu derecho a vivir según tu cultura, practicar tu religión y a hablar tu propia lengua.

#### **Art. 31 El ocio y las actividades recreativas y culturales**

Tienes derecho al juego, al descanso y a las actividades recreativas y culturales.

#### **Art. 32 El trabajo infantil**

Tienes derecho a estar protegido contra los trabajos peligrosos para tu salud o que te impidan ir a la escuela. No puedes trabajar hasta cumplir una edad mínima y, si lo haces, se deben cumplir unas condiciones apropiadas en los horarios y condiciones de trabajo.

#### **Art. 33 El uso de drogas ilegales**

Tienes derecho a estar protegido de las drogas ilegales y del tráfico de drogas.

**Art. 34 La explotación sexual**

Las autoridades deben protegerte de la explotación y los abusos sexuales, incluidas la prostitución y la participación en espectáculos o materiales pornográficos.

**Art. 35 La venta y el secuestro de niños**

Los Gobiernos deben tomar todas las medidas que sean necesarias para impedir la venta, la trata y el secuestro de niños y niñas.

**Art. 36 Otras formas de explotación**

Tienes derecho a estar protegido contra las demás formas de explotación que sean perjudiciales para tu bienestar.

**Art. 37 La tortura y la privación de la libertad**

No seréis sometidos a torturas ni a otros tratos o penas crueles. Si has cometido un delito no se te impondrá la pena de muerte ni la de prisión perpetua. Si eres juzgado y considerado culpable sólo deberás internado en un establecimiento como último recurso y sólo el tiempo mínimo para cumplir tu castigo. Nunca deberás estar en las mismas prisiones que las personas adultas y tendrás derecho a mantener contacto con tu familia.

**Art. 38 Niños y niñas en conflictos armados**

En tiempos de guerra no podrás ser reclutado como soldado ni participar en los combates. Los niños y niñas tenéis derecho a una protección especial en caso de conflicto.

**Art. 39 Recuperación y reinserción social**

Si has sufrido malos tratos, explotación, abandono o has estado en una guerra, tienes derecho a que se ocupen de ti para recuperarte física, social y psicológicamente.

**Art. 40 La aplicación de la justicia a menores**

Tienes derecho a defenderte con todas las garantías cuando te acusen de haber cometido un delito. Los jueces y abogados deberán ser especialmente cuidadosos cuando juzguen personas de menos de 18 años, y las leyes deben establecer una edad mínima antes de la cual no pueden ser juzgados como si fuesen personas adultas.

**Art. 41 La ley más favorable**

Si hay leyes distintas a la Convención que se puedan aplicar en algún caso que te afecte, siempre se aplicará la que sea más favorable para ti.

