



**Atrapa
Sueños**
Estrategia Intersectorial



**BIENESTAR
FAMILIAR**

DERECHOS CON VOZ PROPIA

¡Tu voz guía y tu cuidado inspira!

Si acompañas a niñas, niños y adolescentes en sus distintos entornos y caminos, esta cartilla es para ti: un espacio donde cada derecho se vive, se disfruta y se protege frente a vulneraciones.

CRÉDITOS

- ✧ **Directora general**
Astrid Eliana Cáceres Cárdenas
- ✧ **Subdirectora general**
Adriana Velásquez Lasprilla
- ✧ **Directora Infancias y Adolescencias**
Naya Gutiérrez Pinzón
- ✧ **Subdirectora de Prevención Integral de Vulneraciones a Niñas, Niños y Adolescentes**
Ángela Fernanda Cabrera Fonseca
- ✧ **Equipo Técnico**
Angie Karina Bocanegra Marín
Carla Daniela Cortés Sánchez
César Ovidio Traslaviña Forero
Dayan Estefany Camargo García
Diana Lizeth Gómez Barreto
Diana Milena Chinchilla Romero
Dora Cristina Enríquez López
Fabián Antonio Bolaños Chamorro
Fredy Abelardo Velásquez Montoya
Indira Alexandra Ricaurte Villalobos
Laudys Xiomara Pernet Belalcázar
María Fernanda Domínguez Buitrago
Ricardo Antonio Soto Galindo
Sandra Milena Daza Caballero
Víctor Hugo Sánchez Moreno
- ✧ **Corrección de estilo**
Oswaldo Alfonso Malo Jimenez
- ✧ **Comunicaciones**
Nury Johanna Riveros Cardenas
- ✧ **Diseño Gráfico y Diagramación**
Jorge Alberto Pérez Rojas

CONTENIDO

Derechos con voz propia	4
¿De qué se trata?	4
¿Cómo usar esta cartilla?	5
¿Qué deberíamos saber?	5
¿Cómo está organizada?	7
 CAPITULO 1	8
#VocesquePromueven transformaciones	9
• Un cuerpo de papel para escribir mis derechos	10
• Colcha de retazos diversos	13
• Lo digo más fuerte	16
• Navegando con cuidado y sin miedo	19
• La diversidad en mural	22
• Historias que transforman	25
• Teatro de los cuidados	27
 CAPITULO 2	30
#VocesquePrevienen las violencias	31
• Juego de roles: escenas que protegen	32
• Yo elijo en quién confiar	35
• Mi mapa seguro	38
• Crecer sin presiones	41
• Mi cuerpo, mi decisión	45
• Voces libres, vidas seguras	48
• Caminos de cuidado para llegar a espacios seguros	51
• Mi historia en colores	54
¿Qué pasos siguen?	57
Referencias	58



DERECHOS CON VOZ PROPIA



¿DE QUÉ SE TRATA?

Derechos con voz propia es una cartilla que te acerca a experiencias pedagógicas construidas desde la práctica y que se traducen en propuestas situadas, reflexivas, transformadoras y colectivas.

Con esta herramienta fortalecerás el reconocimiento, el ejercicio y la protección integral de los derechos de niñas, niños y adolescentes a través de experiencias pedagógicas que promueven su apropiación, disfrute en la vida cotidiana y capacidad de expresión y transformación frente a situaciones de vulneración.

Las experiencias están organizadas en dos capítulos diseñados según los aprendizajes, emociones y reflexiones compartidas en torno a temas clave relacionados con la promoción y el disfrute de derechos, así como con la prevención de vulneraciones.

Cada experiencia se desarrolla en tres momentos: uno de acogida, que motiva y abre el camino hacia el tema clave; uno de profundización, en el que por medio de una herramienta pedagógica se explora y reflexiona; y uno de cierre, que retoma los aprendizajes y los conecta con la vida cotidiana de las y los participantes. En cada momento, una frase guía acompaña y empodera, recordando que la experiencia es un viaje compartido hacia el reconocimiento y la transformación de los derechos.



¿CÓMO USAR ESTA CARTILLA?

Derechos con voz propia puede ser explorada en diversos espacios, teniendo siempre presente las trayectorias de vida de niñas, niños y adolescentes, los posibles riesgos de vulneración y las rutas de protección disponibles en cada territorio.

La organización por capítulos facilita la adaptación de cada experiencia a tu realidad, a las características del o los grupos que acompañas y al rol que desempeñas en el acompañamiento a las y los participantes. Tanto los capítulos como las experiencias se pueden desarrollar de forma flexible: no hay un orden específico, solo temas clave a abordar y apropiar.

Te invitamos a usar esta cartilla como una herramienta para fomentar el autodescubrimiento y la curiosidad, que invita a niñas, niños y adolescentes a reconocer sus derechos en lo cotidiano, los disfruten en los espacios donde crecen y agenciarse para prevenir su vulneración.

Más que una guía cerrada, esta cartilla es una herramienta viva para activar procesos que reconozcan a las niñas, niños y adolescentes, procesos en los que cada derecho se vive, se cuida y se transforma.

¿QUÉ DEBERÍAMOS SABER?

Para abordar esta cartilla, tomamos como referencia el componente **Promoción y disfrute de derechos y prevención de vulneraciones**¹ de la estrategia intersectorial Atrapasueños, en la cual partimos del reconocimiento de niñas, niños y adolescentes, como sujetos de derechos y agentes del cambio. A través de sus experiencias, esta cartilla busca fortalecer los factores que les protegen, prevenir las vulneraciones que les afectan (o podrían afectar) y reconocer los contextos personales, familiares, comunitarios y territoriales desde una mirada interseccional.

Hablar de **promoción** es referirse a la planeación, el diseño e implementación de acciones que le permitan a niñas, niños y adolescentes vivir sus derechos en sus territorios, sensibilizar sobre su importancia y generar alternativas de participación individual y colectiva. Esto permite que niñas, niños, adolescentes, familias y comunidades fortalezcan su desarrollo integral y su capacidad de incidir en prácticas, actitudes y decisiones que cuidan y protegen.

Pero este componente no se queda en la enunciación de los derechos; insiste en su disfrute efectivo. Es decir, busca que el ejercicio cotidiano de los derechos se viva, se sienta y se transforme en experiencias reales. Por eso, la promoción se articula con la prevención, reconociendo a niñas, niños y adolescentes como titulares de derechos,

¹En Manual técnico Modalidad para la prevención de riesgos y el Desarrollo de capacidades (p.49). ICBF, 2025.
https://www.icbf.gov.co/system/files/procesos/mt4.pp_manual_tecnico_modalidad_para_la_preencion_de_riesgos_y_desarrollo_de_capacidades_v1.pdf



visibilizando sus garantías específicas y transformando los determinantes sociales que están detrás de las vulneraciones.

La prevención, entonces, se entiende como el conjunto de medidas adoptadas a nivel individual, colectivo e institucional para identificar amenazas, reducir riesgos, fortalecer capacidades y evitar hechos que afecten la protección integral. También incluye acciones para mitigar el impacto de las vulneraciones.

La vulneración de derechos ocurre cuando niñas, niños o adolescentes no pueden disfrutar ni recibir la protección necesaria para vivir con seguridad, respeto y dignidad. Se presenta cuando las personas de su entorno, las comunidades o las instituciones los exponen a violencias, malos tratos, discriminación, explotación, riesgos en el mundo digital, trabajo infantil, reclutamiento, negligencia, o cualquier situación que les genere miedo, incomodidad, injusticia, peligro o afecte su bienestar integral.

En definitiva, el componente **Promoción y disfrute de derechos y prevención de vulneraciones** articula acciones que reconocen a niñas, niños y adolescentes como seres humanos capaces de ejercer, disfrutar y defender sus derechos. Su enfoque integral permite pasar del reconocimiento a la práctica cotidiana, activando capacidades individuales, familiares, comunitarias e institucionales para transformar los entornos y garantizar bienestar.

Desde una mirada territorial, esta cartilla busca movilizar experiencias pedagógicas que aborden temas sensibles y urgentes como el embarazo y matrimonios infantiles y uniones tempranas; el reclutamiento, uso y utilización, por parte de grupos armados organizados y grupos delictivos organizados, la alta permanencia y vida en calle, los actos de discriminación por razones de pertenencia étnica, discapacidad, género o estatus migratorio, entre otros.

¿CÓMO ESTÁ ORGANIZADA?



La cartilla Derechos con voz propia está organizada en dos capítulos

- ♥ **#VocesquePromueven transformaciones**, que reúne experiencias centradas en la promoción y el disfrute de derechos; y
- ♥ **#VocesquePrevienen las violencias**, que agrupa aquellas orientadas a la prevención de vulneraciones.

En cada capítulo encontrarás experiencias pedagógicas que acompañarán tu labor con niñas, niños y adolescentes. Son propuestas pensadas para adaptarse a distintos contextos, ritmos y formas de relacionarse, siempre desde el reconocimiento de sus voces, saberes y trayectorias.

A partir de aquí comienza el recorrido por un camino que transita entre la promoción y el disfrute de los derechos, y la prevención de sus vulneraciones. Esperamos que sea un viaje ameno y enriquecedor en el que, junto con los grupos que lideras, cada derecho se viva, se cuide y se transforme en comunidad.





**BIENESTAR
FAMILIAR**

Capítulo 1

**#VOCESQUEPROMUEVEN
TRANSFORMACIONES**



#VOCESQUEPROMUEVEN TRANSFORMACIONES

En el capítulo **#VocesquePromueven transformaciones** navegarás por experiencias pedagógicas que activan el reconocimiento, la apropiación y el disfrute de los derechos en la vida cotidiana. Son voces que movilizan saberes, emociones y relaciones para transformar prácticas, imaginarios y entornos. Aquí, la promoción no es solo difusión; es acción situada, sensible y colectiva que abre caminos para que niñas, niños y adolescentes vivan sus derechos con plenitud.

¿Y por qué transformar prácticas, imaginarios y entornos? Porque aún persisten narrativas y posturas que limitan la voz de niñas, niños y adolescentes: miradas adultas desconectadas de sus formas de relacionarse, comunicarse y aprender.

Si alguna vez has escuchado frases como «tú no sabes nada porque eres muy pequeño», «en reuniones entre adultos, los niños se quedan calladitos», «se tiene que salir del colegio para cuidar a la abuelita» o «hay que trabajar desde niño para aprender a querer la plata», entonces, las experiencias de este capítulo te permitirán transformar esos imaginarios y abrir espacio a los saberes, las trayectorias y, sobre todo, a los derechos de niñas, niños y adolescentes.

Aquí, se reúnen **siete experiencias** que abordan distintas formas de reconocer y disfrutar los derechos: **Un cuerpo de papel para escribir mis derechos** convierte la silueta en un mapa simbólico de dignidad y cuidado; **Colcha de retazos diversos** celebra las diferencias como fuente de

pertenencia y convivencia; **Lo digo más fuerte** activa la expresión frente al trabajo infantil y reafirma el derecho al juego, al estudio y al descanso; **Navegando con cuidado y sin miedo** reflexiona sobre el uso responsable y seguro de los entornos digitales; **La diversidad en mural** transforma la creación artística en un espacio de igualdad y cooperación; **Historias que transforman** promueve la empatía y la imaginación como caminos de transformación; y **Teatro de los cuidados** dramatiza situaciones cotidianas para aprender a resolverlas desde el respeto y la inclusión.

Cada experiencia combina metodologías diversas como la escritura creativa, la construcción artística, las artes, el juego cooperativo, la narración, la conversación reflexiva y la dramatización simbólica. Son caminos que activan la voz de niñas, niños y adolescentes desde el cuerpo, la palabra y la imaginación, con el propósito de transformar entornos, fortalecer vínculos protectores y disfrutar plenamente de sus derechos en comunidad.

¡BIENVENIDAS Y BIENVENIDOS!

UN CUERPO DE PAPEL PARA ESCRIBIR MIS DERECHOS

El cuerpo es el primer territorio donde habitamos nuestros derechos. Este nos pertenece, merece cuidado, respeto y escucha. En esta oportunidad, cada participante podrá nombrar lo que siente, piensa y desea proteger, transformando una silueta de papel en un mapa de derechos.

Esta experiencia pedagógica busca reconocer los derechos de niñas, niños y adolescentes sobre su cuerpo, su dignidad, su voz y su bienestar, a través de la escritura creativa, simbólica y participativa que fortalezca su autoestima, autonomía y capacidad de protección.

Tras su desarrollo, se espera observar que las y los participantes:

- Reconocen los derechos sobre su cuerpo como parte de su dignidad y bienestar.
- Relacionan el derecho a cuidar su cuerpo con el derecho a vivir libres de cualquier forma de violencia.
- Identifican señales de riesgo frente al maltrato físico, psicológico o sexual.

Esta experiencia está pensada para abordarse con niñas, niños y adolescentes entre los 6 y los 17 años. Puede adaptarse para trabajo grupal o individual, según el número de participantes, el espacio disponible y las necesidades del grupo.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡Tus derechos no se ganan, ya los tienes!

Invita a las niñas, niños y adolescentes a participar en «Pasos con sentido». Para ello, pide que caminen por el espacio, esto puede acompañarse o no de música para ambientar. Existen tres ritmos posibles: caminar lento, caminar normal y caminar rápido. En cualquier momento de la caminata puedes irrumpir con un fuerte «¡Atención!» para que todas las y los participantes se detengan y respondan a una pregunta como las que te sugerimos a continuación: ¿qué son los derechos?, ¿con qué parte del cuerpo puedes alcanzar tus sueños?, ¿con qué parte del cuerpo puedo ayudar a otras personas?, ¿con qué parte del cuerpo puedo hacer que otras niñas, niños y adolescentes vivan bien?

