**Procuraduría Federal de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes**

**Dirección General de Normatividad, Promoción y Difusión de los**

**Derechos de Niñas, Niños y adolescentes**

**Habilidades y Actividades de Buen Trato a Niñas, Niños y Adolescentes para dar respuesta a los Resultados de la Consulta Nacional 2022 ¿Me Escuchas?**

****

Reporte Nacional ¿Me escuchas? 2022 Consulta Nacional a Niñas, Niños y Adolescentes

Es un gusto presentar este material elaborado especialmente para ustedes, que busca contribuir como una herramienta más de apoyo en las actividades que llevan a cabo los Sistemas DIF y Procuradurías de Protección de Niñas, Niños y Adolescentes de las entidades federativas y municipios, en la estrategia de promoción del buen trato a niñas, niños y adolescentes en las familias, y que de igual manera va de la mano con los resultados de la Consulta Nacional 2022 ¿Me Escuchas?; que como es de su conocimiento, constituyó un valioso ejercicio que favoreció el derecho de participación de niñas, niños y adolescentes de nuestro país, y escuchar su opinión en diferentes temas de su interés que nos impulsa a sumarnos a dar respuesta de manera inmediata, con certeza y compromiso enfocada en dos preguntas:

|  |  |
| --- | --- |
| ***1. Lo que les hace felices*** | ***2. Lo que les preocupa*** |
| Respecto de lo que más les hace sentir felicidad, cinco de cada 10 niñas, niños y adolescentes refirieron **la convivencia con sus familiares**; seguida de **juga**r, con 45.66%; y en tercer lugar dijeron **estar con sus amigas y amigos**, con un 36.61%. Otros temas mencionados fueron realizar **actividades recreativas o deportivas, aprender cosas nuevas y tener espacios** públicos seguros como parques, calles, escuelas y transportes. | La mitad de las niñas, los niños y las y los adolescentes que participaron en la consulta manifestaron como su principal motivo de **preocupación las violencias y el maltrato,** y cuatro de cada 10 indicaron que les preocupa la **contaminación y el medio ambiente.** La salud de sus familias y la de ellas y ellos aparece en tercer lugar, ya que tres de cada 10 así lo refirieron. |

**Habilidades de Buen Trato que se favorecerán:**

Dichas preguntas estarán articuladas con cinco habilidades para favorecer relaciones y espacios de buen trato:

En cada habilidad de buen trato, se proponen acciones y actividades que podrán llevar a cabo las familias, en las escuelas y/o espacios comunitarios, adaptadas a las condiciones de la población objetivo, de los recursos y materiales que se tengan.

La duración de cada actividad puede ser de 45 a 60 minutos y realizarse en espacios abiertos o al aire libre como parques, jardines, patios, centros deportivos, recreativos y culturales o espacios cerrados como aulas escolares, salón de usos múltiples, la casa, centros de asistencia social, casas hogar entre otros.

Como parte de las estrategias pedagógicas para reforzar el proceso de enseñanza-aprendizaje, se consideraron actividades lúdicas, como elementos principales de sus vidas ya que de éstas surgen las posibilidades de expresar lo que piensan, sienten, sus sueños, metas, fantasías y realidades como parte del proceso de construcción de su identidad y del aprendizaje para su vida adulta.

***RECUERDA***

***Al inicio de cada encuentro y convivencia con niñas, niños, adolescentes y personas adultas, es importante comentarles que las actividades están encaminadas a dar respuesta a los* Resultados de la Consulta Nacional 2022 ¿Me Escuchas? al *promover y fomentar las habilidades de buen trato a niñas, niños y adolescentes con sus familias, en las escuelas y la comunidad.***

1. **TEMAS DE LA CONSULTA NACIONAL 2022 ¿ME ESCUCHAS?**
   1. **LO QUE LES HACE FELICES**

La convivencia con sus familiares, jugar, estar con sus amigas y amigos, realizar actividades recreativas o deportivas, aprender cosas nuevas y tener espacios públicos seguros como parques, calles, escuelas y transportes

* 1. **HABILIDADES DE BUEN TRATO, ACCIONES Y ACTIVIDADES A REALIZAR.**

***1.2.1. Habilidad de Apego y Amor (Amando a mi familia y a mí mismo/a)***

La habilidad de apego y amor, la comprenden mejor niñas, niños y adolescentes si las referimos como la capacidad de amar a su familia y el cuidado que le puedan tener.

