

# Pisando fuerte por la paz

Guía para hablar de la guerra con niños, niñas y adolescentes

"Para lograr la paz en el mundo,  
hay que empezar por la infancia."

Mahatma Gandhi



ALDEAS  
INFANTILES SOS

# ¿Qué voy a encontrar en esta guía?

El **objetivo** es que las personas adultas trabajen con niños, niñas y adolescentes para fomentar el conocimiento sobre los derechos de la infancia, especialmente el derecho a vivir en paz.

## 1. Introducción

1.1 ¿Qué es Pisando fuerte por la Paz?

1.2. Conociendo los derechos de la infancia

¿Cómo explicar a los niños sus derechos de forma sencilla?

Actividad 1. El mural de los derechos

## 2. Cómo hablar de 'guerra' y 'paz' con niños

2.1 Consejos para guiar la conversación

Actividad 2. Zapatos por la paz

Actividad 3. ¿Qué puedo hacer yo?'

## 3. ¿Qué significa vivir en paz?

Actividad 4. Dibuja la paz

## 4. Otras herramientas: libros y películas



# 1. Introducción

## 1.1. ¿Qué es Pisando fuerte por la Paz?

Desde Aldeas Infantiles SOS creemos que ya es hora de escuchar las voces de los niños. Por eso organizamos la acción "Pisando fuerte por la paz". Con esta iniciativa reclamamos que todos los niños vivan en paz, tanto los que sufren la guerra como los que lo pasan mal por el dolor de sus iguales. Dando golpes con los pies en el suelo, pueden expresarse, saber que se les escucha y defender sus derechos.

También pueden llamar la atención sobre el devastador impacto de los conflictos armados en los niños de todo el mundo y pedir que se tomen medidas para garantizar la seguridad de todos los niños, de acuerdo con los derechos fundamentales de la infancia.

## 1.2. Conociendo los derechos de la infancia

En 2024 la Convención sobre los Derechos del Niño celebra su 35 aniversario el 20 de noviembre. Por desgracia, esta no recibe ni la atención ni el respeto que merece. En todo el mundo, más de 400 millones de niños, niñas y adolescentes son víctimas de conflictos armados y en muchos países se violan sus derechos. La desigualdad es cada vez mayor, y los derechos de demasiados niños se ignoran y vulneran sistemáticamente.



## 1.2.1 ¿Cómo explicar a los niños sus derechos de forma sencilla?

Explicar los derechos de la infancia puede ser enriquecedor si se adapta el lenguaje a la edad y las experiencias de los niños. Los derechos de la infancia, tal como están recogidos en la Convención sobre los Derechos del Niño, son principios que garantizan que todos los niños tengan una vida digna, segura y feliz. A continuación, te proponemos una lista de derechos explicados de forma sencilla, junto con ejemplos para ayudar a los niños a comprender su significado.



### 1. Derecho a la educación

*"Tienes derecho a ir a la escuela y aprender cosas nuevas".*

**Ejemplo:** En el colegio, además de aprender matemáticas o lengua, descubrimos nuestros talentos y hacemos amigos. La educación es un derecho porque te ayuda a crecer y te prepara para el futuro.



### 2. Derecho a jugar y descansar

*"Tienes derecho a jugar, divertirse y descansar cada día".*

**Ejemplo:** Jugar nos hace sentir bien y es una forma de hacer amigos. Descansar también es necesario para tener energía y salud.



### 3. Derecho a la protección

*"Tienes derecho a vivir en un lugar seguro y a que nadie te haga daño".*

**Ejemplo:** Esto significa que los adultos deben cuidar de ti y asegurarse de que no estés en peligro. Si te sientes inseguro, puedes hablar con alguien de tu familia u otro adulto en quien confíes.



### 4. Derecho a la salud

*"Tienes derecho a que te cuiden cuando estás enfermo".*

**Ejemplo:** Si te enfermas, tus padres o adultos a cargo deben asegurarse de que recibas la atención médica que necesitas.



### 5. Derecho a una familia

*"Tienes derecho a vivir con personas que te cuiden y te quieran".*

**Ejemplo:** Vivir en familia, ya sea con tus padres, abuelos u otros adultos responsables, es importante para sentirte seguro y amado.