**Art. 42 Difusión de la Convención**

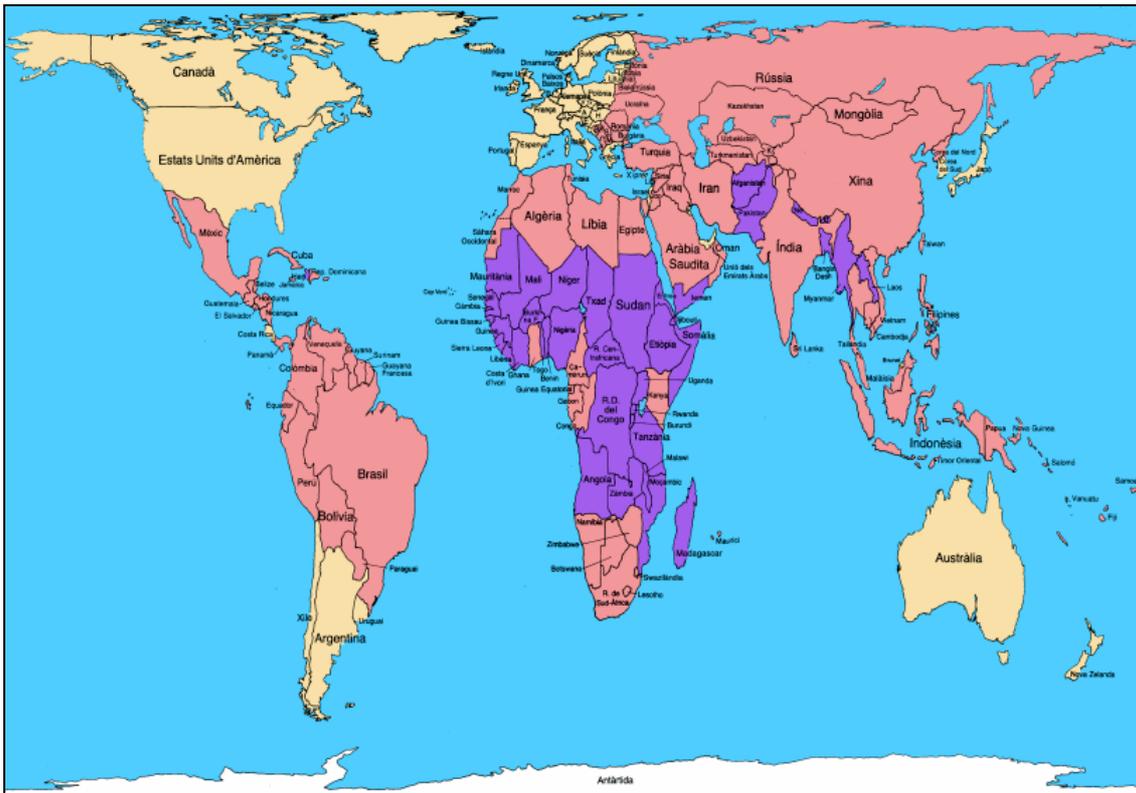
Tienes derecho a conocer los derechos contenidos en esta Convención. Los Gobiernos tienen el deber de difundirla entre niños, niñas, jóvenes y personas adultas.

## Declaración Universal de los Derechos del Niño

*Resumida y en lenguaje sencillo*

1. Derecho a la igualdad, sin distinción de raza, religión o nacionalidad.
2. Derecho a una protección especial para que puedan crecer física, mental y socialmente sanos y libres.
3. Derecho a tener un nombre y una nacionalidad.
4. Derecho a una alimentación, vivienda y atención médica adecuadas.
5. Derecho a educación y atenciones especiales para los niños física o mentalmente disminuidos.
6. Derecho a comprensión y amor por parte de las familias y de la sociedad.
7. Derecho a una educación gratuita. Derecho a divertirse y jugar.
8. Derecho a atención y ayuda preferentes en caso de peligro.
9. Derecho a ser protegido contra el abandono y la explotación en el trabajo.
10. Derecho a recibir una educación que fomente la solidaridad, la amistad y la justicia entre todo el mundo.

## Mapa de Peters



Qué mapamundi más raro, ¿no?. Parece que se ha “desconfigurado” la imagen al ponerla en este documento. Pues no, este mapa está bien, de hecho es la proyección que mejor representa el mundo tal cual es. Entonces, ¿por qué estamos acostumbrados a verlo más chato?: Porque normalmente se usa el Mapa de Mercator

### La proyección Mercator

El mapa de Mercator fue creado en 1569, una época en que los navegantes surcaban los océanos a vela, en barcos de madera, guiándose por las estrellas. El éxito de esta proyección se debe a que cualquier línea recta que se trace marca el rumbo real, con que se puede navegar siguiendo con la brújula el ángulo que se marca en el mapa. La forma de los países es real, pero su superficie aumenta exageradamente en las latitudes altas, casualmente Europa y Norteamérica, donde se concentra el 80% de la riqueza mundial.

### La proyección Peters

Este mapa fue propuesto por el historiador y cartógrafo Dr. Arno Peters en Alemania en 1974, generando un acalorado debate. La proyección de Peters es una proyección cilíndrica y conforme, como la de Mercator. La diferencia es que corrige matemáticamente la distorsión de las latitudes altas. La proyección Peters trata de huir de la **imagen eurocéntrica** del mundo. Es la proyección que menos deforma las escalas. De todas las proyecciones existentes esta es la más ajustada al mundo real.