HABLEMOS:

SOMOS AMIGOS, SOMOS AMIGAS. NOS CUIDAMOS

INTRODUCCIÓN

Este libro ha sido escrito para ti por otros niños, niñas y jóvenes. Han querido compartir algunos mensajes sobre la importancia de la amistad. También entienden que, a veces, niños y niñas no son amables entre sí y pueden incluso hacerse daño. Esto sucede al decirse cosas molestas, por pelearse, o incluso, por pegarse. Esto se llama violencia entre iguales. Por eso, este libro contiene, también, algunas ideas sobre qué pueden hacer niños y niñas cuando se les hace daño.

Los niños, las niñas y jóvenes que han escrito estas historias y han hecho los dibujos, quieren compartir los siguientes mensajes:

- Niñas, niños y jóvenes de España escribieron el cuento 1. Esta historia explica por qué es importante entender qué es la violencia entre iguales.
- Niños y niñas de Italia escribieron el cuento 2. Esta historia trata de la importancia de la amistad, especialmente cuando sientes miedo o estás preocupado/a por la forma en que te tratan otros niños o niñas.
- Niñas, niños y jóvenes de España también han escrito la 3ª historia. Esta historia nos ayuda a entender que, aunque todos y todas seamos diferentes, todos somos igual de importantes. Los niños y las niñas que escribieron este cuento quieren que entendamos lo importante que es respetarnos y valorar nuestras diferencias.
- Niñas y niños de Rumanía han escrito el cuento 4. Esta historia trata de respetar el espacio personal de los demás y de cómo esto es importante cuando se trata de hacer amigos y amigas.
- Niños y niñas de Rumanía también han escrito el cuento 5. Esta historia explica cómo, sentirse bien con uno mismo, puede ayudar a sentirse bien con los demás.
- Los niños y las niñas de Francia y Bélgica han escrito el cuento 6. En esta historia se reflexiona sobre cómo los niños y las niñas son capaces de acudir a los adultos si les hacen daño.

Si alguien te hace daño, es importante que se lo digas a un adulto que conozcas y en el que confíes para que pueda ayudarte. Si haces daño a otra persona, también es importante que encuentres a un adulto con el que puedas hablar. Puede ser uno de tus padres o alguien que te cuide. Puede ser un maestro/a u otro adulto que conozcas y en el que confíes. También puedes hablar con un adulto sobre lo que has leído en este libro. No te preocupes, pero acude a alguien.

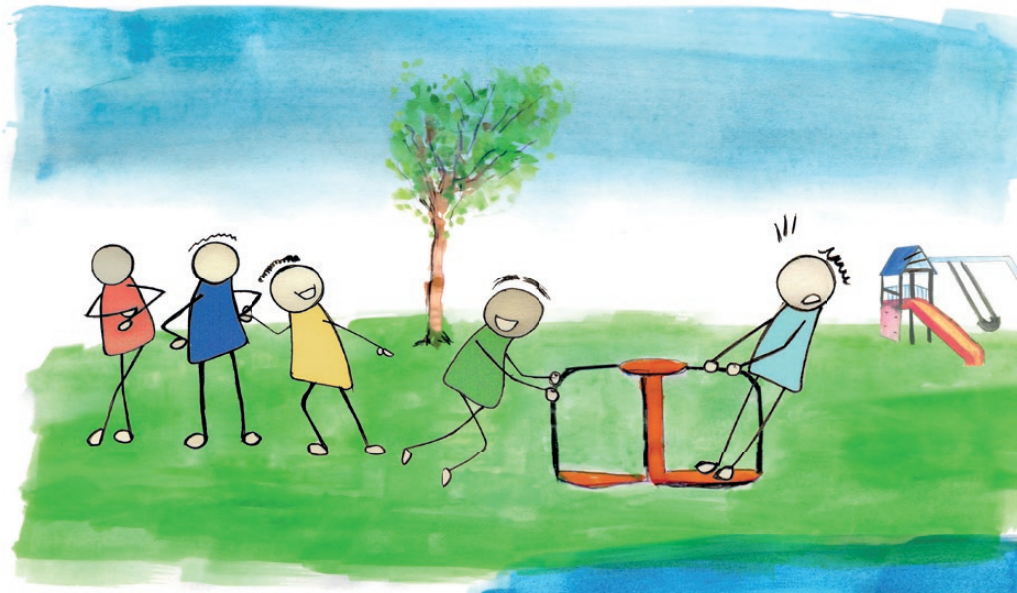
CUENTO 1

(ESCRITO POR NIÑOS, NIÑAS Y JÓVENES DE ESPAÑA)

Ser consciente de las diferentes formas de violencia entre iguales.

Roberto es un niño de 9 años tímido e inseguro. Como le gusta estar activo, va al parque todos los días después del colegio. Un día, ve a otros cuatro niños de su misma edad en el parque. Roberto decidió saludarlos, ya que tal vez podrían ser amigos y divertirse juntos. Sin embargo, Roberto estaba un poco preocupado, ya que parecían un poco agresivos y eso le hacía sentirse incómodo.

Roberto estaba en el columpio y los otros niños le dijeron que se bajara para poder usarlo. Le preocupaba que pudieran hacerle daño y decidió alejarse del grupo. En su lugar, se subió al pequeño tiovivo. Sin embargo, los niños le siguieron y empezaron a girar el tiovivo con mucha fuerza. Roberto tuvo que agarrarse muy fuerte para no caerse. Les pidió que se detuvieran porque se estaba mareando, pero ellos se limitaron a reírse y a decir: "Aguanta, gallina" y a hacer el sonido de una gallina.