Cuando se experimenta el apego y el amor, es cuando se siente protegido, aceptado, querido y saber que es escuchado con la comprensión de no ser juzgado cuando expresan tus deseos, sueños, metas y experiencias de vida.

**\*El apego y el amor te hace sentir seguro y protegido, y es porque tienes personas con las que creas lazos de amor, afecto, cuidado, confianza, aprecio y reconocimiento.**

| **ACCIONES Y ACTIVIDADES PARA PROMOVER EL BUEN TRATO A NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN SUS FAMILIAS, ESCUELAS Y COMUNIDADES** | |
| --- | --- |
| **ACCIONES PARA DAR Y RECIBIR** | **ACTIVIDADES** |
| **Día de los Abrazos**  Un abrazo es una muestra de amor y cariño hacia las personas más cercanas. La persona que recibe el abrazo recibe afecto, energía, alegría..., aunque dependiendo del contexto un abrazo también puede ser un símbolo de condolencia o consuelo.  Tiene como propósito encontrar nuevas y diferentes formar de abrazar y expresar a los otros el afecto; podemos abrazar con la mirada, inventar abrazos de animales o cosas, usar los abrazos virtuales con mensajes, iconos o símbolos, postales que envían por internet, lo más importante es que nos demos la oportunidad de abrazar la vida y darle un poco de cariño.  Un abrazo:  - No cuesta nada y no necesitas nada más que la voluntad para recibirlo o darlo.  - Te da seguridad y confianza en un momento difícil.  - Te arranca una sonrisa y alegra el corazón,  El abrazo no necesita apoyarse en palabras… y sin embargo comunica tantas cosas….  *\*Nunca dejes para mañana, si puedes abrazar a alguien hoy. ¿Qué estas esperando para hacer y hacerte el regalo de un abrazo?* — | **“Recreando abrazos; inventa tu abrazo y compártelo”**  En la hora de recreo o descanso escolar vamos a darnos un abrazo. Usa tu imaginación y creatividad e inventa tu propio abrazo y compártelo.  Niñas, niños de preescolar, primaria y adolescentes de secundaria.  **“Abrazos musicales”**  Al ritmo de la música, de algunas melodías niñas, niños y adolescentes le pueden dar un abrazo a otro/a y compartirle cómo te llamas. Continua la música y la próxima vez que se pare se abrazarán tres y se dirán su nombre, así hasta que se junten todos en un gran abrazo musical.  Después de la experiencia expresarán como se sintieron cuando recibieron un abrazo musical.  **“Cuéntanos un recuerdo o expresión de amor o afecto de tu infancia”**  Pide a tu papá, mamá, cuidador o educador que escriba o dibuje algo agradable y emotivo de tu historia de vida.  El cual se guardará en una caja especial de recuerdos agradables.  **“Los Juegos del Afecto”**  Este juego es un encuentro de mujeres y hombres adolescentes que a partir de la actividad lúdica y el trabajo en equipo, tienen la oportunidad de compartir, expresar y reflexionar alrededor de las temáticas siguientes:   * Dar y recibir afecto y amor. * Reconocimiento del otro aun cuando sean diferentes. * Expresión de sentimientos y control de impulsos. * Participación social y redes de apoyo.   Después de la experiencia realiza un conversatorio para que expresen sus comentarios y a que conclusiones llegan. |

***1.2.2. Habilidad de Reconocimiento: ¿Quién soy? ¿Qué tengo? ¿Dónde estoy? ¿Qué puedo hacer?***

Esta habilidad nos da la posibilidad de cultivar la autoconfianza, el auto-respeto y la autoestima al crear relaciones basadas en el reconocimiento amoroso mutuo y de buen trato con uno mismo(a) y con los integrantes de la familia, compañeros y profesores de la escuela, las amigas, amigos y los vecinos. Es el valor que le das a una persona por su forma de ser, sus acciones, sentimientos y lo que hace por los demás. Está directamente ligada a la identidad.

