Actividad | Empatía

El papel arrugado

Objetivos

- Entender que las palabras pueden lastimar y que ese daño deja huella, aunque después se pida perdón.
- Reconocer cómo se siente una persona cuando le dicen palabras que lastiman y practicar palabras que cuidan.

Materiales

- Una hoja grande de papel con el dibujo sencillo de un personaje inventado (sin rasgos físicos particulares).
- Tiras de papel y marcadores.
- Cinta o pegante y un espacio de pared.

Tiempo sugerido:

- 35 minutos

Preparación:

- Dibuja el personaje en la hoja y ponle un nombre inventado que no coincida con el de ningún niño(a) del grupo.
- Prepara algunas frases que lastiman, para leerlas tú (por ejemplo: "no juegues con nosotros", "qué mal te quedó", "aquí no cabes"). Ajústalas al contexto de los niños, usando expresiones que les sean familiares.
- Dispón el grupo en semicírculo, cerca del personaje.

Metodología:

Momento 1 | Conocemos al personaje.

- Muestra el dibujo y presenta al personaje por su nombre. Cuéntale al grupo que hoy van a ayudarle a darse cuenta de cómo se siente con lo que le dicen.

Momento 2 | Las palabras que lastiman.

- Lee una de las frases en voz alta. Después de cada una, un niño(a) pasa y arruga un poco la hoja del personaje.
- Repite con las otras frases. Al final, la hoja estará muy arrugada. Pregunta: ¿cómo creen que se siente el personaje?

Momento 3 | ¿Se puede arreglar?

- Pídeles que intenten alisar la hoja. Cuéntales que es como pedir perdón: ayuda, pero las arrugas quedan.
- Pregunta: ¿qué pasó con el papel? ¿Qué podemos hacer para no arrugarlo?

Momento 4 | Las palabras que cuidan.

- Cada niño(a) dice o dibuja en una tira de papel una palabra o frase que hace sentir bien a alguien (por ejemplo: "¿quieres jugar?", "me gustó lo que hiciste").
- Peguen las tiras alrededor del papel arrugado y déjenlo en un lugar visible, como recordatorio.

Recomendaciones y preguntas útiles:

- Usa solo un personaje inventado y frases generales. No uses nombres de niños(as) del colegio.
- Las frases que lastiman las lees tú. No pidas a los niños(as) que las repitan.
- No preguntes a quién le han dicho cosas así. Si un niño(a) cuenta que le pasó, agradécele, no lo expongas y habla con él o ella en privado después. Si hay burlas o exclusión repetida, avisa al directivo o al Comité Escolar de Convivencia.
- No obligues a los niños(as) a pedirse perdón entre ellos como parte de la actividad.
- Si algún niño(a) se angustia al ver el papel arrugado, cambia pronto al momento de las palabras que cuidan.
- Preguntas útiles: ¿Cómo se sintió el personaje? ¿Qué pasó con el papel cuando lo arrugamos? ¿Se puede dejar como antes? ¿Qué palabras hacen sentir bien? ¿Qué podemos decir cuando alguien está triste?