Para finalizar esta acogida, convoca a las niñas, niños y adolescentes a compartir sus ideas, emociones y experiencias. Refuerza algunos derechos con frases sencillas, por ejemplo «tengo derecho a que nadie me toque si yo no quiero», «tengo derecho a decir lo que siento», «tengo derecho a que me cuiden y me respeten»; recoge otras frases que surjan del grupo.

¡Si algo te incomoda, di que no!

Continúa con la escritura creativa. Organiza a las y los participantes en equipos de máximo cinco personas entre niñas, niños y adolescentes (o con un adulto de apoyo, si solo hay niñas y niños), promoviendo así el respeto y el trabajo colaborativo. En cada equipo, invita a que un participante trace su propia silueta (si lo desea) o que lo haga un compañero o compañera de su misma edad, siempre con su consentimiento. También

pueden usar siluetas ya dibujadas, plantillas, figuras genéricas o pegar el papel en la pared para que un integrante dibuje una figura humana desde su perspectiva.

Sobre la silueta, invítalos a escribir o dibujar derechos relacionados con cada parte del cuerpo. Motiva la creatividad y el diálogo. Algunos ejemplos:

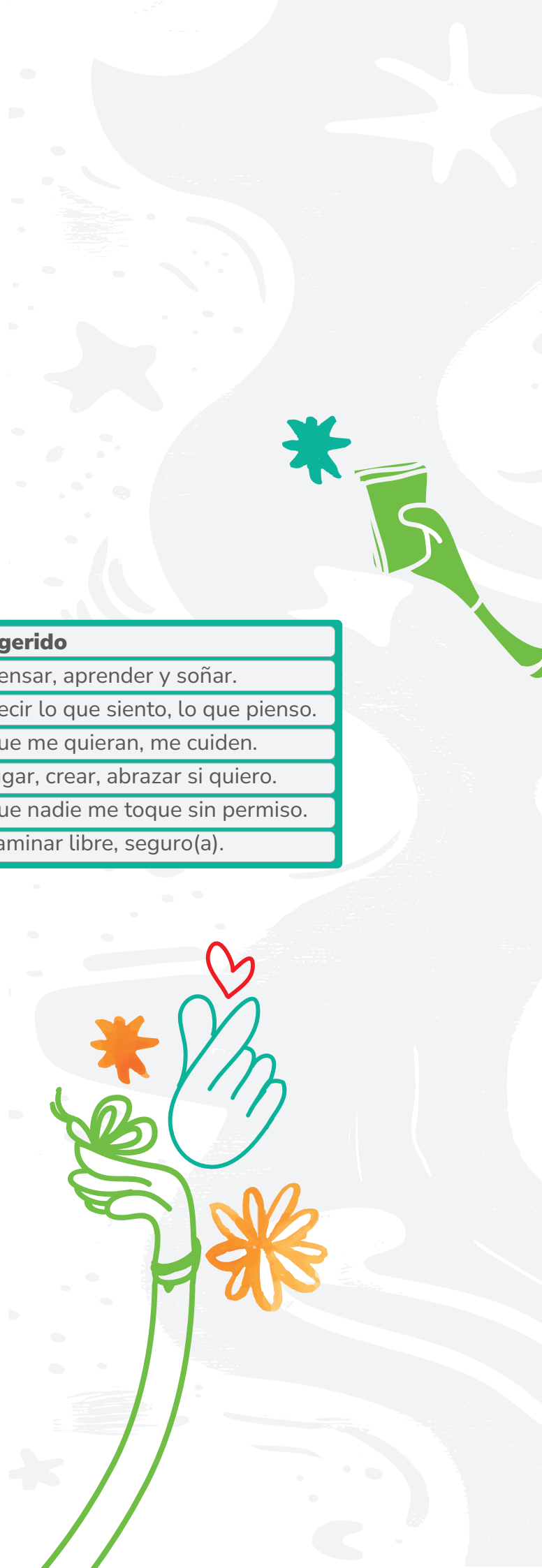
Parte del cuerpo	Derecho sugerido
Cabeza	Derecho a pensar, aprender y soñar.
Boca	Derecho a decir lo que siento, lo que pienso.
Corazón	Derecho a que me quieran, me cuiden.
Manos	Derecho a jugar, crear, abrazar si quiero.
Zona íntima	Derecho a que nadie me toque sin permiso.
Pies	Derecho a caminar libre, seguro(a).

Una vez concluye esta actividad, conduce la participación de las y los participantes con preguntas como: «¿encontraron algunos derechos que coinciden con otros que hayan identificado las otras personas?», «¿conocieron algún derecho que antes no hubieran escuchado?».

Retoma los comentarios de las y los participantes y profundiza en la explicación sobre qué son los derechos, qué derechos tienen las niñas, niños y adolescentes y cómo fortalecer su reconocimiento para poder vivirlos. Te recomendamos conocer y apropiarse la Convención de los Derechos del Niño² y el Código de la Infancia y la Adolescencia³, en los que podrás identificar elementos técnicos de valor que te permitirán ampliar esta reflexión.

²En <https://www.un.org/es/events/childrenday/pdf/derechos.pdf>

³En http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1098_2006.html



¡Quien decide sobre tu cuerpo eres tú!

Para el cierre de la experiencia, construye algunas frases que conecten con los resultados esperados: el derecho a vivir una vida libre de violencia e identificar riesgos de maltrato físico, psicológico o sexual sobre su cuerpo, ejemplo: «¡Tu cuerpo es valioso, tienes derecho a cuidarlo y a que te respeten siempre!». Solicita a cada equipo que construya una frase con lo aprendido en la sesión y la escriba en un lado visible de su silueta de forma creativa y colorida. Invita a compartir su silueta, leer los derechos escritos y compartir su consigna.

Después de que cada equipo comparta su silueta y la frase construida, invita al grupo a elegir una frase colectiva que resuma lo aprendido de la experiencia, puedes proponer ejemplos como: «todos los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a crecer libres de violencia y con dignidad», «tengo derecho a que me protejan y a que mi voz sea escuchada». Escribe las frases en tarjetas o en un mural y pide que cada participante elija la que más le representa.

Finaliza con una reflexión grupal retomando lo aprendido: «por medio de esta experiencia reconocimos que estos derechos son nuestros y nada ni nadie nos los deberían arrebatar; el primer paso para cuidarlos, es conocerlos».

Materiales sugeridos

- Papel kraft o papel periódico grande.
- Marcadores, crayones o lápices de colores.

- Cinta adhesiva.
- Siluetas impresas o plantillas (opcional).

Recomendaciones

- Todas las experiencias pedagógicas de esta cartilla son adaptables en cuanto a materiales, roles y públicos. Los materiales pueden ser reemplazarlos por otros disponibles.
- Evita comentarios sobre el aspecto físico (tamaño, forma, color).
- Si surge algún relato sensible, activa la ruta de protección correspondiente.
- Cuida el ambiente emocional y la contención durante toda la experiencia. Podrías apoyarte con recursos visuales con acuerdos como: respetar el turno de la palabra, escuchar sin juzgar las experiencias de otras personas, evitar burlas o comentarios que invaliden lo que alguien comparte, reconocer que cada persona tiene una historia de vida distinta, recordar que este es un espacio seguro donde todas y todos pueden expresar lo que sienten.
- Recuerda que el consentimiento significa que cada persona tiene el derecho a decir sí o no frente a lo que pasa con su cuerpo, y que nadie debe tocar, abrazar, mirar de cierta manera o invadir su espacio sin su permiso, se puede poner como autonomía corporal o derecho a poner límites.

COLCHA DE RETAZOS DIVERSOS

Cada persona es como un retazo único: distinto en color, forma, textura y experiencia. Al unirse, esos retazos crean una colcha que abriga, protege y refleja la riqueza de la diversidad. Esta experiencia invita a niñas, niños y adolescentes a reconocer que las diferencias en el cuerpo, la cultura, las emociones, la familia o la manera de ser, enriquecen la convivencia y merecen respeto. A través de una construcción creativa y participativa, el grupo dará forma a una colcha de retazos que celebra la diversidad y recuerda que cada pieza, por distinta que sea, es esencial para la colcha que cobija a la comunidad.

Con esta experiencia pedagógica se busca fomentar en niñas, niños y adolescentes el reconocimiento de que todas las personas son diferentes y valiosas, y que esas diferencias enriquecen la convivencia, fortalecen la identidad y deben ser respetadas; a través de una experiencia pedagógica de construcción creativa y participativa que celebra la diversidad y promueve vínculos libres de discriminación.

Luego de su desarrollo, las niñas, niños y adolescentes:

- Reconocen el derecho a expresar su identidad y a ser respetados en su diferencia.
- Comprenden que cada trayectoria es valiosa y que las diferencias y similitudes enriquecen la convivencia.
- Argumentan el porqué es importante respetar la diversidad para construir vínculos más justos y afectivos.

La experiencia puede realizarse con niñas, niños y adolescentes entre los 6 y los 17 años y, dependiendo del número de participantes, puedes construir una colcha por grupo y luego unir las en una gran colcha.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡La diferencia no nos separa, nos enseña!

Propón el juego «Iguales y distintos». Invita a las y los participantes a marcar en el piso una línea (con cinta, tiza, cabuya o cuerda) y convoca a las y los participantes a hacer una fila de un lado de la línea. Luego, lanza frases como: «A quien le guste mucho la comida picante, ¡salte al otro lado de la línea!»; realiza 3 o 4 rondas con frases que evidencien que existen prácticas y maneras distintas de relacionarse. Finaliza el juego con una frase donde todas y todos queden en el mismo lado de la línea, por ejemplo: «A quien le guste que lo traten con cariño, respeto y cuidado, ¡salte al otro lado de la línea!».

Conduce una primera reflexión para reconocer que, aunque niñas, niños y adolescentes compartan un mismo territorio, son distintos en muchas cosas, pero también tienen aspectos en común que los unen.

¡Celebramos la diversidad como fuente de alegría y pertenencia!



Después del juego de acogida, invita al grupo a construir juntos una colcha de retazos que simbolice la diversidad. Entrega a cada participante un retazo de papel de color o cartulina (puede ser cuadrado, circular o con formas libres). Pide que en cada retazo escriban o dibujen algo que los hace únicos: una característica física, un gusto, una emoción, una experiencia familiar o cultural. Ejemplos: «mi cabello es rizado», «me gusta bailar», «soy tímido(a) pero buen(a) amigo(a)», «mi color de piel es...». Une todos los retazos en un gran papel o tela, formando una colcha colectiva que muestre cómo las diferencias conviven y se complementan.

Profundiza en aspectos clave como la **diversidad** que se refiere a las múltiples formas en que las personas somos distintas en el cuerpo, la cultura, las emociones, la familia, los gustos, las lenguas o las maneras de relacionarnos. La diversidad recuerda que cada trayectoria es única y que esas diferencias enriquecen la convivencia. La **dignidad** humana que significa que todas las personas, solo por el hecho de existir, tienen el mismo valor y merecen respeto. La dignidad es igual para todas y todos, y nuestras experiencias y decisiones a lo largo de la vida son las que nos hacen diversos. Por último, la **identidad**; esta no es solo el nombre, también es cómo te gusta vestirte, qué te gusta comer, dónde naciste, qué idioma hablas o te representa, cómo te gusta que te llamen, si eres niña o niño, qué colores te gustan, lo que te hace especial y diferente. Reconocer la identidad es reconocer la diversidad y afirmar la dignidad.

Te sugerimos apoyarte en los principios reconocidos por la Constitución Política de Colombia, el Sistema Nacional de Derechos Humanos y Derecho Internacional Humanitario⁴, así como tratados internacionales como la Convención Americana sobre Derechos Humanos⁵, que afirman la dignidad de todas las personas, la riqueza de la diversidad y la importancia de la identidad como fuente de respeto y convivencia. Si quieres conocer un poco más sobre cómo lo hacemos en Bienestar Familiar, te invitamos a consultar Modelo de Enfoque Diferencial de Derechos⁶ que encuentras en las referencias de esta cartilla.

Con esto en la mente del grupo, propón preguntas para la reflexión como: ¿qué te hace especial o diferente?, ¿cómo nos ayudan las diferencias a convivir mejor?, ¿por qué es importante respetar la diversidad para vivir con dignidad?, ¿qué aspectos de tu identidad te hacen sentir orgulloso(a)? Pide a cada participante escribir una frase con sus respuestas en un papel adhesivo y pegarlo alrededor de la colcha, reforzando la idea de que cada diferencia suma y protege.

¡Somos distintas y distintos en nuestras experiencias de vida, pero iguales en dignidad!

Para el cierre, invita a las y los participantes a observar la colcha terminada y a reconocer que cada retazo, por distinto que sea, es parte fundamental de la colcha que protege como comunidad. Señala cómo la unión de las diferencias genera un resultado más fuerte y bello que cada pieza por separado.

