**GUÍA** — FORMACION EN DERECHOS Y **DESARROLLO PERSONAL**

**Título:** *"Recursos y Decisiones que nos protegen"*

**Población objetivo:** Niñas y niños de 10 a 13 años y 11 meses

**Área / eje transversal:** Derecho a una salud mental y física, derecho al libre desarrollo de la personalidad, al ejercicio de la libertad y autonomía a una vida libre de violencias.

**Duración estimada:** 90 minutos

**Modalidad:** Presencial (aula, espacio comunitario o espacio institucional)

**Dirigida a niñas y niños de 10 a 14 años**

Justificación

El consumo de drogas, las adicciones y la trata de personas son problemáticas que afectan gravemente la vida de niñas, niños y adolescentes. Sin embargo, es posible prevenirlas fortaleciendo factores protectores como la autoestima, la capacidad de tomar decisiones responsables, la comunicación clara, la confianza en adultos de apoyo y la valoración de proyectos de vida. Esta guía propone actividades lúdicas y participativas que permiten reflexionar sobre la importancia de cuidarse, reconocer riesgos y apoyarse en la comunidad para mantenerse seguros.

Objetivo General

**Fortalecer en niñas y niños de 10 a 14 años los factores protectores frente al consumo de drogas, las adicciones y la trata de personas, promoviendo la autonomía, el autocuidado, la comunicación y la toma de decisiones responsables.**

Objetivos Específicos

1. Reconocer situaciones cotidianas que pueden representar riesgos y aprender a identificarlas.
2. Desarrollar habilidades de comunicación y confianza para pedir ayuda y expresar emociones.
3. Practicar la toma de decisiones responsables en pequeños grupos, valorando las consecuencias de cada elección.

Actividad 1: *El semáforo de las decisiones*

**Explicación/contexto:**
Las decisiones que tomamos pueden acercarnos a situaciones seguras o a riesgos. Esta dinámica ayuda a identificar señales de alerta y a diferenciar entre acciones que protegen y acciones que ponen en peligro.

**Paso a paso:**

1. El facilitador dibuja un semáforo grande en cartulina (verde, amarillo, rojo).

2. Se entregan tarjetas con situaciones cotidianas (ejemplo: “Un amigo me invita a probar una sustancia desconocida”, “Un vecino me ofrece trabajo sin explicar bien”, “Un adulto de confianza me escucha cuando tengo un problema”).
3. En pequeños grupos, los participantes clasifican cada situación en el color del semáforo:
    - Verde = seguro/protector.
    - Amarillo = dudoso, requiere pensar y pedir ayuda.
    - Rojo = peligroso, no se debe aceptar.
4. Se socializan las conclusiones en plenaria.

**Intencionalidad:**
Fortalecer la capacidad de identificar riesgos y reconocer acciones protectoras en la vida cotidiana.

**Materiales:**

- Cartulina con dibujo de semáforo.
- Tarjetas con situaciones escritas.
- Marcadores y cinta adhesiva.

Actividad 2: *La red que me cuida*

**Explicación/contexto:**
Contar con personas de confianza es un factor protector frente a riesgos como las adicciones o la trata. Esta actividad permite que niñas y niños identifiquen su red de apoyo y comprendan que pedir ayuda es una forma de cuidarse.

**Paso a paso:**

1. El facilitador entrega hojas en blanco y pide a cada participante dibujar una red (círculo central con su nombre y círculos alrededor con personas de confianza: familia, amigos, maestros, líderes).
2. En pequeños grupos, comparten sus redes y explican cómo esas personas pueden apoyarlos en momentos difíciles.
3. Se construye un mural colectivo titulado *“Nuestra red de apoyo”*.

**Intencionalidad:**
Promover la identificación de adultos y pares de confianza como recurso protector frente a riesgos.

**Materiales:**

- Hojas en blanco.
- Marcadores o colores.
- Cartulina grande para mural.
- Cinta adhesiva.

Actividad 3: *Dilemas cotidianos: ¿qué harías tú?*

**Explicación/contexto:**
Los dilemas cotidianos permiten reflexionar sobre las consecuencias de las decisiones. Esta

actividad fomenta el diálogo en pequeños grupos y la construcción de alternativas protectoras.

**Paso a paso:**

1. El facilitador plantea dilemas cercanos (ejemplo: "Un desconocido te ofrece un regalo si lo acompañas", "Un amigo insiste en que pruebes algo que no conoces", "Alguien te pide guardar un secreto que te incomoda").
2. En grupos pequeños, los participantes discuten qué opciones tienen y cuáles serían las consecuencias de cada decisión.
3. Cada grupo comparte su conclusión en plenaria.
4. Se construye un listado colectivo de *"Decisiones que nos protegen"*.

**Intencionalidad:**
Desarrollar habilidades de reflexión y toma de decisiones responsables frente a dilemas que pueden representar riesgos.

**Materiales:**

- Tarjetas con dilemas escritos.
- Hojas y marcadores para registrar conclusiones.
- Cartulina para listado colectivo.

Cierre y Reflexión

El facilitador guía una conversación final:

- ¿Qué aprendimos sobre cómo cuidarnos frente a riesgos como drogas, adicciones o trata de personas?
- ¿Cómo nos ayudan nuestras redes de apoyo y nuestras decisiones responsables?
- ¿Qué compromisos podemos asumir para cuidarnos y cuidar a los demás?

Lista general de materiales

- Cartulinas grandes (para murales y semáforo).
- Tarjetas con situaciones y dilemas escritos.
- Hojas en blanco.
- Marcadores, lápices y colores.
- Cinta adhesiva o pegante.
- Espacio amplio y seguro para organizar los grupos.

**ENFOQUE DIFERENCIAL Y CONSIDERACIONES**

- **Enfoque de derechos y autonomía progresiva:** promueve la capacidad de autorregulación y toma de decisiones responsables.
- Diversidad e **inclusión:** respeto por diferencias culturales, sociales y emocionales; participación voluntaria.
- **Prevención de violencias:** regulación emocional como factor protector.
- Adecuaciones pedagógicas: ajustes según contexto, ritmo de aprendizaje y necesidades educativas.