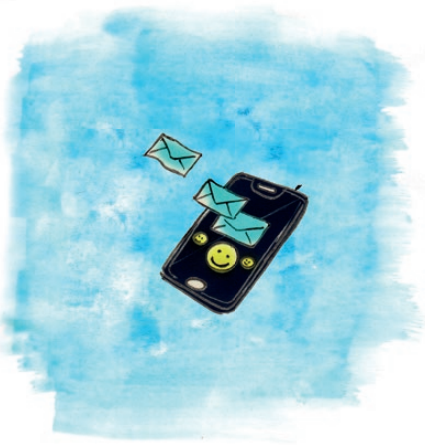
Después de esto, Roberto decidió irse a casa. Los otros niños le llamaron y le dijeron: "Oye, vuelve mañana. Lo hemos pasado muy bien juntos". Se sintió confundido porque no sabía si realmente querían jugar o si estaban siendo horribles con él. Realmente quería tener amigos y tal vez esta era la forma en que funcionaban las amistades.

Roberto volvió al parque al día siguiente para ver si los niños volvían a estar allí y si eran más amables con él. Pero los niños le trataron igual. Eso le dejó confundido y triste. Pero, pensó que al menos ya no estaba solo.

Los niños también le pidieron que compartiera su contacto en las redes sociales que utilizaba. Le mostraron sus páginas y, como pensó que era una señal de amistad, compartió sus datos. Esa noche Roberto recibió unos mensajes que le preocuparon. No eran muy amables y decían cosas desagradables sobre él.

Roberto seguía volviendo al parque, siempre con la esperanza de que las cosas cambiaran y los otros niños le aceptaran por fin como parte de su grupo. Aunque le dejaban jugar con ellos, seguían sin ser muy amables con él.

Entonces la escuela organizó un taller al que Roberto asistió. El taller trataba sobre los derechos de niños y niñas y las diferentes formas de violencia que pueden sufrir niñas, niños y los más jóvenes. Durante el taller se habló de cosas como ser acosado, que te dañen físicamente y atacado por internet.



Después del taller, Roberto pensó en cómo se había sentido en el parque y con los mensajes que sobre él se habían publicado en Internet. Entonces se dio cuenta de que lo que había experimentado era violencia entre iguales. No estaba seguro de si había sido parte de un juego, aunque lo que había sucedido le había hecho sentirse molesto y asustado en algunos momentos. También se sintió avergonzado por haber dejado que esto ocurriera y no haber acudido a un adulto en busca de ayuda. Después del taller, Roberto se dio cuenta de lo importante que era aprender y conocer la violencia entre iguales y ser capaz de hablar abiertamente de ella. Decidió entonces ir a hablar con un adulto de confianza sobre lo sucedido y pedirle ayuda.

ACTIVIDAD PARA COMPLETAR

Cuando Roberto se sintió herido y confundido, podría haber actuado de tres maneras.
De las tres que aparecen en la página siguiente, ¿puedes ayudar a Roberto a elegir la mejor opción?

OPCIÓN 1 Callar y no decir nada	**OPCIÓN 2** Hablar con alguien que pueda ayudarle a él y a otros/as niños y niñas a hablar Sobre su problema	**OPCIÓN 3** Ejercer la violencia
ESTA OPCIÓN ES PROBABLE QUE CONLLEVE:	**ESTA OPCIÓN PUEDE LLEVAR A:**	**ESTA OPCIÓN PUEDE LLEVAR A:**
Sentirse triste/ aislado/solo/ culpable	Detener la violencia	Efectos negativos como sentirse triste o enfadado. Hacer daño a otras personas no resuelve la situación.
	Ayudar a otros niños y niñas a identificar qué es la violencia	
	Ayudar a la persona que ha iniciado la violencia a entender lo que está haciendo	
	Crear un entorno sano,seguro y protector	

Ahora puedes comprobar tu respuesta si das la vuelta a esta página.

LA OPCIÓN 2 sería lo mejor para Roberto. Hablar con alguien que conoce y en quien confía, podría ayudarle a detener la violencia que está sufriendo, así como evitar que le ocurra a otros niños o niñas.

CUENTO 2

(ESCRITO POR NIÑOS, NIÑAS Y JÓVENES DE ITALIA)

Relaciones positivas, respetuosas y saludables con iguales.

Hola, soy **Aurora Chen** y mi mundo está lleno de mis pensamientos e ideas. A veces, cuando estoy en clase, me distraigo. Como cuando miro por la ventana y veo caer las hojas de otoño y me siento danzando en el aire igual que ellas. Antes de que el profesor se de cuenta de que no estoy prestando atención, mi amigo Ismael me ayuda a volver a la realidad susurrando: "¿En qué estás pensando?" y sonreímos. También tengo un pequeño grupo de amigos y amigas, pero a veces me ponen apodos extraños porque me distraigo mucho. Esto no me gusta. Me gustaría decirles que soy así. Que tengo defectos como todo el mundo, pero que también tengo cosas buenas. Quiero decirles que su forma de comportarse me molesta. Así que ahora intento evitarlos. Pero también tengo mucha suerte porque a veces,

cuando me molestan, puedo ir a hablar con Ismael que me entiende muy bien y siempre me anima. Es muy importante para mí tener a alguien que me acepta tal y como soy.