⁴En <https://derechoshumanos.gov.co/Areas-Trabajo/Paginas/Sistema-Nacional-de-Derechos-Humanos-y-DIH.aspx>

⁵En https://www.oas.org/dil/esp/1969_Convenci%C3%B3n_Americana_sobre_Derechos_Humanos.pdf

⁶En https://www.icbf.gov.co/system/files/procesos/md1.de_modelo_enfoque_diferencial_de_derechos_v2.pdf

Pide a cada participante que construya una frase breve que exprese lo aprendido, por ejemplo: «tengo derecho a ser respetado en mi diferencia», «las diferencias nos ayudan a convivir mejor», «respetar la diversidad es reconocer la dignidad de todas las personas». Estas frases pueden escribirlas en un papel adhesivo y pegarlas alrededor de la colcha o en un lugar visible de su cuerpo.

Finaliza retomando lo aprendido: «Con esta experiencia reconocimos que cada identidad y cada diferencia nos hace únicos, pero que la dignidad nos iguala. Respetar la diversidad es construir vínculos más justos y afectivos, y es el primer paso para disfrutar plenamente de nuestros derechos».

Materiales sugeridos

- Cartulina, tela o papel kraft grande (como base de la colcha).
- Retazos de hojas de colores recortadas (pueden tener formas variadas).
- Pegante.
- Tijeras.
- Papeles adhesivos.
- Marcadores, crayones o lápices de colores.

Recomendaciones

- Esta experiencia pedagógica también es adaptable en cuanto a materiales, roles y públicos.
- Asegura que todas y todos se sientan seguros al compartir, sin presionar.
- Evita burlas o comparaciones.

- Acompaña con empatía si alguien menciona aspectos delicados (como discriminación o rechazo).
- Refuerza que cada diferencia es valiosa y que la dignidad es igual para todas las personas.



LO DIGO MÁS FUERTE

Lo digo más fuerte busca que niñas, niños y adolescentes reconozcan sus derechos frente al trabajo infantil. A través de un juego de roles con dilemas cotidianos, promueve la identificación de situaciones que vulneran sus derechos y estimula la expresión de sus voces para exigir condiciones dignas, reafirmando que estudiar, jugar y descansar son también derechos fundamentales.

Con esta experiencia pedagógica se pretende fortalecer en niñas, niños y adolescentes la capacidad de identificar las consecuencias del trabajo infantil, así como reconocer los derechos fundamentales asociados al juego, la educación y el cuidado, desarrollando habilidades de expresión y participación mediante una experiencia lúdica y reflexiva.

Las niñas, niños y adolescentes que participen de esta experiencia, al final:

- Reconocen prácticas que afectan su bienestar y desarrollo.
- Desarrollan pensamiento crítico frente a la normalización del trabajo infantil.
- Reafirman la importancia de expresar sus derechos y necesidades.

La experiencia está pensada para realizarse con niñas, niños y adolescentes entre los 8 y 17 años. Si las y los participantes son menores de 8 años, te recomendamos ajustar el lenguaje a uno más cercano y claro para esta población.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡Nuestros derechos se escuchan más fuerte cuando los decimos juntas y juntos!

Lo digo más fuerte será la actividad de acogida de esta experiencia pedagógica. Para su realización, forma una fila con las y los participantes. A la última persona de la fila susúrrale la frase: «mis derechos se respetan». Pide a esta persona que repita la frase un poco más fuerte a la siguiente persona de la fila y así hasta llegar a la primera persona para que esta diga la frase en voz muy alta. Finalmente, todo el grupo repite la frase aún más fuerte.

Propicia la reflexión grupal y la participación individual con una pregunta como: «¿es necesario decir fuerte que nuestros derechos se respetan?, ¿por qué?».

¡Trabajar no es un juego!

Esta actividad de profundización requiere del contexto sobre el porqué trabajar no es un juego. Para ello, explica al grupo que el trabajo infantil es toda actividad, remunerada o no, realizada por personas menores de 18 años que impide su educación, afecta su salud o desarrollo, o se considera peligrosa por su naturaleza o condiciones. Es una vulneración porque priva a niñas, niños y adolescentes de vivir plenamente su infancia y ejercer derechos como estudiar, jugar y descansar.

Presenta ahora los dilemas que se proponen a continuación con sus respectivas preguntas orientadoras y en estrecha relación con lo explicado anteriormente, puedes construir otros dilemas y preguntas según el contexto en el que se desarrolle la experiencia o ajustar el lenguaje según la edad de las y los participantes. Explica al grupo que «vamos a pensar juntas y juntos como si estuviéramos en los zapatos de cada niño o niña de las historias».

Dilema	Preguntas para guiar la reflexión
Ana tiene 10 años y dejó de ir a la escuela para ayudar a su mamá vendiendo frutas todos los días.	¿Está bien que no estudie? ¿Por qué crees que su familia lo permite? ¿Qué riesgos enfrenta Ana?
Julián tiene 7 años y trabaja cuidando motos en la calle. Dice que le gusta porque gana su «propia plata».	¿Qué podría pasarle en la calle? ¿Tiene derecho a descansar y estudiar? ¿Qué pasa si se enferma o lo engañan?
Luis quiere jugar fútbol, pero su tío le dice que eso es perder el tiempo, que debe aprender a trabajar como cualquier buen hombre.	¿Qué opinas de lo que piensa el tío de Luis? ¿Los niños deben trabajar para ser «buenos hombres»? ¿Luis tiene derecho a jugar?
Natalia cuida a sus tres hermanos todos los días mientras su mamá trabaja. Sus hermanos tienen 2, 4 y 5 años y ella tiene 12 años.	¿Qué implica esto para Natalia? ¿Es una forma de trabajo? ¿Cómo se podría apoyar a esa familia sin que Natalia deje de ser niña?

Propicia la identificación colectiva de las situaciones de riesgo y vulneración a partir de los dilemas expuestos.

Conecta rápidamente con las reflexiones hasta ahora e invita a las y los participantes a elaborar una cartelera con derechos y frases propias sobre por qué las niñas, niños y adolescentes no deben trabajar. Entrega los materiales necesarios para que cada niña, niño o adolescente, de forma libre y creativa plasme un derecho y una frase que lo reafirme. Refuerza este espacio con la frase «Yo digo lo que necesito».

Para una mayor profundización, te sugerimos conectar con la Línea de Política pública para la Prevención y Erradicación del trabajo infantil, y la Protección Integral del Adolescente Trabajador⁷ (2017-2027), que puedes encontrar en las referencias de la cartilla y en la que se refuerza que el Estado, la familia y la sociedad tienen la obligación de proteger a niñas, niños y adolescentes frente al trabajo infantil.

⁷En https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/linea_de_politica_publica_trabajo_infantil_y_proteccion_al_adolescente_t.pdf

¡Los derechos no se negocian, se respetan y se viven!

Para el cierre, reúne de nuevo al grupo e invita a que voluntariamente socialicen la cartelera con el derecho y las frases construidas. Señala cómo estas frases reflejan prácticas que afectan el bienestar y cómo cada participante pudo identificarlas y cuestionarlas, desarrollando pensamiento crítico frente a la normalización del trabajo infantil.

Pide a cada niña, niño o adolescente que lea en voz alta su frase o derecho escrito. Refuerza que al expresarlos están reafirmando su voz y su capacidad de exigir condiciones dignas. Consolida el mensaje colectivo con la frase: «Todas las niñas, niños y adolescentes tienen derecho a estudiar, jugar y descansar».

Finaliza con: «Por medio de esta experiencia reconocimos que el trabajo infantil afecta nuestro bienestar y desarrollo. Aprendimos a cuestionar las ideas que lo normalizan y reafirmamos que nuestras voces son necesarias para exigir derechos como estudiar, jugar y descansar. Los derechos no se negocian: se respetan y se viven».

Materiales sugeridos

- Marcadores, crayones o lápices de colores.
- Cartulina para carteleras.

Recomendaciones

- Evita estigmatizar a quienes trabajan, es necesario tener presente los contextos de vida.
- Acompaña la reflexión con información clara sobre sus derechos.
- Ante algún caso de vulneración, activa la ruta correspondiente.
- Recuerda que la participación es voluntaria.
- Esta experiencia pedagógica también es adaptable en cuanto a materiales, roles y públicos.



NAVEGANDO CON CUIDADO Y SIN MIEDO

Esta experiencia invita a adolescentes a reflexionar sobre los riesgos digitales y a fortalecer prácticas de cuidado en el uso de internet y redes sociales. A través de dinámicas participativas y acuerdos colectivos, se busca que reconozcan sus derechos en el mundo virtual, expresen sus inquietudes y construyan hábitos seguros que les permitan disfrutar de la tecnología con confianza y responsabilidad.

Navegando con cuidado y sin miedo busca promover en adolescentes la capacidad de identificar riesgos digitales, reconocer sus derechos en entornos virtuales y construir prácticas de autocuidado mediante dinámicas lúdicas y reflexivas que fortalezcan su seguridad en el uso de internet y redes sociales.

Con esta experiencia, las y los adolescentes:

- Reconocen riesgos digitales como grooming, ciberacoso, sexting y exposición a contenidos inadecuados.
- Diferencian entre interacciones seguras, dudosas y peligrosas.
- Reafirman que pedir ayuda es un derecho también en el mundo digital.

La experiencia se desarrolla con adolescentes de 14 a 17 años.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡Internet puede ser un espacio de aprendizaje y juego seguro!

Como momento de acogida, te proponemos la actividad «Tu influencer de confianza». Para su desarrollo, organiza grupos de 5 a 7 personas. Las y los participantes crean un video de máximo 1 minuto en el que expresen lo bueno y lo malo de los entornos digitales, en este último se sugiere abordar riesgos como: recibir mensajes de desconocidos, compartir fotos sin permiso, enlaces sospechosos, exceso de tiempo en juegos en línea.

Para el video, las y los adolescentes pueden usar formatos que estén o hayan estado en tendencia (formato de entrevistas ping-pong, formato unboxing que hace referencia a abrir un paquete y mostrar lo productos que contiene, filminuto o hasta una coreografía).

Luego de que las y los participantes muestran sus videos, conduce una breve reflexión con preguntas como: ¿qué nos gusta de internet?, ¿qué nos preocupa?, ¿qué derechos también existen en el mundo digital?

¡Cuidar tu vida digital es cuidar tus derechos!

La profundización de esta experiencia pedagógica requiere una preparación previa. Primero selecciona uno o varios videos cortos (de máximo dos minutos) sobre los riesgos digitales para dar contexto y orientar la actividad. Aquí te proponemos algunos riesgos que podrías abordar:

Grooming: cuando un adulto busca ganarse la confianza de un menor con fines de abuso.



Ciberacoso: hostigamiento o agresión en línea.

Sexting: envío de imágenes íntimas que pueden ser difundidas sin consentimiento. Exposición a contenidos inadecuados: acceso a violencia, pornografía o información falsa. En redes sociales, compartir de más te expone.

Videojuegos en línea: un desconocido no es un amigo.

Chats y mensajería: una foto puede volverse pública para siempre.

Luego elabora tarjetas con diferentes situaciones digitales como: «Un desconocido te pide una foto personal por tu teléfono», «Recibes un mensaje con un enlace sospechoso», «Un amigo comparte tu foto sin permiso», «Pasas muchas horas jugando y te cuesta dormir». Finalmente, prepara el «Semáforo del cuidado» grande con sus respectivos colores:



- Verde: situación segura.
- Amarillo: situación dudosa o de atención.
- Rojo: situación de riesgo que requiere actuar.

¡Ahora sí, que comience la experiencia!

Presenta el video breve o historieta sobre un riesgo digital. Propicia un diálogo inicial con preguntas como: ¿qué derechos creen que también existen en el mundo digital?, ¿qué situación aborda el video o historieta?, ¿cómo podríamos prevenir situaciones como la del video?

Profundiza en este espacio sobre el entorno digital como el conjunto de espacios virtuales donde las personas interactúan,

aprenden, juegan, se comunican y acceden a información. Incluye redes sociales, plataformas de mensajería, videojuegos en línea, aplicaciones móviles y sitios web. Es un espacio de socialización y aprendizaje. Puede ser fuente de oportunidades (educación, creatividad, participación), pero también implica riesgos (ciberacoso, grooming, sexting, exposición a contenidos inadecuados, redes sociales, videojuegos).

Refuerza que, aunque para las y los adolescentes es un entorno donde construyen identidad, relaciones y formas de expresión, requieren acompañamiento y protección. Podrías apoyarte en la Ley 2489 de 2025⁸ que reconoce los derechos en internet, como el derecho a la protección, a la privacidad y a pedir ayuda si algo los incomoda.

Entrega a las y los participantes las tarjetas con las situaciones digitales elaboradas previamente. Invita a que cada participante ubique la tarjeta en el «Semáforo del cuidado» y explique por qué eligió ese color.

Conduce una reflexión grupal a partir de las situaciones digitales, usando preguntas como: ¿qué podrías hacer?, ¿a quién acudir?, ¿cómo prevenirlo?

Entrega tarjetas de colores a las y los participantes para que escriban prácticas de autocuidado, por ejemplo: «no acepto desconocidos», «pido ayuda si algo me incomoda», «uso contraseñas seguras». Cada participante coloca su práctica frente a la situación digital correspondiente. Así, entre todas y todos, completan el «Semáforo del cuidado».

⁸En <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=260756>

¡En internet también tenemos derecho a cuidarnos y ser respetados!

Para el cierre, retoma el semáforo del cuidado y pide a las y los participantes leer las prácticas de autocuidado que escribieron. Señala cómo identificaron riesgos, diferenciaron interacciones seguras / dudosas / peligrosas y reafirmaron que pedir ayuda es un derecho también en el mundo digital. Genera con el grupo un acuerdo colectivo de cuidado digital: cada participante propone una regla y se arma un decálogo grupal.