El reconocimiento va en dos caminos; uno es el **reconocernos en nuestro justo valor y el otro es poder reconocer a las demás personas sin prejuicios.**

Cuando te sientes reconocido sabes que eres único(a) e irrepetible y por lo tanto eres merecedor(a) de respeto y reconocimiento.

| **ACCIONES Y ACTIVIDADES PARA PROMOVER EL BUEN TRATO A NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN SUS FAMILIAS, ESCUELAS Y COMUNIDADES** | |
| --- | --- |
| **ACCIONES PARA DAR Y RECIBIR** | **ACTIVIDADES** |
| **Día de las Palabras**  Mucha gente elige sus palabras cuidadosamente mientras habla. Sin embargo, cuando estás nerviosa/o, irritada/o o te pones a la defensiva, puedes decir frases inconvenientes, equivocadas, agresivas u ofensivas.  Aprender a expresarse de forma emocionalmente propia y correcta nos lleva automáticamente a un cambio auténtico en nuestras relaciones personales, para ello necesitas seguir estas ideas:   * Escuchar activamente, lo que implica emplear más frecuentemente el elogio que la crítica. * Expresar con respeto y generosidad aquello que molesta, es incómodo o te hace sentir mal. * Saber agradecer los beneficios o las atenciones que tiene con uno mismo, ayudarán a fortalecer y enriquecer las relaciones con los demás, sin que nadie se sienta amenazado, vulnerable, incompetente u ofendido.   Las palabras alegres y positivas reaniman a las personas. Pronunciar palabras optimistas y esperanzadoras tiene mucha más fuerza que las palabras que tienen como destino lastimar y hacer sentir mal a otros.  *\*Palabras que han ido perdiendo su fuerza o cambiando sus significados como, por ejemplo: Por favor, Gracias, Perdón, Te amo, Estoy bien, Te comprendo, Confío en ti, Adelante tú puedes.* | **“¿Donde estés?” Escuchando la voz de niñas, niños y adolescentes**  Niñas, niños y adolescentes son reporteros y promotores con sus pares. A través de: buzones, programas de radio, preguntas directas, foros, programas de televisión, publicaciones de prensa, encuestas, juegos.  Pedirles que expresen:  ¿Qué es el buen trato?, en la escuela, en la calle, en la familia, en la comunidad, en el hospital, en el transporte público, en las tiendas, en los centros comerciales, consigo mismo(a), etc.  Se pueden usar palabras, señas, sonrisas, gestos, movimientos corporales, mimos, lenguaje braille, lengua indígena, etc.  Al final de la experiencia realizada se invita a la reflexión y análisis de la vivencia.  **Cine Foro “Trátame Bien, yo también”**  Por medio de esta actividad se busca que niñas, niños y adolescentes participen compartiendo sus opiniones y puntos de vista sobre películas escogidas previamente donde su contenido muestra la búsqueda de un buen trato y la construcción de proyectos de convivencia dentro de cada entorno de la vida cotidiana.  Después de la proyección de la película realiza un conversatorio con el fin de que expresen: ¿Qué le pareció la película? ¿Qué mensaje le deja la película para la vida cotidiana? |

***1.2.3. Habilidad de Sentido del Humor (Disfrutar la vida con una sonrisa)***

Cuando una persona es optimista, está satisfecha y brinda confianza en su entorno, estamos hablando de alguien con sentido de humor, auténtico, cordial y espontáneo.

Esas personas “te hacen bien”, porque invitan a enfrentar la adversidad de una forma diferente.

El sentido del humor posibilita la creatividad, disminuye las tensiones, se superan de mejor manera las situaciones difíciles y se aligera la vida.

Cuando se vive con sentido del humor, la apatía disminuye, así como el pesimismo, la desesperanza, la rigidez del pensamiento negativo, las preocupaciones, la tensión y la hostilidad.

El sentido del humor, no es la burla, ni herir a otras personas,, al contrario, contribuye al crecimiento y desarrollo de las personas.

