Actividad | Amistades

Receta de un buen amigo

Objetivos

- Conversar en familia sobre qué hace buena a una amistad y qué cosas la dañan.
- Conocer cómo vive el niño(a) sus amistades, sin interrogarlo, generando cercanía con su propio contexto.

Materiales

- Una hoja grande o cartulina.
- Marcadores o lápices de colores.

Tiempo sugerido:

- 25 minutos

Preparación:

- Elige un momento tranquilo y sin pantallas.
- Piensa en una amistad importante en tu vida y qué la hizo especial, para poder contarla.

#CeroHate

Metodología:

Momento 1 | La receta.

- Cuéntale al niño(a) que van a escribir entre todos la "receta de un buen amigo", como si fuera una receta de cocina: con ingredientes y cantidades.
- Empieza con un ejemplo propio: "Una pizca de risa, dos tazas de escucha...".

Momento 2 | Los ingredientes.

- Cada uno propone ingredientes y los escriben en la hoja (por ejemplo: escuchar, no burlarse, invitar a jugar, guardar un secreto bonito, avisar si algo preocupa).
- Pueden agregar "ingredientes que arruinan la receta" (por ejemplo: reírse de alguien, dejarlo por fuera, reenviar sus cosas).

Momento 3 | Lo que hay en mi vida.

- Cada uno elige un ingrediente que encuentra en alguna de sus amistades y lo cuenta, sin decir nombres si no quiere.
- Pregunta al niño(a): ¿cuál ingrediente te gustaría tener más?

Momento 4 | La receta en casa.

- Peguen la receta en un lugar visible y vuelvan a ella cuando quieran hablar de amigos.

Recomendaciones y preguntas útiles:

- No critiques a los amigos del niño(a) ni pidas nombres. Lo importante es lo que él o ella piensa de la amistad.
- Si cuenta que algún amigo lo hace sentir mal, escucha sin reaccionar con alarma, agradécele y pregunta con calma qué ha pasado. Si hay burlas, golpes o exclusión repetida, sigue los pasos de la ruta del colegio.
- Cuenta también tus experiencias, incluidas las difíciles, para que el niño(a) sepa que a todos nos pasa.
- Dependiendo de sus gustos y preferencias, puedes ajustar los ejemplos: puede no ser una receta de cocina, sino para un experimento de un(a) científico(a) o una pócima mágica.
- Preguntas útiles: ¿Qué es lo más importante en un buen amigo? ¿Qué pasa cuando un amigo no cuida ese ingrediente? ¿Cómo te sientes cuando estás con tus amigos? ¿Qué harías si un amigo te hace sentir mal?