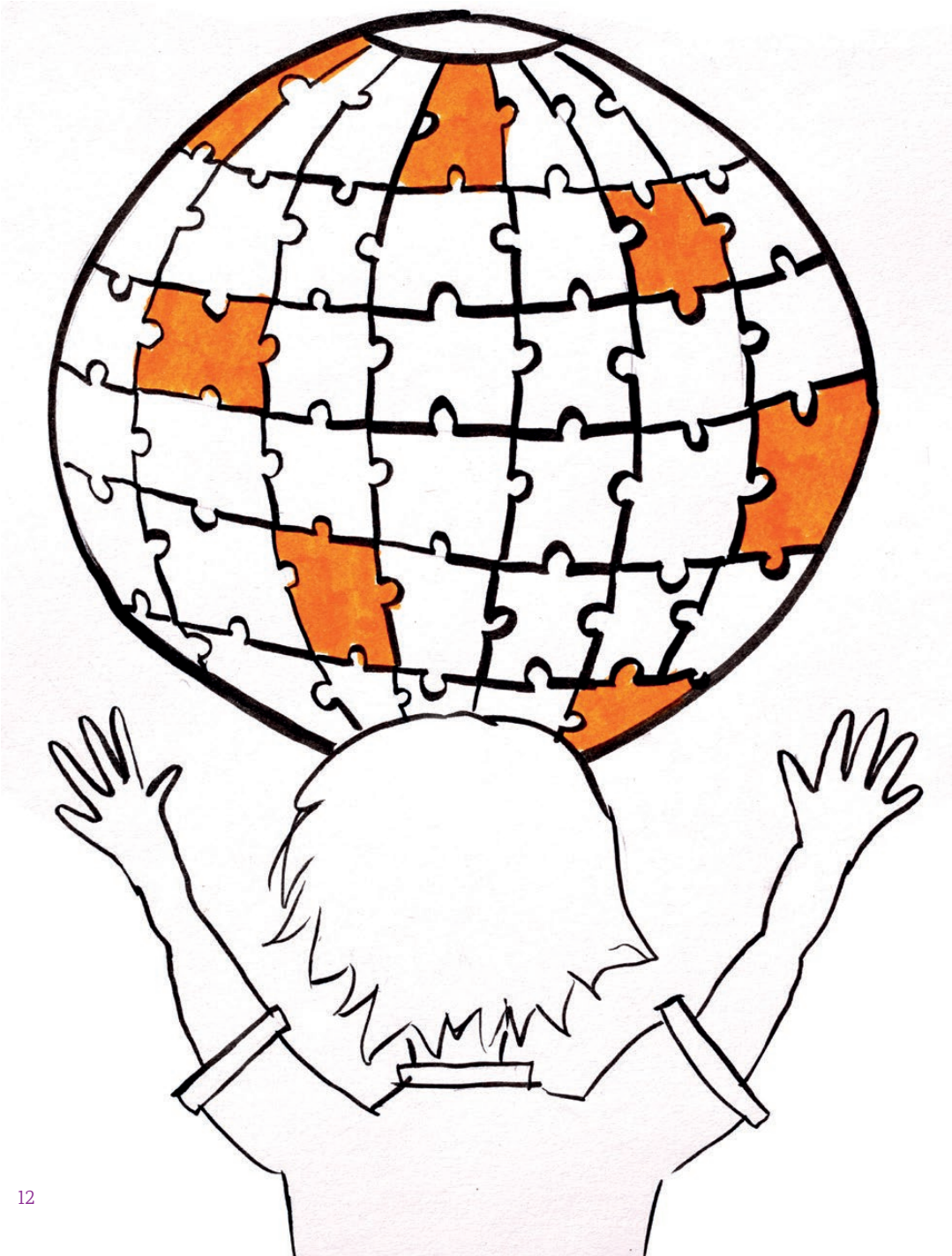
Hola, soy **Brandon** y siempre estoy ocupado. Hago muchas actividades, como karate y clases de teatro, sobre todo, porque mi madre me obliga a hacer todas estas cosas. Ella cree que me interesan, pero en realidad, no es así. Mi padre está a menudo fuera de casa por trabajo y nunca tiene tiempo para mí. ¡Cómo me gustaría que un día viniera a verme a una de mis competiciones deportivas! También envidio mucho a otros niños y niñas del barrio que salen a divertirse con los demás; yo no me divierto y, ¡me enfado conmigo mismo y con los demás! En el colegio me peleo a menudo con mis compañeros/as. A veces les pego o les digo cosas ofensivas. Otras veces, simplemente, me alejo de todos. Hace poco se lo conté a mi tía, que comprendió la situación. Me ayudó a reflexionar sobre lo que me estaba pasando. También me sugirió que fuera a jugar al parque con mis primos todos los sábados por la tarde. Fue una idea estupenda. Me ha ayudado a expresar mis emociones de una manera diferente, así como a comprender la importancia de ser un buen amigo para los demás, en lugar de hacerles daño. Y cuando quiero estar solo, sé que eso también está bien y puedo dedicar tiempo a mi nueva pasión que es la lectura.