Enfatiza en los controles y restricciones de las redes sociales. Por ejemplo, en algunas redes no es posible crear un perfil si se tiene menos de 18 años. Genera una reflexión preguntando: ¿estaría bien mentir con la edad para estar en ese entorno?

Finaliza retomando lo aprendido: «Con esta experiencia reconocimos que internet puede ser un espacio de aprendizaje y diversión, pero también tiene riesgos. Aprendimos a diferenciarlos y a cuidarnos, reafirmando que nuestros derechos existen también en el mundo digital. Cuidar tu vida digital es cuidar tu dignidad».

Materiales sugeridos

- Celulares o tabletas (si el contexto lo permite).
- Videos breves o animaciones sobre riesgos digitales.
- Cartulina, papel kraft, fichas de colores.
- Marcadores, crayones o lápices de colores.

- Tarjetas con situaciones digitales cotidianas.

Recomendaciones

- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables, puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.
- Usar ejemplos cercanos a la edad y lenguaje claro, sin tecnicismos.
- Evitar culpabilizar a quienes ya han vivido riesgos digitales.
- Activar rutas de protección si surge un relato sensible.
- Promover un ambiente de confianza y respeto, donde compartir sea voluntario.



LA DIVERSIDAD EN MURAL

Esta experiencia invita a niñas, niños y adolescentes a vivir la igualdad y el reconocimiento de la diversidad a través de la construcción de un mural colectivo. Mediante la cooperación, el respeto y la expresión creativa, se promueve la empatía y la valoración de las diferencias como fuente de riqueza en la vida cotidiana. El mural se convierte en un símbolo compartido que refleja los aportes de todas y todos, fortaleciendo vínculos protectores y la participación respetuosa.

La diversidad en mural pretende fomentar en niñas, niños y adolescentes la vivencia de la igualdad y el reconocimiento de la diversidad mediante la creación de un mural colectivo que fortalezca vínculos protectores, estimule la comunicación asertiva y promueva la expresión respetuosa de sus derechos y emociones.

Al cierre de la experiencia, las niñas, niños y adolescentes:

- Identifican la diversidad como fuente de riqueza de las relaciones humanas.
- Reconocen vínculos protectores en la cooperación.
- Valoran el trabajo colectivo por encima de lo individual.

La experiencia está proyectada para realizarse con niñas, niños y adolescentes de 6 a 17 años.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡La diversidad y la igualdad se hacen más fuertes en lo colectivo!

Inicia la experiencia proponiendo la actividad «La pieza que me representa». Para ello, entrega a cada participante una tarjeta pequeña o un papel de color. Pide a las niñas, niños y adolescentes que dibujen o escriban un símbolo, palabra o color que los represente en ese momento (puede ser algo que les guste, un valor, una emoción, por ejemplo: amistad, respeto, alegría, justicia, helado, chocolate). Luego, cada persona comparte brevemente su pieza y la coloca en un espacio común, preferiblemente una pared visible durante la actividad.

Conduce al grupo a volver la mirada hacia la pared y explica que: «Así como cada pieza muestra algo único de cada persona, el mural será la unión de todas esas diferencias y similitudes, construido en confianza y respeto».

¡La pintura nos permite gozar del derecho a expresarnos creativamente!

Continúa la experiencia con una lluvia de ideas sobre el tema que pintarán en el mural, por ejemplo: mis derechos, un derecho en particular, la amistad, el respeto. Invita a que todas y todos participen. Una vez definido el tema, dispón los materiales de manera accesible para todas y todos y que ¡comience la creación!

Explica que cada participante aporta una parte del mural con dibujos, palabras o símbolos, y que todo aporte es valioso en la construcción colectiva. Enfatiza en que la diversidad se refiere a las múltiples formas en las que las personas somos distintas: en el cuerpo, la cultura, las emociones, la familia, los gustos, las lenguas o las maneras de relacionarnos. Refuerza que esas diferencias enriquecen la convivencia y que todas las personas, por el hecho de existir, tienen la misma dignidad y merecen respeto.

Puedes apoyarte en los principios consagrados por la Constitución Política de Colombia, el Sistema Nacional de Derechos Humanos y de Derecho Internacional Humanitario⁴, así como en instrumentos internacionales como la Convención Americana sobre Derechos Humanos⁵. Estos marcos recuerdan que todas las personas poseen igual dignidad, que la diversidad enriquece la vida colectiva y que la identidad es un pilar esencial para el respeto y la convivencia.

Al final, reflexiona sobre el mensaje del mural y lo que representa para el grupo. Invita al grupo a observarlo en conjunto y conduce preguntas como: ¿qué representa este mural para nosotras y nosotros?, ¿qué aprendimos al construirlo juntas y juntos?, ¿cómo se relaciona con la importancia de reconocer la diversidad y valorar cada aporte?

¡En el trabajo en equipo descubrimos que todas y todos aportamos de manera valiosa!

Para el cierre de la experiencia, reúne al grupo frente al mural terminado y conduce una reflexión colectiva. Invita a observar cómo cada pieza es distinta y, al mismo tiempo, todas juntas forman una obra más fuerte y bella. Señala que la diversidad es fuente de riqueza en las relaciones humanas, porque cada aporte suma y complementa al otro.

Destaca que el mural no habría sido posible sin la cooperación y el cuidado mutuo. Refuerza que cuando trabajamos juntos, construimos vínculos que protegen y nos fortalecen como comunidad. Reafirma que el trabajo colectivo tiene más fuerza que el esfuerzo aislado.

Finalmente, invita al grupo a repetir una consigna colectiva que sintetice lo aprendido: «La diversidad nos enriquece, la cooperación nos protege y juntos construimos más que solos».

Materiales, roles y públicos

- Papel kraft grande (para el mural).
- Colores, marcadores, témperas, crayones.
- Pinceles.
- Tarjetas o papeles pequeños de colores.
- Cinta.

Recomendaciones

- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.

- La experiencia se desarrolla en un ambiente de confianza entre las y los participantes.
- Antes de comenzar, establece colaborativamente reglas de respeto y cuidado mutuo.
- Explica que en esta experiencia no hay competencia individual, el mural se construirá entre todas y todos.
- Promueve valores de igualdad, inclusión, respeto y cuidado mutuo y que todas y todos tienen la posibilidad de expresarse libremente.
- Usa esta experiencia para introducir o cerrar temas sensibles como la no discriminación o el respeto corporal.



HISTORIAS QUE TRANSFORMAN

Historias que transforman es un espacio narrativo donde niñas, niños y adolescentes comparten historias personales o inventadas que reflejen situaciones de respeto, inclusión y cuidado. A través de la narración oral, escrita o dramatizada, se promueve la empatía, la valoración de la diversidad y la vivencia de la igualdad como parte de la riqueza humana.

Con esta experiencia se espera promover la expresión creativa y la empatía en niñas, niños y adolescentes mediante la narración de historias que visibilicen la importancia de la igualdad, la diversidad y el respeto en la vida cotidiana.

Con el desarrollo de esta experiencia, las niñas, niños y adolescentes:

- Expresan sus voces y experiencias en un ambiente seguro.
- Fortalecen la empatía y la capacidad de ponerse en el lugar del otro.
- Identifican valores de igualdad y respeto en situaciones cotidianas.

La experiencia está dirigida a niñas, niños y adolescentes de 8 a 17 años.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡Nuestras historias también transforman el mundo!

Inicia con una dinámica sencilla para despertar la creatividad, por ejemplo: «si fueras una palabra...». Pide a cada persona

que elija una palabra que represente lo que quiere aportar al grupo (ejemplo: amistad, justicia, alegría, respeto). Cada participante dice su palabra en voz alta y se construye un pequeño diccionario colectivo que servirá como base para las historias que se contarán en la experiencia.

¡La igualdad y la diversidad se viven en cada relato!

Invita a que cada participante comparta una historia (real o inventada) sobre el respeto, la inclusión o el cuidado. Puede ser oral, escrita o dramatizada, según la edad y el interés de las y los participantes. Aunque la participación es voluntaria, motiva a que todas las voces sean escuchadas.

Mientras se comparten las historias, pide al grupo que retome el diccionario colectivo elaborado en la acogida y que identifique los valores presentes en cada relato, como igualdad, diversidad, respeto y cuidado mutuo. Al finalizar cada historia, conduce un breve diálogo sobre cómo aplicar esos valores en la vida diaria. Repite este proceso con cada historia que se quiera contar, leer o dramatizar.

Aprovecha este espacio para profundizar conceptos clave como:

Igualdad en la diferencia: recuerda que la vida plena no se mide solo por lo material, sino por la armonía con la comunidad, la naturaleza y uno mismo (buen vivir). Puedes preguntar: ¿qué hace falta en tu vida para sentir que vives bien, en armonía con los demás y con la naturaleza?

Dignidad humana: según la Constitución Política de Colombia, la dignidad es un principio fundamental que debe ser respetado siempre. Pregunta sugerida: ¿qué situaciones hacen que una persona se sienta respetada en su dignidad?, ¿qué cosas la vulneran?

Justicia social: la Convención sobre los Derechos del Niño² exige igualdad de derechos sin discriminación. Pregunta sugerida: ¿qué hace falta para que vivamos en un mundo justo e igualitario?

De esta manera, cada historia se convierte en un puente para reconocer valores, cuestionar desigualdades y reafirmar que la diversidad, la dignidad y la justicia social son pilares para transformar nuestras relaciones y comunidades.

¡Contar lo que sentimos nos une y nos protege!

En el cierre de la experiencia, retoma las frases guía y enfatiza en que las historias tienen poder para transformar imaginarios y relaciones. Señala cómo en la experiencia: expresaron sus voces y experiencias en un ambiente seguro, fortalecieron la empatía al ponerse en el lugar del otro e identificaron valores de igualdad y respeto en situaciones cotidianas.

Cierra reforzando: «Con esta experiencia descubrimos que nuestras historias también transforman el mundo. Al compartir lo que sentimos y pensamos, nos unimos, nos protegemos y reafirmamos que la igualdad y la diversidad son parte de nuestra riqueza humana».

Materiales sugeridos

- Hojas blancas.
- Marcadores, colores, esferos, lápices.
- Disfraces sencillos o accesorios para dramatizar (opcional).

Recomendaciones

Puedes recoger la narrativa construida a partir de la grabación de un pódcast, hacer un video breve o escribir frases en carteles. Esto permite que las historias permanezcan y puedan ser escuchadas o vistas nuevamente. En todo caso, recuerda contar con el consentimiento para grabar audio o video y para su reproducción. Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.

Crea un ambiente seguro donde compartir sea voluntario.

Evita que se generen juicios o burlas sobre las historias narradas.

Usa esta experiencia para abrir o cerrar temas sensibles en relación con la protección y disfrute de derechos.



TEATRO DE LOS CUIDADOS

Esta experiencia pedagógica promueve que, niñas, niños y adolescentes representen, mediante pequeñas dramatizaciones, situaciones cotidianas relacionadas con el respeto, la igualdad y la prevención de vulneraciones. A través del juego teatral, se estimula la empatía, la confianza y la capacidad de reconocer derechos en la vida diaria.

Teatro de los cuidados tiene como objetivo fortalecer en niñas, niños y adolescentes la capacidad de identificar situaciones de cuidado y vulneración, promoviendo la igualdad y la diversidad mediante dramatizaciones que estimulen la empatía, la expresión corporal y la resolución pacífica de conflictos.

Como resultado de la experiencia, las niñas, niños y adolescentes:

- Reconocen situaciones de cuidado y de riesgo en la vida cotidiana.
- Expresan emociones y derechos a través del cuerpo y la voz.
- Valoran la diversidad de formas de ser y de expresarse.

Esta experiencia está pensada para niñas, niños y adolescentes de 8 a 17 años. Si las y los participantes son menores de 8 años, te recomendamos ajustar el lenguaje a uno más cercano y claro para esta población.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡El teatro nos invita a disfrutar el derecho al juego y la cultura!

Inicia con una breve dinámica corporal «Movimientos que cuidan» para soltar el cuerpo y generar confianza, por ejemplo: caminar por el espacio y saludar con gestos, mover el cuerpo como si fuera de gelatina, tomarse de las manos en parejas o grupos pequeños y actuar como si recibieran una descarga eléctrica.

Luego, introduce una consigna que conecte con el tema central, por ejemplo: «Ahora imaginen que cada gesto que hacen es una forma de cuidar: un saludo que incluye, una mirada que respeta, un movimiento que protege». Pide a las y los participantes que, en parejas o pequeños grupos, inventen un gesto de cuidado y lo compartan con los demás.

Cierra la acogida explicando que, así como los gestos pueden expresar cuidado, el teatro permite representar situaciones cotidianas donde el respeto y la igualdad se ponen en juego.

¡El respeto y la igualdad también se representan en nuestras acciones!

Para continuar con la profundización de la experiencia, distribuye las tarjetas de colores o los stickers para conformar grupos de máximo cinco personas, procurando que incluyan niñas, niños y adolescentes.

Propón situaciones cotidianas como, por ejemplo, un conflicto en el recreo, alguien que se siente excluido, un grupo que se organiza para ayudar a otro, una discusión en un juego, una celebración grupal. Los participantes representan cada situación en sus grupos definiendo roles y diálogos. Al finalizar cada dramatización, cada uno de las y los participantes asume el rol de moderador y activa la reflexión, mostrando una forma de resolver la situación presentada desde el cuidado, la igualdad y el respeto.