### 6. Derecho a dar tu opinión

*"Tienes derecho a decir lo que piensas y a que te escuchen".*

**Ejemplo:** Esto significa que, si tienes una idea o algo que quieres expresar, los adultos deben escucharte y tomar en cuenta lo que dices, aunque no siempre se decida lo que tú quieres.



### 7. Derecho a no ser discriminado

*"Tienes derecho a ser tratado con respeto, sin importar de dónde vienes o cómo eres".*

**Ejemplo:** Esto significa que no importa tu raza, color de piel, sexo, idioma, religión, nacimiento, posición económica, todos deben tratarte de la misma manera, con respeto y sin hacer diferencias.



### 8. Derecho a tener un nombre y una nacionalidad

*"Tienes derecho a tener un nombre y a ser parte de un país".*

**Ejemplo:** Desde que naciste, tienes un nombre que te identifica y formas parte de un país o nación, y esto te da derechos y oportunidades.



### 9. Derecho a ser protegido

*"Tienes derecho a tener protección si vives en un lugar donde hay guerra o desastres naturales".*

**Ejemplo:** Los niños deben recibir ayuda y protección extra en situaciones de emergencia. Esto incluye ayuda para estar seguro, alimentos y acceso a la educación, incluso en situaciones difíciles.



### 10. Derecho a tener una identidad

*"Tienes derecho a ser tú mismo, a tener tus gustos y personalidad".*

**Ejemplo:** Cada niño tiene derecho a ser quien es, a expresar sus gustos y sus ideas sin miedo a ser juzgado. Es parte de lo que te hace único y especial.

## Actividad 1

### El mural de los derechos

#### Objetivo:

Esta actividad busca que los niños y niñas comprendan sus derechos fundamentales y los visualicen de una manera creativa. Al trabajar juntos en un mural, no solo aprenden sobre sus derechos, sino que también desarrollan habilidades como la empatía y comunicación.

#### Descripción de la actividad:

Invita a los niños a participar en la creación de un mural colaborativo que represente los derechos de la infancia. Cada niño puede ilustrar uno de los derechos y agregarlo al mural.

#### Materiales necesarios:

- Cartulinas grandes o papel kraft para usar como base del mural.
- Hojas de papel de diferentes colores para hacer las ilustraciones individuales.
- Rotuladores, lápices de colores, crayones y pinturas.
- Pegamento y tijeras.
- Revistas para recortar imágenes o palabras.
- Cinta adhesiva o chinchetas para colocar el mural en la pared.
- Plantillas o carteles pequeños con los nombres de cada derecho (opcional).

#### Lugar para realizarla:

Esta actividad puede hacerse en el aula de un centro escolar, en casa o en cualquier espacio comunitario donde los niños pasen tiempo. El mural puede colocarse en un lugar visible, como un pasillo o pared.



## 2. Cómo hablar de 'guerra' y 'paz' con niños

Explicar la guerra y la paz requiere sensibilidad y adaptación según su edad. Estos conceptos pueden introducirse de forma sencilla y utilizando el lenguaje adecuado para cada etapa del desarrollo. Aquí encontrarás cómo explicar estos términos a niños y niñas de diferentes edades y sugerencias para abrir diálogos de forma positiva y constructiva.

### De 3 a 6 años: nos enfocamos en las emociones

**Cómo explicarlo.** A esta edad, aún no comprenden conceptos complejos como la guerra y la paz en términos históricos o políticos. Es importante hablar de la paz como algo positivo que permite a todos estar tranquilos, sin peleas, y de la guerra como algo que produce tristeza y separación.

**Ejemplo.** "La paz es cuando las personas se llevan bien y se ayudan. Cuando hay paz, todos estamos tranquilos. La guerra es cuando algunas personas pelean entre sí y eso puede causar mucha tristeza a otros".

### De 7 a 9 años: introducción a la paz y al respeto en las relaciones con los demás

**Cómo explicarlo.** En esta edad empiezan a entender mejor los conflictos. Puedes hablar de la paz como la capacidad de resolver problemas hablando y buscando soluciones justas para todos. Explica que la guerra sucede cuando los adultos no logran ponerse de acuerdo de manera pacífica.

**Ejemplo.** "La paz es cuando las personas hablan sobre sus problemas y buscan soluciones juntos. En cambio, cuando no logran ponerse de acuerdo, puede haber peleas muy fuertes llamadas guerras. Las guerras no son buenas porque causan mucho dolor y miedo".