**\*Permite enfrentar una situación difícil sin dejarse llevar por emociones negativas. Ayuda a crear ambientes más relajados y favorables para la toma de decisiones y la solución de conflictos, así mismo protege contra el estrés.**

| **ACCIONES Y ACTIVIDADES PARA PROMOVER EL BUEN TRATO A NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN SUS FAMILIAS, ESCUELAS Y COMUNIDADES** | |
| --- | --- |
| **ACCIONES PARA DAR Y RECIBIR** | **ACTIVIDADES** |
| **Día de las Sonrisas**  Es una invitación para que todas las personas; niños, niñas, adolescentes y adultos realicen actividades que promuevan sonreír durante todo ese día, dentro de sus casas, en las escuelas, trabajo, parques, calles, comunidades.  La sonrisa tiene un efecto multiplicador en cualquier tipo de actividad que desarrollemos. Pedir algo por favor, y acompañarlo de una sonrisa, produce un efecto muy agradable en la otra persona.  Una sonrisa, debe ser natural, y nada fingida; esta actitud es benéfica en el establecimiento de relaciones saludables y gratificantes.  La sonrisa, ilumina nuestro rostro, la que nos abre muchas puertas, puede disminuir el efecto de alguna conducta errónea que tengamos.  *\*Hagamos de este día un momento para conseguir una sonrisa de la gente que tenemos cerca y ver cómo se puede cambiar su día”.* | **Rally de la Risa**  Invitar a jugar a nuestro niño/a interior al realizar actividades chistosas, divertidas tanto individuales como en grupo donde se provoque reírnos de nosotros mismos, reírnos con el otro y "no del otro".  Esto es, explorar emociones placenteras y transmitirlas.  **Todo es color de risa**  Valorizar el sentido de humor como fuente de placer a través de realizar en familia, con las amigas y amigos, compañeros(as) de escuela y del trabajo actividades lúdicas y artísticas que impliquen expresiones de bienestar y agrado a través del cuento, juegos y ejercicios creativos, teatro, canto, mímica etc.  **Risaterapia**  Niños, niñas y adolescentes a divertirse y reír.  Personas adultas a divertirse y reír como cuando eran niños y niñas.  Se invita a la reflexión y análisis de la vivencia. |

1. **TEMAS DE LA CONSULTA NACIONAL 2022 ¿ME ESCUCHAS?**
   1. **LO QUE LES PREOCUPA**

**Preocupación por las violencias, el maltrato,** **contaminación y el medio ambiente.**

* 1. **HABILIDADES DE BUEN TRATO, ACCIONES Y ACTIVIDADES A REALIZAR.**

***2.2.1 Habilidad de Convivencia Pacífica (Convivir pacíficamente con mi familia, amigos y vecinos)***

Es una habilidad que ayuda a convivir de manera tranquila y en armonía con madres, padres, hermanos, primos, tíos, abuelos; amigas y amigos y vecinos, como enfrentar y manejar los problemas para llegar acuerdos, en el respeto mutuo, tratando de no hacer daño, ni dañar a los demás, estableciendo un diálogo, claro y sincero.

Es resolver las diferencias de forma no violenta, justa y tolerante, respetando las opiniones de los demás y haciendo respetar las nuestras.