Refuerza la reflexión con una breve explicación sobre el cuidado entendido como una práctica cotidiana que protege la dignidad y los derechos de todas las personas. Implica reconocer que cada gesto, palabra o acción puede fortalecer la confianza, la empatía y la convivencia. El cuidado no es solo atender necesidades físicas, sino también respetar las emociones, las diferencias y la diversidad de formas de ser y expresarse. Explica también que la igualdad es reconocida como principio fundamental en la Constitución Política de Colombia y en la Convención sobre los Derechos del Niño²; significa que todas las personas tienen los mismos derechos sin discriminación. Practicar la igualdad en la vida diaria es valorar la diferencia como riqueza y asegurar que nadie quede excluido.

¿Sabías que Colombia tiene una Política Nacional del Cuidado (CONPES 4143 de 2025)⁹? Te invitamos a leerla y apropiarla para el desarrollo de esta experiencia.

Para esta reflexión, puedes apoyarte en preguntas como: ¿qué situaciones de la dramatización mostraron cuidado y cuáles mostraron vulneración?, ¿cómo podemos aplicar el cuidado y la igualdad en nuestras acciones cotidianas?, ¿qué aprendimos sobre la diversidad de formas de ser y expresarse?

Conduce una plenaria, en la que actives una conversación sobre lo que las niñas, niños y adolescentes sintieron al representar las situaciones cotidianas, qué valores se pusieron en juego y cómo se relacionan con sus derechos.

¡Cuidarnos es reconocer nuestras diferencias y valorarlas!

Para el cierre, en plenaria, comparte con el grupo compromisos para aplicar lo aprendido en su vida cotidiana. Refuerza que reconocieron situaciones de cuidado y de riesgo en la vida diaria, expresaron emociones y derechos a través del cuerpo y la voz y valoraron la diversidad de formas de ser y de expresarse.

Finaliza con una frase que puede ser: «Por medio de esta experiencia aprendimos que el cuidado y la igualdad también se practican en nuestras acciones diarias. El teatro nos mostró que cada gesto y cada palabra pueden transformar nuestras relaciones».

Invita al grupo a crear un gesto de cierre o escoger uno de los presentados en la acogida que simbolice el compromiso de cuidarse mutuamente.

⁹En <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Conpes/Econ%C3%B3micos/4143.pdf>

Materiales sugeridos

- Espacio amplio para moverse.
- Tarjetas de colores o stickers para formar grupos.
- Accesorios sencillos (pañuelos, sombreros, carteles).

Recomendaciones

- Asegura que las dramatizaciones sean voluntarias y respetuosas.
- Acompaña a quien asuma el rol de moderador, más si es una niña o niño quien lo asume.
- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.
- Evita exponer experiencias personales sensibles sin acompañamiento adecuado.
- Usa esta experiencia para abrir o cerrar temas sensibles en relación con la protección y disfrute de derechos.

Luego de este recorrido por las experiencias pedagógicas que conforman el capítulo **#VocesquePromueven transformaciones**, te proponemos continuar la reflexión con los siguientes interrogantes:

- ¿Qué aprendizajes comunes dejan estas experiencias sobre cómo niñas, niños y adolescentes disfrutan, expresan y transforman sus derechos en la vida cotidiana?
- ¿De qué manera podemos fortalecer las prácticas de igualdad, diversidad y cuidado que emergen en las experiencias para que trasciendan el espacio pedagógico y se consoliden en la vida familiar, comunitaria e institucional?
- ¿Qué ajustes o innovaciones técnicas necesitamos incorporar para que estas metodologías promuevan aún más el disfrute de derechos de manera inclusiva, diversa y sostenible en distintos territorios y contextos?





**BIENESTAR
FAMILIAR**

Capítulo 2

**#VOCESQUEPREVIENEN
LAS VIOLENCIAS**



#VOCESQUEPREVIENEN LAS VIOLENCIAS

El capítulo **#VocesquePrevienen las violencias** te invita a recorrer un camino de experiencias pedagógicas que identifican riesgos, fortalecen factores protectores y activan capacidades individuales, familiares, comunitarias e institucionales para prevenir vulneraciones. Son voces que alertan, cuidan y transforman. La prevención aquí es construcción de entornos protectores y de vínculos que resisten la violencia desde las trayectorias de vida y los contextos territoriales.

¿Y por qué hablar de prevención?

Porque aún persisten situaciones y narrativas que normalizan la violencia en la vida de niñas, niños y adolescentes. Frases como «si te pegan, tú también pega», «los problemas de la casa no se cuentan afuera», «si alguien te molesta, aguántate» o «los niños y niñas deben obedecer sin preguntar». Estas expresiones silencian riesgos, debilitan la confianza y limitan la posibilidad de pedir ayuda.

Este capítulo reúne **ocho experiencias** que abordan distintas temáticas de protección y prevención. **Juego de roles: escenas que protegen** trabaja el consentimiento y la identificación de riesgos cotidianos; **Yo elijo en quién confiar** y **Mi mapa seguro** fortalecen la red de apoyo y los entornos protectores; **Crecer sin presiones** y **Mi cuerpo, mi decisión** reflexionan sobre las presiones sociales que llevan a uniones tempranas y al embarazo adolescente; **Voces libres, vidas seguras** visibiliza los riesgos del reclutamiento y la utilización por

parte de grupos armados; **Caminos de cuidado para llegar a espacios seguros** invita a reconocer los riesgos de la vida en calle; y **Mi historia en colores** celebra la identidad, la diversidad y los vínculos afectivos como parte esencial de la protección.

Cada propuesta combina metodologías diversas como el juego vivencial y cooperativo, las narrativas colectivas, la creación artística, la conversación reflexiva y la dramatización simbólica. Son caminos que activan la voz de niñas, niños y adolescentes desde el movimiento, la imaginación y la palabra, con el propósito de identificar riesgos, fortalecer factores protectores y reconocer las rutas de apoyo disponibles en sus entornos.

**¡BIENVENIDAS
Y BIENVENIDOS!**



JUEGO DE ROLES: ESCENAS QUE PROTEGEN

La experiencia busca que niñas, niños y adolescentes desarrollen habilidades para identificar situaciones de riesgo, expresar sus límites, buscar ayuda en adultos de confianza y practicar el consentimiento, por medio de un juego de roles con situaciones cotidianas para el aprendizaje de habilidades de protección y autocuidado.

Juego de roles: escenas que protegen pretende fortalecer en niñas, niños y adolescentes las habilidades de protección y autocuidado, a través de un juego de roles que les permita identificar situaciones de riesgo, reconocer sus emociones, expresar límites de forma clara y segura, practicar el consentimiento y buscar apoyo en personas de confianza.

Por medio de esta experiencia, las niñas, niños y adolescentes:

- Reafirman su derecho a vivir una vida libre de todo tipo de violencia.
- Identifican situaciones de riesgo, especialmente frente a la violencia sexual.
- Seleccionan una palabra clave para pedir ayuda a adultos de confianza.

La experiencia está pensada para desarrollarse con niñas, niños y adolescentes de 6 a 17 años. Puede adaptarse para grupos pequeños con mayor acompañamiento o trabajarse de forma intergeneracional.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡Lo que sentimos importa; no debemos callarlo!

Inicia la experiencia con una actividad de activación corporal y emocional: «Mi voz me protege». Para ello, pide al grupo que camine libremente por el espacio. Cada vez que se encuentren con alguien, deben hacer un gesto breve que exprese cuidado, por ejemplo: una sonrisa, un saludo con la mano, un gesto de respeto con el cuerpo. Acompaña el ejercicio con una explicación como: «Así como nuestros gestos pueden mostrar cuidado, también nuestras palabras pueden protegernos».

Presenta al grupo el material previamente elaborado como herramientas que recuerdan y reafirman que lo que sentimos importa y que siempre podemos decir no.

Da paso al momento de profundización con una frase como: «Todas las personas tenemos derecho a sentirnos seguras. Hoy vamos a practicar cómo usar nuestra voz y nuestros gestos para protegernos, poner límites y pedir ayuda cuando algo nos incomoda».

¡Tengo derecho a poner límites!

Inicia explicando con claridad a las y los participantes los tipos de situaciones que encontrarán en las tarjetas. Lo puedes hacer de esta manera:

- Cuando un adulto desconocido pide guardar un secreto, puede estar ocultando una intención inapropiada.
- Si un primo propone juegos que involucran partes íntimas, se trata de una situación de riesgo que vulnera la intimidad.
- Si alguien abraza sin pedir permiso y causa incomodidad, está cruzando un límite personal.
- Una felicitación respetuosa es una muestra de relación positiva.
- Estar solo en casa de una persona adulta sin supervisión puede representar un riesgo.

Invita a algunos voluntarios a representar las escenas. Si nadie desea actuar, puedes leer las situaciones. El resto del grupo puede asumir otros roles: alguien que ve, alguien que actúa, alguien que cuida, alguien que guía (tarjetas), alguien que resuelve. Aclara que no se trata de actuar bien, sino de explorar opciones y practicar la toma de decisiones.

Este es el momento para reforzar aspectos clave como el consentimiento y el autocuidado como prácticas fundamentales para prevenir la violencia y proteger la dignidad. Reconocer que cada persona tiene derecho a decidir sobre su cuerpo, a expresar sus límites y a pedir ayuda cuando algo le incomoda. Recuerda que el consentimiento significa que cada persona tiene el derecho a decir sí o no frente a lo que pasa con su cuerpo, y que nadie debe tocar, abrazar, mirar de cierta manera o invadir su espacio sin su permiso, se puede poner como autonomía corporal o derecho a poner límites.

Te sugerimos apoyarte en la Convención sobre los Derechos del Niño² que establece el derecho de niñas, niños y adolescentes a vivir libres de violencia y a recibir protección frente a cualquier forma de abuso; en la Constitución Política de Colombia que reconoce la dignidad humana y la igualdad como principios fundamentales o en el Código de la Infancia y la Adolescencia (Ley 1098)³ que garantiza la protección integral y la prevalencia de los derechos de niñas, niños y adolescentes.

Ahora sí... ¡que comience la función!

Facilita que el grupo represente libremente cada escena. Después de cada representación o lectura, conduce un espacio de reflexión con preguntas como: ¿cómo se sintió el personaje?, ¿qué señales de alerta vieron?, ¿qué otras formas de reaccionar existen?, ¿a quién pueden acudir en esa situación?

¡Si en casa no me escuchan, puedo acudir a otros adultos de confianza: mi voz siempre importa!

Para el cierre, reafirma con el grupo que: «Nadie puede tocar mi cuerpo sin mi permiso».

Invita a las y los participantes a escoger «Mi palabra clave». Explica la importancia de tener una palabra clave para pedir ayuda ante cualquier situación. Entrega tarjetas de colores para que cada participante escriba la suya. Cierra con una ronda de voces en la que cada participante comparta su palabra clave o una frase que se lleva de la experiencia.



Finaliza reforzando lo aprendido: «Con esta experiencia aprendimos que lo que sentimos importa, que podemos decir no y que siempre podemos pedir ayuda. Nuestra voz nos protege».

Materiales sugeridos

- Tarjetas de colores con situaciones (escritas o ilustradas previamente).
- Carteles con palabras clave: «¡Pido ayuda!», «¡No me gusta!», «¡Alto!».
- Disfraces o accesorios simbólicos (opcional).
- Espacio amplio, seguro y libre de juicios.

Recomendaciones

- Antes de comenzar, prepara tarjetas de colores con distintas situaciones que niñas, niños y adolescentes podrían vivir en su vida cotidiana. Puedes usar un color distinto para cada tipo de situación (riesgo, consentimiento, relación positiva, etc.). A continuación, encontrarás algunos ejemplos que puedes adaptar o complementar según el contexto:

- También prepara carteles con frases clave como: «¡Pido ayuda!», «¡No me gusta!», «¡Alto!».
- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.
- Asegura que ningún participante reviva experiencias traumáticas.
- Si surge algo sensible, detén la actividad y activa el protocolo de atención.
- Refuerza siempre que si algo no les gusta o incomoda, pueden y deben decirlo.
- Adapta la actividad según las capacidades del grupo: usa pictogramas, tarjetas visuales, apoyos individuales, canciones o dramatizaciones más estructuradas si es necesario. Incluye ejemplos de contextos diversos, no solo urbanos.

Situación	Tipo
«Un adulto que no conoces te pide que le guardes un secreto».	Riesgo
«Un primo quiere jugar tocándote partes íntimas o privadas».	Riesgo
«Un amigo te abraza sin preguntar y no te gusta».	Consentimiento
«Tu profesora te felicita por tu dibujo».	Relación positiva
«Una vecina te invita a entrar a su casa cuando estás solo».	Riesgo

YO ELIJO EN QUIÉN CONFIAR

Yo elijo en quién confiar es una experiencia que invita a niñas, niños y adolescentes a identificar personas adultas en quienes confían y a quienes pueden acudir cuando necesitan hablar de algo importante, se sienten tristes, confundidos o han vivido una situación de riesgo o violencia. A través del uso del «Círculo de confianza», una herramienta pedagógica visual y participativa, podrán reconocer y representar su red de apoyo, fortaleciendo su seguridad emocional y su capacidad de pedir ayuda.