### De 10 a 12 años: comprensión de la guerra y la paz en el mundo

**Cómo explicarlo.** A esta edad pueden comprender la guerra y la paz en un contexto más amplio. Habla de la paz como un valor que permite el respeto y la convivencia en el mundo. Explica que las guerras son conflictos entre países o grupos de personas que no encuentran otra manera de resolver sus problemas. Menciona también que existen tratados y acuerdos internacionales para proteger a la infancia y a las familias en situaciones de guerra.

**Ejemplo.** "La paz permite que las personas puedan vivir juntas, respetándose. Cuando los países tienen problemas y no pueden resolverlos hablando, a veces ocurre la guerra, que es un conflicto muy grande. Las guerras causan mucho sufrimiento, especialmente a los niños, y por eso es tan importante buscar siempre la paz".

### 2.1. Sigue estos consejos para guiar la conversación sobre la guerra

**1. No le quites importancia a las cosas.** No es necesario compartir todo al detalle, tengan la edad que tengan, pero las mentiras también son innecesarias. Reconoce sus sentimientos de preocupación y hazles saber que tú también los compartes. Si te preguntan cosas concretas, como "¿morirá gente?", sé sincero: "Realmente espero que no, pero podría ocurrir".

**2. No necesitas tener todas las respuestas, también vale un "no lo sé".** ¿Cuánto puede durar esta guerra, cuántas personas se verán afectadas...? Son cosas que nadie sabe, así que no te las inventes ni intentes adivinarlas. Reconoce lo que no sabes y reconoce también los sentimientos de preocupación e impotencia que puede provocar esa incertidumbre.

**3. Déjales sacar sus propias reflexiones acerca de la guerra y de los conflictos.** Sea cual sea nuestra opinión, si expresamos una opinión cerrada delante de ellos, podrían tomar lo que decimos como un hecho. Si les decimos que las guerras ocurren porque la gente mala es mala con la gente buena, ¿estamos haciendo justicia a la complejidad de un conflicto? Incluso si está claro que una persona tiene razón y otra no, ¿les ayudaría saber que tal vez se esté produciendo una injusticia o estaríamos aumentando su ansiedad en ese momento?

**4. Un mensaje de esperanza.** Destaca los aspectos positivos y cómo ciertas personas y organismos internacionales trabajan para dar una solución temprana a las guerras.

## Actividad 2

### Zapatos por la paz

Esta actividad les permite ponerse en el lugar de otros niños y niñas afectados por la guerra, fomentando la empatía y ayudándoles a reflexionar sobre la importancia de vivir en paz.

#### Materiales necesarios:

- Un par de zapatos de diferentes tipos y tamaños, que pueden servir como inspiración para dibujar zapatos en una cartulina o recortarlos de revistas y pegarlos en una cartulina.
- Cartulinas y lápices de colores o crayones.
- Hojas y lápices para escribir pequeñas reflexiones.

#### Instrucciones

1. Explica que esta actividad se llama 'Zapatos por la paz' porque vamos a "caminar en los zapatos" de otros niños que viven en situaciones difíciles a causa de la guerra. Comenta que la guerra hace que muchos niños tengan que dejar su hogar y hacer largos viajes sin saber a dónde van.

2. **Dibujo de zapatos.** Invítalos a dibujar un par de zapatos en una cartulina o papel. Estos zapatos representarán los de un niño que ha tenido que dejar su hogar debido a la guerra.

3. **Reflexión.** Pídeles que piensen y escriban, en una frase corta, cómo se sentirían si estuvieran en esos zapatos y cómo creen que les gustaría que los trataran los demás. Puedes preguntar:

- "¿Cómo te sentirías al tener que dejar tus juguetes y amigos?"
- "¿Qué te gustaría que otros niños hicieran para ayudarte a sentirte mejor?"

4. **Compartir.** Coloca todos los dibujos y reflexiones en un mural o tablero, creando un "Camino de zapatos por la paz".



## Actividad 3

### ¿Qué puedo hacer yo?

Ayudarles a comprender que, aunque no puedan detener una guerra, sí pueden promover la paz en su entorno inmediato. Esta actividad les permite identificar pequeñas acciones con las que pueden contribuir a un ambiente pacífico y respetuoso.