Hola, soy **Kate**, y vivo en una casa y un país diferente al resto de mi familia. Vivo en lo que se llama cuidado alternativo con una familia de acogida. Mi vida parece un rompecabezas con muchas piezas pequeñas. Algunas encajan

fácil, pero otras son muy difíciles de encajar y algunas están un poco rotas. A veces miro la luna y pienso en lo diferente que sería mi mundo si viviera con mis padres. En mi rompecabezas hay muchos papás y mamás y hermanas y hermanos que me quieren y yo los quiero. Pero es una situación complicada y no me siento cómoda hablando de ella. Así que cuando alguien me hace una pregunta personal como: "¿Cuántos hermanos y hermanas tienes?", me molesto e incluso me enfado con ellos porque no sé cómo responderles. Afortunadamente, cuando esto sucede, Chiara, que es una buena amiga mía, se acerca y me distrae pidiéndome que juegue con ella. Ella conoce mi historia y no me da vergüenza contarle cómo me siento porque es atenta, curiosa y siempre me escucha con mucho interés. Esto significa que tengo alguien a quien recurrir cuando me siento mal. También me ayuda a entender lo que son las buenas amistades. Dice que soy especial a mi manera y que todos y todas debemos respetar y valorar las diferencias de los demás. Sé que siempre me apoyará. Creo que voy a dedicar una pieza de puzzle de colores a Chiara porque siempre está alegre y sabe cómo hacerme sonreír.

ACTIVIDAD PARA COMPLETAR

Cuenta tu historia coloreando el puzzle de tu mundo.
Igual que Aurora Chen, Brandon y Kate, intenta pensar en tu relación con personas de tu edad. ¿Cuáles son las cosas importantes de tus relaciones que hacen que tu mundo sea feliz y colorido?
Colorea las piezas del puzzle y, en cada una de ellas, añade una palabra o un pequeño dibujo que describa lo que es importante para ti en tus relaciones y que te hace feliz. ¡Disfruta!



CUENTO 3

(ESCRITO POR NIÑOS, NIÑAS Y JÓVENES DE ESPAÑA)

Respetar las diferencias y fortalecer la aceptación entre unos/as y otros/as.

En Villa Huerto todas las frutas y verduras, aunque tengan aspecto y sabor diferentes entre sí, se esfuerzan por convivir de forma armoniosa. Aunque esto no siempre funciona y, a veces, hay pequeños desencuentros entre las diferentes frutas y verduras.

La llegada reciente de dos nuevas hortalizas, Patata y Zanahoria, ha tensado un poco las relaciones en Villa Huerto. Piensan que estos dos nuevos miembros de Villa Huerto quitan espacio y agua a los demás. Además, el agricultor les dedica ahora casi todo su tiempo.

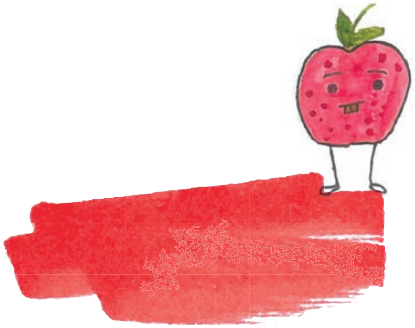
Esta lucha contra las “forasteras” hace aflorar viejas desavenencias. Por ejemplo, Limones y Naranjas ya no quieren jugar con Frutos Rojos. A Coco y Nuez les piden ayuda otras frutas para sus tareas escolares, pero luego las ignoran durante el recreo. Algunas

frutas escriben comentarios ofensivos a Sandía en sus vídeos de TikTok. Tomate incluso ha empezado a pelearse con Piña.

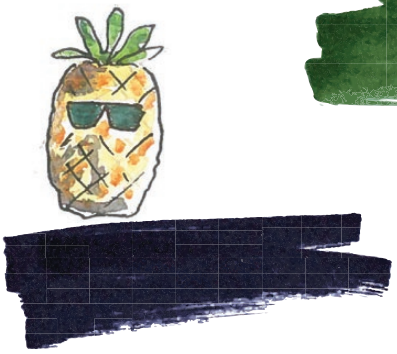
Manzana y Pera, que siempre han estado unidas, deciden que tienen que hacer algo para acabar con esta situación. No soportan que los separen a todos en grupos y que para llevarse bien con unos tengan que estar en contra de otros. Así que deciden pedirle ayuda a Almendra, a la que consideran muy sabia. Le cuentan la situación.

Almendra decide ir a la Junta de Vecinos de Villa Huerto y les pide que piensen detenidamente en la situación actual. Les sugiere que se sienten todas las frutas y verduras y que hablen entre ellas. Deben aprender a entender que todos somos diferentes y que esa es la riqueza de Villa Huerto. Son las diferencias las que nos hacen especiales. Las diferencias no son una debilidad; son una fuerza. Ofrecen una rica variedad de sabores y colores diferentes y todas las frutas y verduras aportan algo y son buenas para comer.

ACTIVIDAD PARA COMPLETAR



Junto al dibujo de cada fruta o verdura, escribe lo que crees que las hace diferentes de las demás y cuáles son sus características positivas.



FRUTAS Y VERDURAS	¿QUÉ TIENE DE BUENO CADA UNA DE ESTAS FRUTAS Y VERDURAS? ¿QUÉ LAS DIFERENCIA DE LAS DEMÁS?
Piñas	
Naranjas	
Sandías	
Cocos	
Lechuga	
Patatas	
Zanahorias	
Fresas	
Tomates	
Granadas	
Peras	
Almendras	

CUENTO 4

(ESCRITO POR NIÑOS, NIÑAS Y JÓVENES DE RUMANÍA)

Respetar los límites y el espacio personal.

Este es FUEGO. Está muy enfadado y frustrado todo el tiempo. Él no sabe por qué, es su carácter. Un día de verano, FUEGO estaba en la piscina y vio a DROPY y a su AMIGO jugando a la pelota juntos.