Esta experiencia pedagógica pretende fortalecer en niñas, niños y adolescentes la capacidad de identificar personas adultas de confianza, reconocer su red de apoyo y desarrollar habilidades para pedir ayuda cuando se sienten confundidos, incómodos o en riesgo, mediante una experiencia pedagógica visual, simbólica y reflexiva basada en el «Círculo de confianza».

Al filo de la experiencia, las y los participantes:

- Visualizan claramente su red de apoyo.
- Identifican a quién acudir ante una situación de riesgo.
- Reconocen que no todas las personas adultas son seguras, y que pedir ayuda es un derecho.

Esta experiencia está pensada para desarrollarse con niñas, niños y adolescentes de 6 a 17 años.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

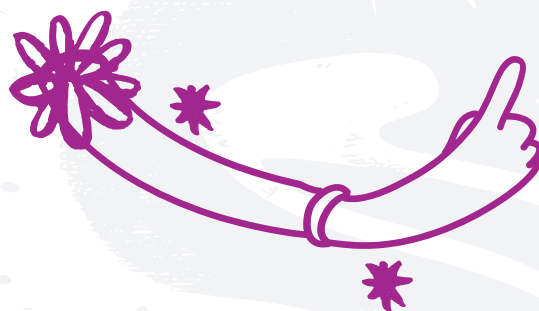
¡Nunca estás sola ni solo; siempre hay alguien que te puede ayudar!

Invita a las y los participantes a pensar en «Mi lugar seguro». Pide que cada participante dibuje rápidamente (en un rincón de la hoja o en el aire con la mano) un lugar que le haga sentir protegida o protegido; este puede ser su casa, el colegio, un parque, la biblioteca, otros.

Explica que así como hay lugares que nos hacen sentir seguros y seguros, también hay personas en quienes confiamos y que nos cuidan. Conecta el siguiente momento con la frase: «Ahora vamos a descubrir quiénes son esas personas que forman parte de nuestra red de confianza».

¡Tu cuerpo es tuyo; nadie puede tocarlo si tú no quieres!

Continúa la experiencia con la actividad «Mi círculo de confianza». Para ello, entrega a cada participante una hoja con círculos concéntricos y su nombre o dibujo en el centro. Explica que cada círculo representa un nivel de cercanía y confianza. Este es un ejemplo:





Invita a que las niñas, niños y adolescentes escriban nombres, dibujen caritas o peguen imágenes en cada círculo. Acompaña con preguntas como: ¿por qué confías en esa persona?, ¿qué harías si alguien te hace sentir incómoda o incómodo?, ¿qué puedes decir si no quieres un abrazo o guardar un secreto?

Refuerza con el grupo sobre que la confianza y las redes de apoyo son fundamentales para la protección de niñas, niños y adolescentes. Confiar significa reconocer a las personas que escuchan, respetan y protegen, y que pueden brindar ayuda en situaciones de riesgo o incomodidad. La confianza se basa en la seguridad de que alguien respeta lo que sentimos y nos apoya sin juzgar. Por su parte, construir una red de apoyo es un derecho y una herramienta de autocuidado que fortalece la seguridad emocional y física. Una red de apoyo puede ser un conjunto de personas cercanas (familia, docentes, amigos, vecinos, instituciones) que acompañan y protegen.

Te sugerimos apoyarte en la Convención sobre los Derechos del niño² que reconoce el derecho de niñas y niños a recibir protección y apoyo de adultos responsables y en el Código de la Infancia y la Adolescencia³ que establece la obligación de la familia, la sociedad y el Estado de proteger y acompañar a niñas, niños y adolescentes.

Otra opción que está siempre disponible para niñas, niños y adolescentes es la Línea 141 de Bienestar Familiar, que es gratuita y está disponible a nivel nacional para reportar emergencias, solicitar orientación y denunciar vulneraciones de derechos de niños, niñas y adolescentes, como maltrato, abuso sexual, trabajo infantil o acoso escolar, disponible 24/7 para protección e intervención inmediata.

Reflexiona con el grupo sobre la importancia de tener personas de confianza a quienes acudir. Puedes decir: «¡Tener claro quiénes nos cuidan, nos ayuda a protegernos y a sentirnos más seguras y seguros!».

¡Puedes decir NO cuando algo no te gusta!

Para el cierre, retoma y refuerza los aprendizajes centrales de la experiencia: reconocieron que la confianza es un derecho y una práctica de protección, identificaron a las personas que forman parte de su red de apoyo y aprendieron que pueden decir no y buscar ayuda cuando algo les incomoda.

Invita a las y los participantes a tomar una foto del círculo (con consentimiento) o a

guardarlo en un lugar visible. También puedes proponer replicarlo en casa o en otros espacios con sus cuidadores.

Reitera con: «Con esta experiencia descubrimos que la confianza es un puente que nos protege: reconocer quiénes nos cuidan, decir lo que sentimos y pedir ayuda cuando algo nos incomoda son actos de fuerza y de cuidado. Nuestra voz y nuestras redes de apoyo son la llave para vivir seguros y acompañados».

Materiales sugeridos

- Hoja en blanco con círculos concéntricos.
- Marcadores, crayones o lápices de colores.
- Stickers, imágenes de personas o caritas (opcional).
- Fotografía del niño o espacio para dibujar su rostro en el centro.

Recomendaciones

- Escucha con atención, sin interrumpir ni juzgar.
- No fuerces a incluir personas con quienes no se sientan seguros, aunque sean familiares.
- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.
- En caso de identificar una situación de vulneración de derechos recuerda activar las rutas de atención.



MI MAPA SEGURO

Esta experiencia invita a niñas, niños y adolescentes a identificar espacios físicos, relaciones y personas que les brinden seguridad y protección en sus entornos cotidianos. En un espacio de reflexión y creación colectiva concretarán y compartirán qué significa para ellos un lugar seguro y una persona de confianza, fortaleciendo así su red de apoyo.

Mi mapa seguro tiene como objetivo desarrollar en niñas, niños y adolescentes la capacidad de reconocer entornos seguros y personas de confianza que promuevan el buen trato, a través de una experiencia pedagógica visual y de creación colectiva que les permita expresar sus narrativas cotidianas y construir colectivamente su mapa de protección.

Con el desarrollo de esta experiencia, las niñas, niños y adolescentes:

- Reconocen el buen trato como un derecho y un estado permanente en el que deben sentirse.
- Identifican lugares y personas en sus entornos cotidianos que les generan seguridad y protección.
- Comparten colectivamente sus ideas sobre el buen trato y la importancia de acudir a redes de apoyo.

La experiencia está diseñada para niñas, niños y adolescentes de 6 a 17 años.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡La protección y el buen trato también son mis derechos!

Inicia la experiencia con una breve actividad «El buen trato se siente». Explica con esta frase lo que se va a abordar en la experiencia: «Vamos a reconocer cómo se siente el buen trato y qué significa estar protegida o protegido».

Reúne a las y los participantes en parejas y propón una breve conversación con preguntas como: ¿qué significa tratar bien a alguien?, ¿cómo se ve el buen trato?, ¿cómo se siente estar protegido?, ¿qué frases me hacen pensar en el buen trato?

Pide que compartan sus reflexiones con el grupo, reforzando que el buen trato es un derecho y que todas las personas merecen sentirse seguras.

¡Identifica y acude a los lugares y personas que te hagan sentir seguridad!

Para la profundización de esta experiencia, invita a las y los participantes a «Construir un mapa seguro y colectivo». Para lograrlo, entrega materiales de manera individual o en pequeños grupos (máximo 3 participantes).

Refuerza en este momento que el buen trato y la protección son derechos fundamentales que se expresan en los lugares y personas que nos brindan seguridad. Reconocerlos fortalece la capacidad de niñas, niños y

adolescentes para identificar redes de apoyo y acudir a ellas en situaciones de riesgo. Puedes agregar que el buen trato es respeto, escucha y cuidado en las relaciones cotidianas. Los entornos seguros son espacios físicos y sociales donde se garantiza la protección y la dignidad y reforzar que las redes de apoyo son todas esas personas cercanas (familia, docentes, vecinos, instituciones) que acompañan y protegen.

Apóyate para esta conceptualización en el Código de la Infancia y la Adolescencia (Ley 1098 de 2006)³ que propone como obligación de la familia, la sociedad y el Estado, garantizar entornos protectores. También se encuentra la Política Nacional de Infancia y Adolescencia 2018–2030 que promueve la construcción de entornos seguros y protectores como prioridad nacional.

Invita a las y los participantes a construir un mapa en el que ubiquen lugares de su comunidad que les hagan sentir seguras y seguros, y dentro de esos lugares identifiquen a las personas que les brindan protección. Pueden señalar estas personas con emoticones, colores, símbolos o recortes de revista que representen la sensación de seguridad.

Guía la actividad con preguntas como: ¿dónde te sientes segura o seguro?, ¿quién te cuida bien?, ¿qué cosas te hacen sentir triste o incómoda o incómodo?, ¿a dónde vas si quieres sentirte tranquila o tranquilo?, ¿a quién le cuentas si te sientes triste?

¡Pedir ayuda es un derecho y una forma de protección!

Para el cierre, organiza una plenaria voluntaria para socializar los mapas. Orienta a las y los participantes a buscar coincidencias en las ideas sobre buen trato y protección.

Reafirma los aprendizajes logrados como: reconocieron que el buen trato es un derecho y un estado permanente, identificaron lugares y personas que les generan seguridad y comprendieron la importancia de acudir a sus redes de apoyo en situaciones de riesgo.

Refuerza las frases guía de la experiencia y añade un mensaje final como: «Luego de esta experiencia aprendimos que el buen trato se construye en los lugares y con personas que nos cuidan. Nuestro mapa seguro nos recuerda que nunca estamos solos: siempre hay alguien a quien acudir».

Materiales sugeridos

- Papel kraft o periódico o cartulina.
- Marcadores, crayones, lápices de colores o témperas.
- Tijeras.
- Pegante.
- Revistas o recortes de revista.

Recomendaciones

- Recuerda que la participación es voluntaria; si alguien no desea hacerlo, indaga en un espacio individual si es necesario.

- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.
- Practica escucha activa y ofrece contención emocional cuando se requiera.
- Presta atención al uso de los materiales en especial con las niñas y niños más pequeños.
- En caso de identificar una situación de vulneración de derechos, recuerda activar las rutas de atención.



CRECER SIN PRESIONES

Crece sin presiones es una experiencia pedagógica que convoca a niñas, niños y adolescentes a reflexionar críticamente sobre los riesgos y consecuencias de los matrimonios y uniones tempranas. A través de la lectura de casos tipo y el diálogo colectivo, se busca que reconozcan señales de alerta, comprendan sus derechos y fortalezcan su capacidad para tomar decisiones informadas y pedir ayuda.

Esta experiencia pretende promover en niñas, niños y adolescentes la capacidad de identificar riesgos asociados a matrimonios y uniones tempranas, reconocer sus derechos y activar rutas de protección mediante la lectura y análisis de casos tipo.

Al final de la experiencia, las niñas, niños y adolescentes:

- Reconocen que los matrimonios y uniones tempranas vulneran derechos y limitan proyectos de vida.
- Identifican señales de alerta y emociones asociadas a situaciones de presión o riesgo.
- Nombran personas adultas de confianza y rutas de protección a las que pueden acudir.

La experiencia está proyectada para trabajarla con niñas, niños y adolescentes de 10 a 17 años. De acuerdo con la edad de las y los participantes se recomienda seleccionar el caso a abordar, así como la herramienta pedagógica que puede ser «Juego de roles» o títeres.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡Decidir cuándo y con quién compartir tu vida es tu derecho!

Comienza esta experiencia con la actividad «Hablemos de crecer en libertad». Para ello, reúne al grupo en círculo y abre con una frase sencilla como: «Vamos a conversar sobre lo que significa crecer con libertad, sin presiones que limiten nuestros sueños».

Propicia un conversatorio inicial con estas preguntas u otras que consideres pertinentes, de acuerdo con el contexto y la edad de las y los participantes: ¿qué significa casarse o unirse con alguien siendo niña, niño o adolescente?, ¿qué riesgos creen que estas uniones pueden traer?

Explica de manera clara que los matrimonios y uniones tempranas son una vulneración de derechos, pues afectan la autonomía, la educación, la salud y los proyectos de vida.

Para dar paso a la profundización, reafirma que: «Crecer sin presiones significa tener tiempo para aprender, jugar, estudiar y decidir nuestro futuro con libertad».

¡Tu proyecto de vida no debe adelantarse por presión!

En esta experiencia se trabajarán casos tipo. Se proponen dos ejemplos que puedes seleccionar según la edad de las y los participantes, o también puedes preparar uno o dos casos adicionales que fortalezcan el análisis y la actividad. De acuerdo con la

edad y el contexto, puedes sugerir la dramatización de los casos (siempre de forma voluntaria), preparar con anterioridad títeres para su representación o realizar una lectura en voz alta de manera clara y pausada.

Para cualquiera de las dinámicas que elijas, entrega con anticipación las preguntas orientadoras, de modo que el caso se vea o se escuche desde esos focos y facilite la reflexión colectiva.

Caso tipo 1 (Niñas y niños de 10 a 14 años).

«María tiene 13 años. Sus padres le dicen que debe unirse con un hombre mayor porque él puede darle seguridad económica. María quiere seguir estudiando y jugar con sus amigas, pero siente presión y miedo de decir que no».