**\*Proporciona equilibrio, bienestar y adaptación en cualquier lugar.**

| **ACCIONES Y ACTIVIDADES PARA PROMOVER EL BUEN TRATO A NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN SUS FAMILIAS, ESCUELAS Y COMUNIDADES** | |
| --- | --- |
| **ACCIONES PARA DAR Y RECIBIR** | **ACTIVIDADES** |
| ***Día para compartir y escuchar***  La convivencia se trata de un concepto vinculado al entendimiento armonioso de los grupos humanos en un mismo espacio.  La vida laboral y en casa es extenuante y a veces agotadora, por lo que es importante darse un tiempo para expresar en familia el amor, compartir y convivir , eso da seguridad y ayuda a ser más independientes.  El hogar es un ambiente ideal para fomentar valores de amor y unión familiar pero también de respeto al espacio de cada uno.  No pelear o discutir con tu mama, papá, hermanos, abuelos o las personas con las que vives, intenta hablar tranquilamente para resolver los problemas y los malos entendidos.  Hacer equipo con otras niñas, niños o adolescentes respetando las reglas que se acuerden.  Respetar y aceptar como piensan y sienten las personas diferentes a ti.  *\*Por medio de la enseñanza y la empatía, podemos aprender a respetar las creencias de los demás y vivir en sana convivencia* | **Espacio de diálogo en parques y jardines**  Conversaciones donde expresen como se relacionan niños, niñas, adolescentes y personas adultas.  Hablar, compartir, vivenciar, escuchar, sentir, pensando en mí, pensando en el otro, pensando en el nosotros, y preguntando  ¿Qué es el buen trato en la convivencia con mi familia, amigas y amigos?  Después de la experiencia realizar un diálogo de cómo se sienten cuando se convive como seres humanos comprendidos en sus sentimientos y escuchados en sus necesidades afectivas y sobre todo con buen trato.  **“Cuida-Acrostic del Buen Trato”**  Invitar a niñas, niños y adolescentes de escuelas, albergues, Casas hogar, Centros PAMAR, Centros de Readaptación, etc., elaboren en equipo un acróstico con la palabra Buen Trato donde escriban frases de cómo le gustaría recibir buen trato de las personas adultas que los cuidan y educan.  Después de la experiencia revisa los acrósticos con el fin de que expliquen cómo quieren ese buen trato.  Invitar a que sea exhibido el acróstico en un lugar destinado para su difusión. |

***2.2.2. Habilidad de Actitud Pro-Social (Ayudar a los demás)***

Son acciones de ayuda mutua, apoyo, cooperación, corresponsabilidad y solidaridad, tanto con uno mismo como con las demás personas. Considera el saber cuidar y proteger a la naturaleza, nuestra casa, la escuela, la colonia o comunidad donde vivimos.

Hablamos de Actitud Pro-social cuando buscamos el bien común, ya sea al interior de la familia, con los amigos y hacia la comunidad.

Decir que tenemos una actitud pro social, es tener una actitud basada en la generosidad, el desinterés y valorar a la persona por lo que es.

También está involucrada cualquier acción, hacia el ambiente; es decir, el cuidado de plantas, animales, el medio ambiente, mares, los recursos materiales, etc., para el bien de nuestro país.

**\*Contribuyen a reforzar las redes sociales de protección, con la familia, la escuela, los amigos y amigas, el vecindario y la comunidad.**

| **ACCIONES Y ACTIVIDADES PARA PROMOVER EL BUEN TRATO A NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES EN SUS FAMILIAS, ESCUELAS Y COMUNIDADES** | |
| --- | --- |
| **ACCIONES PARA DAR Y RECIBIR** | **ACTIVIDADES** |
| **Día de la Ayuda Mutua**  Es un día dedicado a tomar conciencia de que estamos más acostumbrados a recibir y volver a recibir de nuestra casa, de nuestra comunidad, de la naturaleza y del planeta en general, pero poco hemos aprendido o estamos poco habituados a hacerlo en sentido contrario, esto es a dar o devolver.  *\*Podemos empezar el día de hoy a dar un buen trato a nuestra casa, la comunidad, la naturaleza y al planeta que nos cobija y da protección.* | **“Manos a la obra”, Nuestra casa y comunidad nos necesitan**  Niñas, niños y adolescentes, proponen alguna(s) acción(es) para realizar en equipo y mejorar el entorno físico de su comunidad, casa, naturaleza, animales, etc.  Compartirán logros, beneficios, experiencias. Y sentimientos ante el dar o devolver.  **“Cuéntanos cuál es tu idea, para que tu municipio, tu estado y México, sean un entorno más saludable”**  ¿Qué necesita tu comunidad para ser un lugar seguro? ¿Qué haces tú para mejorarlo? ¿Cómo lo ayudas?  Qué piensan niños, niñas y adolescentes y las personas adultas comparte con tus familiares o amigas y amigos  **”Deseos de Buen trato para mi País México”**  Colocar papelitos de colores en un tendedero con deseos de buen trato |