Tenían la pelota más bonita. ¡Parecían tan felices! Yo también quería jugar con ellos, pero no me dejaron. QUERÍA SU PELOTA SÓLO PARA MÍ. Entonces, de repente, ¡la pelota voló junto a mis pies!

Dijo DROPY:

¿Podríais devolvernos la pelota, por favor?

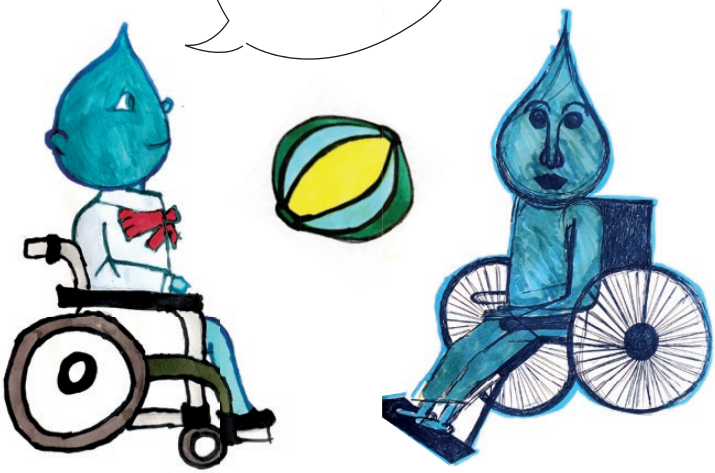
Me pregunté si debía devolverles el balón. Pero no quería hacerlo. Quería jugar con ella. No era mi pelota, pero decidí cogerla. Entonces traté de alejarme. Entonces ocurrió algo. DROPY trató de recuperar la pelota y accidentalmente lo empujé al agua. Por suerte, otra persona que estaba en la piscina consiguió atrapar a DROPY y evitar que se sumergiera en el agua.

FUEGO se alegró de que la ayuda llegara a tiempo. Se sintió apenado por lo ocurrido. Le dijo a DROPY:

Siento mucho lo que ha pasado. Me doy cuenta de que no debería haber cogido tu pelota sin permiso. Tenía muchas ganas de tener tu pelota. Lo siento mucho y me doy cuenta de que las cosas podrían haber ido muy mal cuando te caíste al agua. ¿Podemos jugar juntos?

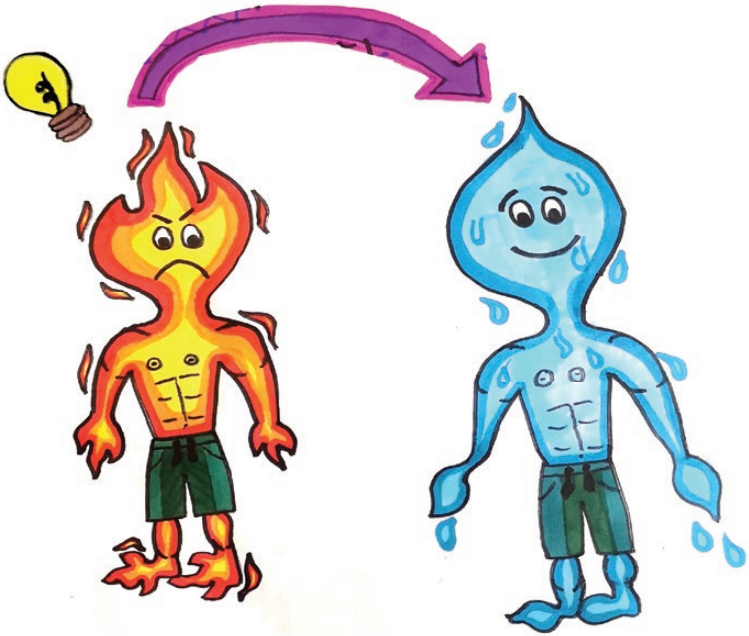
DROPY dijo:

¡Sí, claro! Juguemos todos juntos.



FUEGO entiende ahora que la rabia y los celos le llevaron a intentar coger algo que pertenecía a otro niño sin preguntarle ni pedir permiso y casi acaba en un terrible accidente. También, que hay que respetar los límites y no se puede entrar a la fuerza en el espacio de otra persona ni coger sus cosas.
Hay que pedir permiso de forma amable.

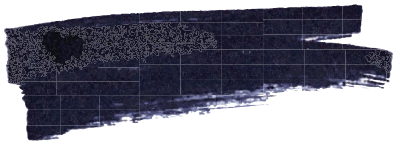
TRAS DARSE CUENTA DE SU ERROR Y PEDIR DISCULPAS, FUEGO SE CALMÓ Y, DE REPENTE, SE CONVIRTIÓ EN AGUA FRÍA.