Preguntas orientadoras:

- ¿Qué está pasando en esta historia?
- ¿Cómo creen que se siente María?
- ¿Crees que está bien que obliguen a María a unirse? ¿Por qué?
- ¿Crees que se está vulnerando algún derecho? ¿Cuál o cuáles?
- ¿Qué podría hacer María? ¿A quién podría acudir?
- ¿Conocen instituciones o personas que pueden ayudar en un caso así?

Caso tipo 2 (Adolescentes 15 a 17 años).

«Laura tiene 16 años y sueña con terminar el colegio para estudiar diseño gráfico. Hace algunos meses empezó una relación con un joven mayor y ahora él le propone vivir juntos. Laura siente ilusión porque cree que así tendrá más independencia, pero también miedo de dejar sus estudios y amistades. En ocasiones, él le dice que no necesita seguir estudiando porque él puede mantenerla. Laura no sabe si está lista para tomar esa decisión ni cómo pedir orientación».

Preguntas orientadoras:

- ¿Qué está pasando en esta historia?
- ¿Cómo creen que se siente Laura?
- ¿Creen que es una decisión libre o hay presiones externas? ¿Por qué?
- ¿Qué riesgos pueden aparecer si Laura deja el colegio para irse a vivir con su novio?
- ¿Qué derechos se estarían vulnerando o limitando?
- ¿Qué señales de alerta identifican en esta relación (diferencias de poder, control, presión)?
- ¿Qué opciones tiene Laura para cuidar sus sueños y bienestar?
- ¿A quién podría acudir para pedir ayuda o consejo?
- ¿Qué mensaje le darían a Laura para acompañarla en esta decisión?

Asimismo, refuerza con las y los participantes que los matrimonios y uniones tempranas vulneran derechos fundamentales, limitan proyectos de vida y



generan riesgos emocionales, sociales y de salud. La autonomía en la niñez y adolescencia es progresiva y se fortalece a medida que crecemos, aprendemos y tenemos más información para cuidarnos.

Algunos aspectos claves que también podrías reforzar son: la autonomía progresiva que las niñas, niños y adolescentes van adquiriendo; la capacidad de decisión conforme a su edad y madurez. Presión social y familiar que puede llevar a decisiones no libres, afectando sueños y bienestar y el derecho al proyecto de vida, esto es, cada persona tiene derecho a decidir cuándo y con quién compartir su vida.

Te sugerimos reforzar estos temas desde apoyándote en la Convención sobre los Derechos del Niño²: derecho a la protección contra prácticas que vulneren el desarrollo, la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW): prohíbe matrimonios forzados y protege la igualdad de género, la Política Nacional de Infancia y Adolescencia 2018–2030: promueve la prevención de uniones tempranas como parte de la protección integral y la Agenda 2030 – ODS 5 (Igualdad de género)¹⁰ : incluye la meta de eliminar matrimonios infantiles, tempranos y forzados.

También te invitamos a leer y apropiarte la Ley 2447 de 2025¹¹ , que busca eliminar todas las formas de uniones tempranas en las cuales uno o ambos contrayentes o compañeros permanentes sean menores de 18 años y se fortalece la Política Pública Nacional de Infancia y Adolescencia

mediante la creación del Programa Nacional de Proyectos de Vida para Niños, Niñas y Adolescentes.

¡No estás sola ni solo; tus derechos tienen guardianes!

En el cierre, organiza una plenaria voluntaria para compartir reflexiones y aprendizajes. Reafirma con el grupo que las uniones tempranas no son decisiones libres, sino presiones que vulneran derechos.

Retoma las frases guía de la experiencia y complementa con una frase colectiva como: «Tenemos derecho a crecer en libertad y decidir nuestro futuro».

Finalmente, comparte con las y los participantes esta consigna: «Crecer es un viaje que no debe apresurarse. Nuestros sueños necesitan tiempo, estudio y juego para florecer. Las presiones que adelantan la vida nos roban la libertad, pero reconocer las señales, pedir ayuda y confiar en quienes nos cuidan nos recuerda que tenemos derecho a decidir nuestro futuro».

Materiales sugeridos

- Guía con los casos escritos.
- Hojas o tarjetas con preguntas orientadoras.
- Papelógrafos.
- Marcadores, crayones, lápices de colores.
- Fichas de colores.
- Pegante.

¹⁰En <https://sdgs.un.org/es/goals>

¹¹En <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=258236>

Recomendaciones

- Escoge casos acordes con la edad y contexto cultural.
- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.
- Asegura un espacio de respeto y cuidado emocional.
- Evita casos que puedan generar revictimización, si no hay apoyo psicosocial.
- Aclara que no se trata de encontrar una respuesta correcta, sino de aprender a pensar, sentir y actuar con consciencia y cuidado.
- En caso de identificar una situación de vulneración de derechos recuerda activar las rutas de atención.



MI CUERPO, MI DECISIÓN

Esta experiencia pensada como un taller vivencial, invita a niñas, niños y adolescentes a reflexionar sobre su cuerpo, autonomía, proyecto de vida y presiones sociales que pueden llevar al embarazo adolescente. Con el uso de recursos artísticos y reflexivos, se busca promover la autoestima, el respeto y la toma de decisiones informadas.

Mi cuerpo, mi decisión busca potenciar en niñas, niños y adolescentes la autonomía corporal y emocional, el conocimiento de sus derechos sexuales y reproductivos y la capacidad crítica frente a imaginarios sociales sobre el amor, la maternidad temprana y la presión social, mediante una experiencia vivencial y artística que promueva la toma de decisiones informadas.

Luego de esta experiencia, las niñas, niños y adolescentes:

- Identifican presiones sociales asociadas al embarazo adolescente.
- Reafirman el valor de la autonomía y la toma de decisiones informadas.
- Identifican sus derechos sexuales y reproductivos y a quién acudir para pedir ayuda.

La experiencia está pensada para trabajarse con niñas, niños y adolescentes de 10 a 17 años.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡Tu cuerpo es tuyo y tus decisiones también!

Inicia la experiencia con una breve explicación sobre que los derechos sexuales y reproductivos son parte de los derechos humanos y garantizan que todas las personas, incluidas niñas, niños y adolescentes, puedan vivir su sexualidad de forma segura, informada, libre y sin violencia. Reafirma que estos derechos implican acompañamiento adulto, espacios seguros y respeto por la autonomía progresiva.

Con esta explicación en mente de las y los participantes, propón la actividad de acogida «El espejo de emociones». Para realizarla, invita a las y los participantes a formar parejas (si es número impar, alguien puede ser observador(a); una persona hará gestos o expresiones de emociones como tristeza, alegría, miedo, asombro u otras y la otra imitará como si fuera su reflejo. Cambian roles después de unos minutos. Anima la actividad nombrando emociones para que todo el grupo las exprese con rostro o cuerpo.

Para pasar al siguiente momento, puedes expresar que: «Así como reconocemos nuestras emociones, también podemos reconocer lo que valoramos de nuestro cuerpo, nuestros sueños y nuestras decisiones».

¡Tener un proyecto de vida es una forma de cuidarnos!

Continúa la experiencia entregando el material a las y los participantes. Invita a dibujar su silueta y escribir dentro de ella lo que valoran de cada uno, adicionalmente, con recortes de imágenes que representen metas personales, sueños y proyectos de vida. Enfoca la actividad en momentos de afecto, crecimiento, sueños y protección, evitando centrarla en experiencias dolorosas.

Entre tanto, refuerza con el grupo que la autonomía corporal y emocional es un derecho que protege la capacidad de niñas, niños y adolescentes para decidir sobre su cuerpo y su proyecto de vida. Reconocer presiones sociales que pueden llevar al embarazo adolescente es clave para fortalecer la autoestima, el respeto y la toma de decisiones informadas.

Retoma también que, la autonomía progresiva es la capacidad de tomar decisiones que crece con la edad, la experiencia y la información. Los derechos sexuales y reproductivos garantizan vivir la sexualidad con libertad, seguridad y respeto; estos y el proyecto de vida son las metas y sueños personales que deben ser protegidos frente a presiones externas.

Aquí te recomendamos algunos referentes de apoyo para esta profundización:

- Convención sobre los Derechos del Niño²: derecho a la protección y al desarrollo integral.

- Convención sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW)¹⁰: protege la igualdad y la autonomía frente a presiones sociales y matrimonios tempranos.
- Conferencia Internacional sobre Población y Desarrollo (El Cairo): reconoce los derechos sexuales y reproductivos como parte de los derechos humanos.
- Agenda 2030 – ODS 3 y ODS 510: Salud y bienestar, Igualdad de género y eliminación de embarazos adolescentes y matrimonios tempranos.

Propicia un conversatorio sobre autonomía, respeto y cuidado. Pide que cada participante piense en una acción que quiere mantener para cuidar su cuerpo y su proyecto de vida, es decir: «una promesa para mi futuro».

¡Nuestros sueños y decisiones nos recuerdan que la libertad también es un derecho!

Para el cierre, retoma la «Promesa para mi futuro» e invita a que las niñas, niños y adolescentes la escriban en su silueta y que de forma voluntaria peguen en la pared su producto para que en una ronda rápida, las y los participantes conozcan las metas y cualidades de los demás.

Retoma los aprendizajes logrados como: identificaron presiones sociales asociadas al embarazo adolescente, reafirmaron el valor de la autonomía y la toma de decisiones informadas, reconocieron sus derechos

sexuales y reproductivos, y a quién acudir para pedir ayuda.

Finaliza con esta consigna: «Luego de esta experiencia aprendimos que nuestro cuerpo y nuestras decisiones son parte de nuestra libertad. Reconocer lo que valoramos de nosotros mismos y proyectar nuestros sueños nos recuerda que la autonomía se construye día a día, con cuidado, respeto y acompañamiento. Nuestro cuerpo, nuestra decisión, es también nuestro derecho a crecer con dignidad y esperanza».

Materiales sugeridos

- Papel kraft o periódico.
- Marcadores, crayones, lápices de colores.
- Revistas.
- Tijeras.
- Pegante.

Recomendaciones

- Mantente alerta para contener emocionalmente, si surgen relatos personales.
- Presta atención al uso de los materiales en especial con las niñas y niños más pequeños.
- En caso de identificar una situación de vulneración de derechos recuerda activar las rutas de atención.
- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.



VOCES LIBRES, VIDAS SEGURAS

Voces libres, vidas seguras es una experiencia pedagógica que convoca a que niñas, niños y adolescentes reconozcan las formas de reclutamiento y utilización por parte de grupos armados y delictivos; también a que identifiquen estrategias de protección y redes de apoyo comunitarias. A través de dinámicas participativas y narrativas colectivas, se busca reafirmar que su voz, sus sueños y su proyecto de vida son derechos que nadie puede arrebatar.

Esta experiencia busca visibilizar en niñas, niños y adolescentes las estrategias de reclutamiento y utilización de grupos armados y delictivos, y desarrollar capacidades para reconocer riesgos, fortalecer la autonomía y activar redes de protección comunitarias que promuevan el derecho a crecer en paz.

Luego de esta experiencia pedagógica, las niñas, niños y adolescentes:

- Reconocen señales y riesgos asociados al reclutamiento y utilización.
- Reafirman que su vida, su cuerpo y sus decisiones no pueden ser manipuladas ni arrebatadas.
- Identifican personas, instituciones y espacios de confianza a los que pueden acudir en caso de riesgo.

Esta experiencia está proyectada para niñas, niños y adolescentes de 10 a 17 años. Si hay niñas o niños menores de 10 años se sugiere adaptar el lenguaje de acuerdo con el contexto, usando símbolos con los más pequeños.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡Mi voz y mis sueños no se reclutan!

Inicia la experiencia con la actividad «La voz que me protege». Para lograrlo, forma un círculo con el grupo. Pide que cada participante piense en una frase corta que le haga sentir protegida o protegido como, por ejemplo: «estoy contigo», «no estás solo», «te apoyo». Cada uno dice su frase en voz alta, y el grupo responde con un aplauso o gesto de reconocimiento.

Explica que el reclutamiento y la utilización de niñas, niños y adolescentes son formas de violencia que vulneran derechos fundamentales. Reconocer señales de riesgo y fortalecer redes de apoyo comunitarias es clave para la protección y la autonomía.

Comparte esta consigna para conectar con el siguiente momento de la experiencia: «Así como estas frases nos cuidan, también necesitamos reconocer los riesgos que intentan arrebatarnos la voz».

¡Tengo derecho a crecer en paz y sin miedo!

Como profundización, propón al grupo que cada participante construya su «Mapa de riesgos y protecciones», para ello, entrega una cartulina para dibujar dos círculos: uno con situaciones que generan riesgo, por ejemplo, presiones, engaños, promesas falsas; y otro con personas o lugares que protegen. Bajo los círculos y de forma llamativa, invita a que cada participante escriba o dibuje un mensaje afirmativo sobre cómo proteger su voz y sus sueños.

Retoma temas clave como que el reclutamiento y utilización son prácticas de manipulación, engaño o presión que buscan involucrar a niñas, niños y adolescentes en actividades de grupos armados o delictivos. Propón algunas señales de alerta como promesas falsas, presiones, ofrecimientos de dinero o poder, aislamiento de la familia o la escuela. Relaciona algunas redes de protección como familia, escuela, comunidad, instituciones y organizaciones que acompañan y protegen.

Enfatiza en que, el Estado colombiano y la comunidad internacional reconocen el reclutamiento como una vulneración grave de derechos y un crimen de guerra.