#### Materiales necesarios:

- Cartulinas de colores o papel.
- Tijeras.
- Marcadores o lápices de colores.
- Cinta adhesiva o pegamento para fijar en el mural.

#### Instrucciones

1. Explica que todos, incluso los niños, pueden contribuir a la paz con sus acciones diarias. Habla sobre cómo cosas simples, como ayudar a un amigo, ser amable o resolver los problemas sin pelear, son formas de vivir en paz.

2. **Lluvia de ideas.** Pídeles que piensen en cosas que ellos pueden hacer para promover la paz en su entorno.

3. **Carteles.** Que escriban o dibujen su compromiso en una hoja de papel o cartulina de colores. Algunos ejemplos de compromisos pueden ser los siguientes: “ser amable con todos” o “ayudar a mis amigos”. Puedes ayudar con frases sencillas que resuman sus ideas.

4. **Crear un libro.** Coloca estos compromisos en un libro/álbum creado entre todos donde puedan ver sus acciones y recurrir a ellas cuando escuchen hablar o vean un conflicto, para así contribuir a un ambiente pacífico. De esta forma, los niños y niñas recordarán diariamente sus compromisos.





# 3. ¿Qué significa vivir en paz?

Vivir en paz no solo significa la ausencia de guerra o violencia, sino también disfrutar de un entorno donde todos se respetan, se sienten seguros y tienen la oportunidad de crecer felices. La paz es un valor fundamental que ayuda a que las personas, familias y comunidades puedan convivir sin conflictos y con respeto mutuo.

La paz...

### Es respetar a los demás

Explícales que vivir en paz implica respetar las ideas, gustos y espacio de los demás. Por ejemplo, si su hermano o hermana quiere jugar a un juego diferente, pueden aprender a turnarse o buscar uno que les guste a ambos.

### Es no usar la violencia para resolver problemas

La paz significa resolver los conflictos de manera tranquila y sin agresiones. Enséñales que cuando tienen un problema con un compañero, pueden hablar y expresar cómo se sienten, en lugar de recurrir a empujones, gritos o insultos. Dialogar es una forma de encontrar soluciones pacíficas.

### Es ser amables y solidarios

Ser amable con los demás y ayudar cuando alguien lo necesita también es una forma de contribuir a un entorno pacífico. Cuando un amigo se siente solo o triste, acercarse para preguntar cómo está o acompañarlo un rato puede mejorar su día.

### Es sentirse seguro y querido

Vivir en paz significa estar en un entorno donde se sientan seguros y queridos. Explica que las personas que nos rodean, como la familia, los amigos y los profesores, nos protegen y nos cuidan, y que eso ayuda a que todos nos sintamos tranquilos y felices.

### Es escuchar y ser escuchado

Ser escuchado y escuchar a los demás sin interrumpir ni juzgar es una forma crucial para contribuir a la vida en paz. Este intercambio ayuda a que todos nos sintamos valorados.

### Es tener un espacio para la tranquilidad

A veces, necesitamos un lugar o un momento para estar tranquilos y respirar. Crea espacios de paz en casa o en el aula donde los niños y niñas puedan sentarse a leer, a pintar o, simplemente, a relajarse si necesitan un tiempo a solas. Esto les ayuda a reconocer la importancia de momentos de calma en su día a día.



## Actividad 4

### Dibuja la paz

Animálos a hacer un dibujo de lo que significa para ellos “vivir en paz”. Puede ser jugar al aire libre, pasar tiempo en familia o estar rodeado de amigos. Comparte estos dibujos y habla acerca de ellos en grupo para reforzar el concepto de paz.

#### Materiales necesarios:

- Hojas de papel o cartulina.
- Lápices, colores, rotuladores y ceras.
- Tijeras (opcional, para recortar).
- Pegamento (opcional).
- Espacio en el aula o en casa para exponer los dibujos.

#### Discusión en grupo

Reúne al grupo en círculo para que compartan sus dibujos con los demás y para que expliquen brevemente por qué han elegido esa imagen para representar la paz. Algunas preguntas que pueden servir para guiar la conversación son las siguientes:

- ¿Por qué has elegido ese momento o lugar para representar la paz?
- ¿Cómo te sientes cuando estás en ese lugar o con esas personas?
- ¿Qué crees que es importante para que todos podamos vivir en paz?