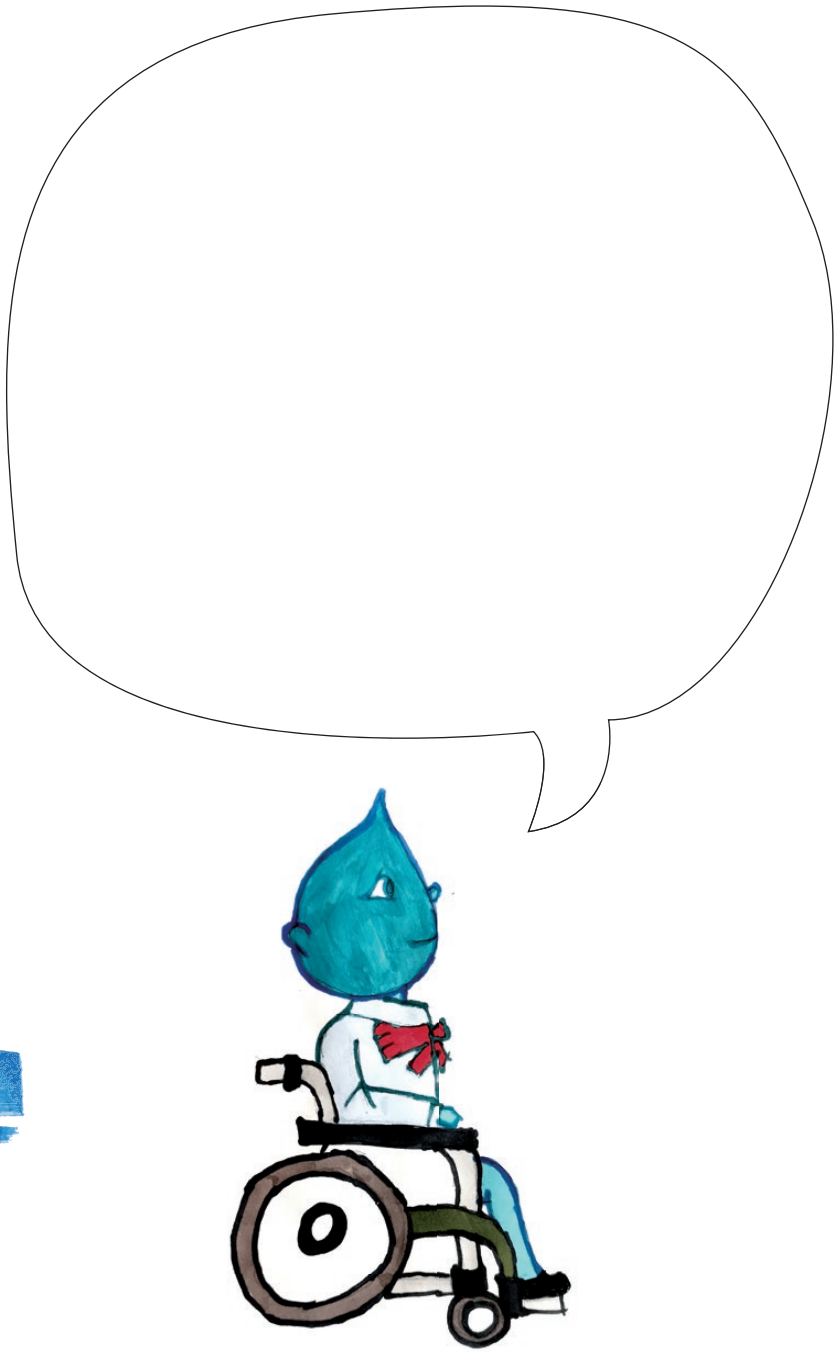


Ahora entiendo que no todo me pertenece. ¡Tengo que pensar más en la gente que me rodea! ¡Sólo debo jugar con las cosas que pertenecen a otras personas si me lo permiten! ¡"NO" significa "NO"!

ACTIVIDAD PARA COMPLETAR

Está bien decir “no” cuando no quieres compartir algo con otra persona. Al principio DROPY no quería que FUEGO cogiera la pelota y estaba preocupado porque FUEGO parecía ser alguien con quien daba miedo jugar. Hay diferentes maneras de decir “no”. ¿Se te ocurren algunas formas en las que DROPY podría haber dicho “no” a FUEGO sin dejar de sentirse seguro? Escribe en el globo de diálogo lo que crees que podría decir DROPY.



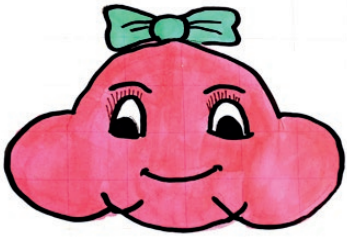


CUENTO 5

(ESCRITO POR NIÑOS, NIÑAS Y JÓVENES DE RUMANÍA)

La importancia de la autoestima.

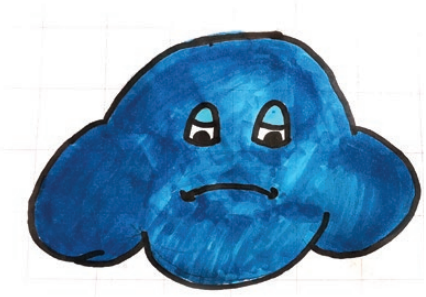
Desiré es una pequeña nube que vive en el Gran Reino. Desiré creía que era la niña más bella y poderosa de todo el mundo.



Un día, Desiré empezó a viajar, quería averiguar si había cosas en el mundo que fueran más valiosas que todo lo que ella poseía. En el camino se encontró con Luna que era considerada la persona más sabia del Cielo.

Luna le hizo una pregunta: "¿Qué es más importante para ti: ser rica o ser feliz?" Desiré respondió: "Siempre he creído que tener dinero me haría muy feliz. Pero si lo pienso, realmente, lo que me hace infeliz es no tener amigos o amigas de verdad".

Luna se sintió feliz con la respuesta. Le dijo que continuara su viaje y que descubriera más sobre lo que es realmente importante en la vida.