## 4. Otras herramientas: libros y películas

Los libros y las películas, como formas de expresión artística, son herramientas poderosas para ayudar a los niños y niñas a entender temas complejos. Este apartado ofrece una selección de libros y películas recomendadas para diferentes edades que abordan temas relacionados con la paz, el respeto y los efectos de la guerra en la infancia. Cada obra viene con sugerencias de actividades y preguntas para abrir un diálogo entre adultos y niños:



### Libros

#### *Ana Frank me llamo*, Merce Gali y Carmen Gil

**Edad recomendada:** a partir de los 9 años.

**Temática:** la vida de una niña judía durante la Segunda Guerra Mundial.

**Descripción:** uno de los testimonios más impresionantes del Holocausto judío fue protagonizado por una niña alemana que murió a los 16 años en un campo de concentración. En su diario recogió su experiencia personal: el periodo en que vivió oculta en una casa, con su familia y otras personas, intentando eludir la persecución a que los alemanes sometían a los judíos.

**Actividad:** invita a los niños a escribir su propio diario de agradecimientos por las cosas que valoran en su vida diaria.



#### *Cuando brillan las estrellas*, Victoria Jamieson y Omar Mohamed

**Edad recomendada:** a partir de 10 años. Es ideal para preadolescentes y adolescentes, ya que aborda temas complejos de forma accesible y reflexiva.

**Temática:** migración, guerra, superación y amistad.

**Descripción:** la esperanza, la angustia y el humor amable conviven en esta novela gráfica sobre la infancia que Omar y su hermano Hassán vivieron en un campo de refugiados de la ONU en Kenia.

**Preguntas para reflexionar:** si tuvieras la oportunidad de hablar con Omar, ¿qué te gustaría preguntarle o decirle? / ¿Cómo crees que se sintió Omar al tener que huir de su hogar y vivir en un campo de refugiados?



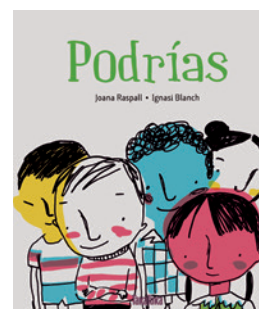
#### *Podrías*, de Joana Raspall e Ignasi Blanch

**Edad recomendada:** a partir de 6 años.

**Temática:** empatía, igualdad y derechos de la infancia.

**Descripción:** es una sencilla reflexión en forma de verso sobre la condición humana, dirigida a pequeños y a adultos; un emotivo homenaje a todas las personas que han tenido que abandonar su casa involuntariamente.

**Preguntas para reflexionar:** ¿cómo te imaginas que sería tu vida si hubieras nacido en un lugar donde los niños no pueden ir a la escuela o no tienen suficiente comida? / ¿Qué derechos crees que tiene todo niño o niña, sin importar dónde viva?



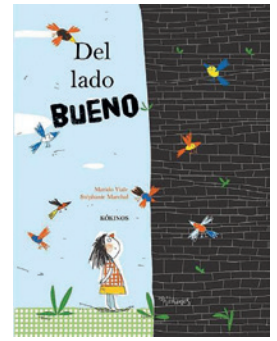
## Del lado bueno, de Marido Viale y Stéphanie Marchal

**Edad recomendada:** a partir de 7 años.

**Temática** resiliencia, optimismo, empatía y superación.

**Descripción:** relata la historia de un niño que, al enfrentar situaciones que lo desafían o lo incomodan, aprende a ver el lado positivo de cada experiencia. La historia y las ilustraciones muestran que siempre existe una perspectiva optimista que ayuda a crecer y a enfrentarse a los obstáculos con valor.

**Preguntas para reflexionar:** ¿qué consejo le darías a un amigo que esté pasando por un momento difícil? / ¿Qué personajes del libro crees que ayudan al protagonista a ver el lado bueno? ¿Por qué?



## El festín de la muerte, Jesús Díez de Palma

**Edad recomendada:** a partir de 14 años. Este libro está dirigido a un público adolescente y joven, debido a su enfoque realista y crudo sobre la guerra.

**Temática:** guerra, violencia, pérdida, resistencia y humanidad.

**Descripción:** da igual que estés en Polonia, en Alemania o en Rusia. No importa que seas un niño o un adulto, una promesa del fútbol o un soldado enrolado a la fuerza. Ni las balas ni las bombas hacen distinciones y quien dispara a veces también es una víctima.