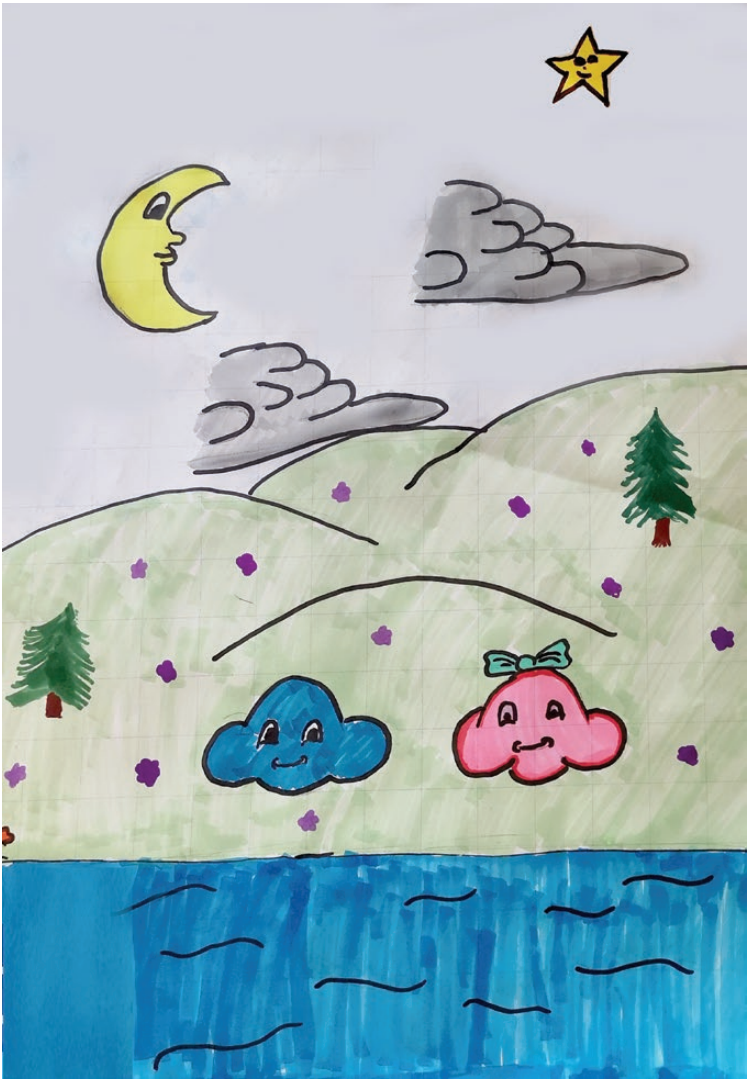


De repente, se acerca una tormenta y Desiré fue arrastrada por el viento. Acaba en la orilla de un hermoso lago. Allí conoce a otra nube llamada Will, y se hacen amigos.

Desiré le cuenta a Will la historia de su vida y se dan cuenta de que tienen experiencias similares. Will le habla a Desiré del Pequeño Reino. Este es el lugar donde sintió que no era bueno en nada. Así que decidió iniciar un viaje para descubrirse a sí mismo.

Durante su viaje, Will, conoció a Estrella Fugaz. Estrella Fugaz le preguntó por qué sentía que no tenía autoestima y pensaba que no era bueno en nada.

Will respondió: “En el pasado, todos los niños y niñas con los que jugaba se reían de mí todo el tiempo porque no era bueno en los juegos. Por eso no quería jugar más”. Después de escuchar la historia, Estrella Fugaz le concedió a Will un deseo. Will deseaba tener más confianza en sí mismo para que no le afectara tanto cuando otros niños o niñas se burlaran de él.



Los dos viajes unieron a Will y Desiré y ambos llegaron a la conclusión de que tener autoestima es importante cuando se trata de construir amistades felices.

ACTIVIDAD PARA COMPLETAR

¿Puedes identificar las palabras de la sopa de letras para rellenar los huecos de la frase?
Así descubrirás lo que Will y Desiré aprendieron en sus viajes.
Ahora puedes comprobar tu respuesta si le das la vuelta a esta página.

Un niño/a F_ _ _Z (1) que es S_G_ _O (2) y C_ _ S_ _E_ _E (3) de sí mismo/a y de sus propios L_M_T_S (4) será menos propenso/a a D_ _A_ (5) a otros/as.

Ñ	I	O	B	R	H	Z	L	Ñ	L
C	O	N	S	C	I	E	N	T	E
X	U	G	S	F	E	L	I	Z	D
J	E	W	Q	E	S	G	Ñ	W	A
O	A	B	A	E	T	P	U	J	Ñ
T	Y	I	G	D	V	I	Y	B	A
O	J	U	Z	X	K	I	M	F	R
I	R	T	Z	X	Ñ	Z	C	I	Z
O	H	C	R	A	H	N	I	O	L
I	S	Y	K	I	K	I	Q	A	A

(1) FELIZ; (2) SEGURO; (3) CONSCIENTE; (4) LÍMITES; (5) DAÑAR

CUENTO 6

(ESCRITO POR NIÑOS, NIÑAS Y JÓVENES DE FRANCIA Y BÉLGICA)

¿A quién pueden recurrir niños, niñas y jóvenes?

Cuatro chicos, que son los mejores amigos, están juntos de vacaciones y se divierten durmiendo en literas. Uno de sus cuidadores les dice: “buenas noches”.

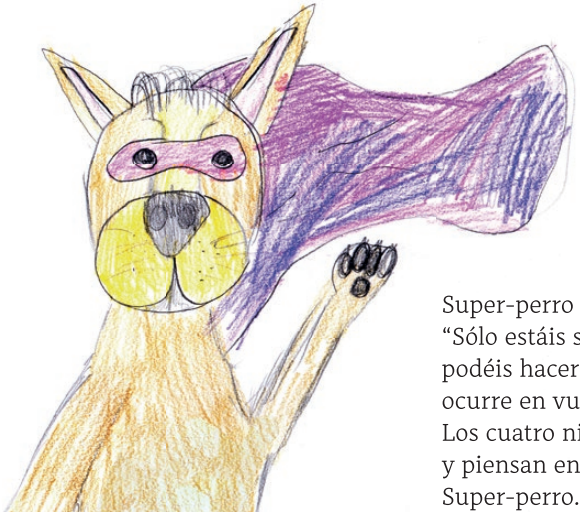
Uno de los amigos ha estado teniendo algunos problemas con otros niños de su clase. Se han burlado mucho de él. Ahora sueña con esto. En su sueño, otro niño se está burlando de ellos y diciendo: “¡Oh, eres un gordo!”.

Otro de los amigos también tiene una pesadilla. En su sueño están en el parque. Se esconden detrás de un muro y observan a un niño y una niña. Oye que el chico dice: “¡Somos novios, así que debemos besarnos!”. Pero la chica responde: “¡No, no quiero!”. Sin embargo, el chico la ignora y empieza a intentar besarla. El niño que sueña no entiende si esto es un mal comportamiento o no.

El tercer amigo también tiene un sueño infeliz. Sueña que están rodeados de otros niños que les insultan porque vienen de país diferente. Todos se ríen y cantan canciones horribles sobre los extranjeros. No saben cómo hacer que esto pare.

El cuarto amigo tiene un sueño muy diferente. Están persiguiendo a un niño mucho más pequeño e intentan robarle su bolsa de chucherías.

En la puerta del armario del dormitorio hay una foto de un Super-perro. De repente, Super-perro cobra vida y sale del marco del cuadro.



Super-perro dice a los niños: “Sólo estáis soñando. Pero, ¿qué podéis hacer para parar lo que ocurre en vuestros sueños?”. Los cuatro niños se despiertan y piensan en cómo responder a Super-perro.

El primer amigo responde a Super-perro. Dice que es importante no quedarse con lo que pasa dentro de uno. Dice que debería escribir una carta explicando lo que han estado viviendo y compartirla con alguien que pueda ayudarles.

El segundo amigo le dice a Super-perro que iría a buscar a un adulto de confianza y le pediría consejo. Le preguntarían: "¿Es normal obligar a alguien a besarte?". Quieren entender qué es un comportamiento correcto y qué es un comportamiento incorrecto.

El tercer amigo le dice a Super-perro que la próxima vez que vean a su entrenador, que les cae bien y en el que confían, le dirán: "¿Puedo hablar contigo de algo?" Y le contarían lo que les pasa.

El cuarto amigo le dice a Super-perro que irían a buscar al niño al que perseguían y le pedirían perdón. Se dan cuenta de que está mal acosar e intimidar a otros niños o niñas.

ACTIVIDAD PARA COMPLETAR

Verdadero o falso:
¿Qué es una persona de confianza?

Alguien que no te juzgue	*Alguien que te hace sentir incómodo/a*
Alguien que cuenta todos tus secretos a los demás	*Alguien que respeta tus límites*

Puedes comprobar tus respuestas en la página siguiente.

VERDADERO

Una persona de confianza no juzga tus acciones ni lo que le cuentas

FALSO

Una persona de confianza te hace sentir bien

FALSO

Una persona de confianza debe guardar tus secretos. En algunos casos, debe contarlo, pero solo a quienes deben conocer la situación para ayudar o solucionarla

VERDADERO

Una persona de confianza nunca te obliga a hablar o hacer algo que no quieres hacer

AGRADECIMIENTOS

©Aldeas Infantiles SOS Internacional, 2022
Publicado en Austria por Aldeas Infantiles SOS Internacional.

Primera edición publicada en octubre de 2022.

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada en un sistema de recuperación, o transmitida, en cualquier forma y por cualquier medio, sin el permiso previo por escrito de Aldeas Infantiles SOS, o según lo permitido expresamente por la ley, o bajo los términos acordados con la organización de derechos reprográficos correspondiente. Las consultas en primera instancia sobre la reproducción fuera del ámbito de lo anterior deben enviarse a Aldeas Infantiles SOS Internacional a la dirección que figura a continuación.

Aldeas Infantiles SOS Internacional
Hermann-Gmeiner-Str.51
A-6020 Innsbruck, Austria
Correo electrónico: train4childrights@sos-kd.org

Autores principales
Niños, niñas y jóvenes de Bélgica, Francia, Italia, Rumanía y España que participan en el proyecto “Infancia Segura: prevención y respuesta a la violencia entre iguales “.

Editores
Dra. Chrissie Gale y Evelyn Vrouwenfelder

Diseño y maquetación
Bestias Design

Esta publicación se ha realizado con el apoyo financiero de la Unión Europea. Su contenido es responsabilidad exclusiva de Aldeas Infantiles SOS y no refleja necesariamente la opinión de la Unión Europea.

Cofinanciado por el Programa de Derechos, Igualdad y Ciudadanía (REC) de la Unión Europea.

Vídeos didácticos del proyecto en Youtube

SOS CHILDREN'S VILLAGES

Co-funded by the Rights, Equality and Citizenship (REC) Programme of the European Union

Applying Safe Behaviours

PREVENTING AND RESPONDING TO PEER VIOLENCE