**Preguntas para reflexionar:** ¿qué emociones te generaron las historias de los personajes que aparecen en el libro? / ¿Qué crees que quiere mostrar el autor al llamarlo 'El festín de la muerte'?



## Películas

### La guerra de los botones, Yves Robert

**Edad recomendada:** a partir de los 10 años.

**Temática:** guerra, infancia, vecindad, simbolismo.

**Descripción:** basada en una novela homónima de Louis Pergaud, esta historia divertida pero profunda muestra cómo los niños imaginan la guerra cuando juegan. Al final se reflexiona sobre la amistad y la resolución de conflictos.

**Actividad:** después de ver la película, organiza una charla sobre cómo resolver conflictos de forma pacífica y qué sienten los niños cuando surgen peleas.



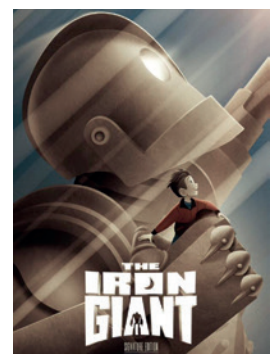
### El gigante de hierro, Brad Bird

**Edad recomendada:** a partir de los 6 años.

**Temática:** amistad, tolerancia y el poder de la paz.

**Descripción:** esta película cuenta la historia de un niño que se hace amigo de un robot gigante en plena Guerra Fría. Es ideal para hablar sobre el miedo, la guerra y cómo la amistad puede cambiar a las personas.

**Actividad:** después de ver la película, organiza una actividad donde cada niño comparta una acción de paz que pueden realizar en su vida cotidiana.



## El niño con el pijama de rayas, Mark Herman

**Edad recomendada:** a partir de los 12 años.

**Temática:** Segunda Guerra Mundial, amistad e inocencia.

**Descripción:** esta historia muestra la amistad entre dos niños que viven a ambos lados de un campo de concentración, resaltando la inocencia infantil frente a los prejuicios.

**Actividad:** dialogar sobre cómo los niños pueden ver a cada persona sin prejuicios y con una mentalidad abierta.



## La ola, Dennis Gansel

**Edad recomendada:** a partir de 15 años, ya que contiene temas complejos de ideología y manipulación, además de tensión y violencia psicológica.

**Temática:** manipulación e influencia de las ideologías de masas.

**Descripción:** esta película trata sobre un profesor que realiza un experimento social en clase para explicar cómo funcionan los regímenes totalitarios. Pero pierde el control de la actividad cuando los estudiantes adoptan las actitudes y comportamientos de un sistema autoritario, lo que afecta gravemente a sus vidas y relaciones.

**Preguntas para reflexionar:** ¿cómo podemos resistir la presión de actuar de cierta forma solo porque los demás lo hacen? / ¿Qué podemos aprender de los errores que cometieron los personajes?



## Aquel no era yo, Esteban Crespo

**Edad recomendada:** a partir de 13 años.

**Temática:** niños soldados, redención y perdón en situaciones extremas.

**Descripción:** el cortometraje cuenta la historia de Paula, una cooperante que es capturada junto a su pareja por un grupo de niños soldados liderados por un brutal comandante. A través del personaje de Kaney, un niño soldado, se muestra la lucha por recuperar la humanidad y la inocencia perdida en medio del conflicto armado.

**Preguntas para reflexionar:** ¿por qué crees que algunos niños son obligados a convertirse en soldados? / ¿Cómo piensas que afecta a los niños crecer en un entorno de violencia?



## Mila, Cinzia Angelini

**Edad recomendada:** desde los 10 años

**Temática:** infancia, pérdida, resiliencia e imaginación en tiempos difíciles.

**Descripción:** este cortometraje trata sobre Mila, una niña que vive en una ciudad italiana en la Segunda Guerra Mundial. A través de su perspectiva infantil, la historia muestra cómo ella utiliza su imaginación para escapar de los horrores de la guerra, en busca de la esperanza y belleza en un entorno devastado.

**Preguntas para reflexionar:** ¿qué crees que significa la guerra para un niño o niña? / ¿Cómo crees que Mila enfrenta sus miedos y emociones?