A continuación, te sugerimos algunos referentes para esta profundización:

- Decreto 1434 de 2018: adopta la línea de política pública de prevención del reclutamiento, utilización, uso y violencia sexual contra niñas, niños y adolescentes por parte de grupos armados y delincuenciales.
- Acciones del ICBF (Anexo Técnico 2022): fortalecen capacidades de adolescentes y jóvenes para reconocer riesgos y activar redes de protección.
- Código de la Infancia y la Adolescencia³: reconoce el derecho de niñas, niños y adolescentes a ser protegidos contra guerras, conflictos armados internos y reclutamiento.
- Derecho Internacional Humanitario (DIH): prohíbe la participación directa de menores de edad en hostilidades y

reconoce el reclutamiento como crimen de guerra.

- Convención sobre los Derechos del Niño²: establece el derecho de niñas y niños a ser protegidos contra cualquier forma de violencia, incluyendo el reclutamiento.

¡Si alguien me presiona, puedo pedir ayuda; no estoy sola o solo!

Para el cierre, a modo de plenaria, invita a las niñas, niños y adolescentes a socializar los mapas, leer en voz muy alta sus mensajes o explicar su dibujo. Reafirma que pedir ayuda es un derecho y que existen instituciones y personas que acompañan.

Retoma las frases guía y complementa con esta frase: «Crecer en paz es nuestro derecho» o una frase de algún participante.

Finaliza con esta consigna: «Luego de esta experiencia aprendimos que nuestra voz y nuestros sueños no se reclutan. Reconocer los riesgos y fortalecer nuestras redes de apoyo, nos recuerda que crecer en paz es nuestro derecho. Juntos, como comunidad, podemos cuidarnos y acompañarnos para que nadie nos arrebate la libertad de soñar».

Materiales sugeridos

- Papel kraft o periódico.
- Octavos de cartulina.
- Marcadores, crayones, lápices de colores.
- Fichas de colores.
- Pegante.

Recomendaciones

- Crea un ambiente seguro y de confianza, evitando relatos que puedan revictimizar.
- Recuerda que el compartir experiencias personales es voluntario.
- En caso de identificar una situación de vulneración de derechos, recuerda activar las rutas de atención.
- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.



CAMINOS DE CUIDADO PARA LLEGAR A ESPACIOS SEGUROS

Caminos de cuidado para llegar a espacios seguros es una experiencia pedagógica a modo de juego vivencial que permite a niñas, niños y adolescentes reflexionar sobre los riesgos de la vida en calle y la importancia de contar con espacios seguros. A través de dinámicas de movimiento y cooperación, se busca reconocer derechos, valorar la protección y fortalecer la confianza en redes de apoyo.

Esta experiencia pretende activar en niñas, niños y adolescentes la reflexión sobre los riesgos de la vida en calle y la importancia de espacios seguros, mediante un juego cooperativo que promueva el cuidado, la protección y la solidaridad.

Al final de esta experiencia, las niñas, niños y adolescentes:

- Reconocen que la vida en calle los(las) expone a riesgos y vulnera derechos.
- Valoran la importancia de contar con refugios seguros y personas de confianza.
- Practican la cooperación y el apoyo mutuo como formas de protección.

La experiencia está pensada para desarrollarse con niñas, niños y adolescentes de 6 a 17 años.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡La calle no es un hogar; tu vida merece cuidado!

Inicia esta experiencia con una «Ronda de las reflexiones» en la que todas las voces cuentan, todas las voces protegen. Para ello, organiza a las y los participantes formando un círculo e invita a la reflexión sobre la permanencia en calle, puedes hacer preguntas como: ¿qué es para ustedes estar mucho tiempo en la calle?, ¿creen que estar en la calle puede traer riesgos?, ¿qué puede motivar la permanencia en la calle?, ¿por qué crees que algunas niñas, niños o adolescentes pueden terminar habitando la calle?

Luego de sus intervenciones, explica que la permanencia en calle puede implicar falta de protección, exposición a violencias y riesgos para la salud.

Pasa al siguiente momento de la experiencia con la siguiente frase: «La calle no es un hogar: crecer con cuidado y protección es nuestro derecho».

¡Buscar refugios seguros es proteger nuestros derechos!

Invita a las y los participantes al «Refugio seguro». Para lograrlo, pide que caminen libremente por el espacio previamente decorado con los carteles ya elaborados mientras suena música. Cuando la música se detenga, puedes usar la expresión «¡busca un refugio seguro!», usar un instrumento

musical, un silbato o las palmas para que las y los participantes corran hacia uno de los carteles.

Una vez en el lugar, pide que conversen brevemente: ¿por qué este lugar es seguro?, ¿qué riesgos evitaría?, ¿qué derechos protege? o ¿por qué este lugar es seguro? ¿qué riesgos correría?, ¿vulneraría algún derecho? Repite varias rondas para generar varias reflexiones y encuentros entre diferentes participantes.

Conduce una plenaria para reforzar los riesgos de la vida en calle y el derecho a espacios seguros. Explica que la permanencia en calle no es solo ausencia de hogar, sino una condición de vulneración múltiple de derechos como exposición a violencias (físicas, psicológicas, sexuales o institucionales), riesgos para la salud (falta de alimentación adecuada, higiene, atención médica), explotación laboral o económica (mendicidad, trabajo infantil, actividades ilícitas), aislamiento social (pérdida de vínculos familiares, escolares y comunitarios) y estigmatización (discriminación y rechazo que refuerzan la exclusión).

Para esta profundización, te sugerimos algunos referentes como la Convención sobre los Derechos del Niño², la Observación General N.º 21 del Comité de los Derechos del Niño¹² que trata sobre niños en situación de calle, enfatiza que la calle nunca debe ser considerada un hogar y que los Estados deben garantizar alternativas de cuidado; igualmente puedes consultar el Código de la Infancia y la Adolescencia (Ley 1098 de 2006)³.

Concluye con el grupo y de acuerdo con la actividad «Refugio seguro», cuáles son esos espacios o lugares que generan seguridad y protección.

¡Crecer con cuidado es nuestro derecho!

Para el cierre, con el grupo completo, reflexiona sobre las diferencias entre elegir refugios seguros y caer en lugares de riesgo. Invita a las niñas, niños y adolescentes a compartir sus aprendizajes del juego.

Reafirma que existen alternativas de cuidado y acompañamiento y que la calle no es un hogar. La vida merece cuidado y protección.

Finaliza con una consigna como: «Luego de esta experiencia aprendimos que la calle no es un hogar. Reconocer los riesgos y elegir refugios seguros nos recuerda que nuestra vida merece cuidado, protección y acompañamiento. Crecer con cuidado es nuestro derecho, y siempre existen personas y espacios que nos protegen».

Materiales sugeridos

- Carteles o tarjetas preelaboradas.
- Espacio amplio para moverse.
- Música o algún instrumento para ambientar el juego.

Recomendaciones

- Previo a la actividad, elabora carteles con palabras como, por ejemplo: «hogar», «escuela», «amigos», «parque seguro», «vecino», «institución de apoyo» (según el contexto), «zona peligrosa», «calle oscura», «parque peligroso».

¹²En <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2017/11402.pdf>

- Adapta el juego según la edad y el espacio disponible.
- Evita que la dinámica se convierta en competencia; enfatiza en la cooperación.
- En caso de identificar una situación de vulneración de derechos, recuerda activar las rutas de atención.
- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.



MI HISTORIA EN COLORES

La experiencia pedagógica **Mi historia en colores** favorece el reconocimiento de la historia de vida, las emociones y los vínculos afectivos de niñas, niños y adolescentes a través de una expresión artística libre. Les permite valorar quiénes son, de dónde vienen y qué les hace sentirse protegidos, amados y respetados, reconociendo la diversidad cultural, regional, étnica, campesina, sexual y familiar como parte de su identidad.

Esta experiencia pretende favorecer en niñas, niños y adolescentes la capacidad de reconocer y expresar su historia personal, sus emociones y vínculos afectivos, mediante un collage que resalte momentos de afecto, sueños, aprendizajes y diversidad, promoviendo la autoestima y el derecho a la identidad.

Con esta experiencia, las niñas, niños y adolescentes:

- Reafirman el derecho a la identidad y a su expresión.
- Comprenden que cada historia es valiosa por la diversidad que habitan.
- Validan emociones, recuerdos y sueños como parte de su identidad.

La experiencia está pensada para desarrollarse con niñas, niños y adolescentes de 6 a 17 años.

MOMENTOS DE LA EXPERIENCIA

¡Tienes derecho a contar tu historia como tú la sientas!

Inicia esta experiencia con una actividad sencilla pero evocadora: «El hilo de mi historia». Para realizarla, forma al grupo en círculo. Entrega un ovillo de lana o cuerda (puede ser cualquier hilo sencillo) e inicia con una frase breve como: «Un recuerdo que me hace feliz es...». Luego, lanza el ovillo a otra persona, que completa la frase con su propio recuerdo y sostiene el hilo antes de lanzarlo a alguien más.

Repite evocando recuerdos, personas, lugares hasta que se va formando una red visible entre todas las manos.

Cuando todas y todos hayan participado (siempre y cuando así lo quieran) reflexiona sobre: «Así como este hilo nos conecta, nuestras historias también nos unen. Cada recuerdo y cada emoción son parte de nuestra identidad y todas son valiosas».

¡Cada parte de tu vida te hace quién eres hoy, por eso tu historia es importante!

¡Es momento de crear!

Entrega materiales a cada participante e invítalos a recortar imágenes o escribir palabras que representen partes importantes de su historia. Pueden incluir dibujos, recortes, frases o símbolos personales, motiva su creatividad. Enfoca la actividad en momentos de afecto,

crecimiento, sueños, protección, gustos, costumbres, evitando centrarla en experiencias difíciles.

Refuerza con las y los participantes que la identidad se construye a partir de recuerdos, afectos, vínculos y sueños. Reconocer y expresar la propia historia fortalece la autoestima y el derecho a la identidad, validando la diversidad cultural, regional, étnica, campesina, sexual y familiar.

Apóyate en algunos conceptos clave como:

- **Identidad:** conjunto de características, vínculos y experiencias que hacen única a cada persona.
- **Diversidad:** todas las historias son diferentes y valiosas; no existe una forma única de familia o camino de vida.
- **Derecho a la identidad:** niñas, niños y adolescentes tienen derecho a preservar y expresar quiénes son, sus raíces y sus vínculos.

A continuación, te sugerimos algunos referentes para abordar los conceptos clave: Convención sobre los Derechos del Niño², Ley 1098 de 2006 – Código de Infancia y Adolescencia³, y Agenda 2030 – ODS 10¹⁰: Reducción de desigualdades, reconocimiento de la diversidad como riqueza.

Ahora, es el momento de compartir cada historia. Invita a quienes deseen a compartir su collage con el grupo. Guía la reflexión con preguntas como: ¿qué te gusta de tu historia?, ¿qué o quién te gustaría que siempre esté presente en tu vida?, ¿qué derechos has reconocido en tu historia?

Valida cada historia sin juzgar ni comparar. Refuerza que cada collage es único y valioso.

¡Todas las familias y caminos son diferentes, y eso está bien!

Para el cierre, propón al grupo una actividad sencilla «La palabra que me llevo». Invita a las y los participantes a formar un círculo. Pide que cada participante diga en voz alta una palabra que represente lo que se lleva de la experiencia, por ejemplo: «confianza», «diversidad», «amor», «respeto», «historia», «vida».

Declara en voz alta que: «Cada historia tiene colores únicos. Todas nuestras palabras juntas forman un tejido de identidad y cuidado».

Finaliza con la consigna: «Luego de esta experiencia aprendimos que cada historia es única y valiosa. Nuestros colores, memorias y sueños nos recuerdan que tenemos derecho a la identidad y a crecer protegidos, amados y respetados».

Materiales sugeridos

- Revistas, periódicos, fotos impresas (opcional).
- Tijeras.
- Pegante.
- Ovillo de lana o cuerda.
- Marcadores, crayones, lápices de colores.
- Cartulina o papel grande para cada participante.
- Elementos reciclables o naturales (opcional).

Recomendaciones

- Si el collage activa emociones difíciles, brinda contención y activa el protocolo de acompañamiento psicosocial.
- Asegura un ambiente de respeto y privacidad: lo que se comparta es voluntario.
- Si alguien no desea representar a su familia, puede enfocarse en sueños, amistades o experiencias positivas.
- Valida cada historia sin juzgar ni comparar.
- En caso de identificar una situación de vulneración de derechos, recuerda activar las rutas de atención.
- Los materiales propuestos para esta experiencia son adaptables; puedes reemplazarlos por otros que tengas disponibles.

Luego de este recorrido por las experiencias pedagógicas que conformaron el capítulo **#VocesquePrevienen las violencias** te proponemos continuar la reflexión con los siguientes interrogantes:

- ¿Qué aprendizajes comunes nos dejan estas experiencias sobre cómo niñas, niños y adolescentes reconocen riesgos y activan sus voces para prevenir violencias?
- ¿De qué manera podemos fortalecer los factores protectores identificados en las experiencias para que trasciendan el espacio pedagógico y se consoliden en la vida familiar, comunitaria e institucional?
- ¿Qué ajustes o innovaciones técnicas necesitamos incorporar para que estas metodologías sean más inclusivas, diversas y sostenibles en distintos territorios y contextos?



¿QUÉ PASOS SIGUEN?

Este recorrido por la cartilla **Derechos con voz propia** nos recuerda que cada experiencia es una oportunidad para transformar realidades desde la voz de niñas, niños y adolescentes. En el capítulo **#VocesquePromueven transformaciones** celebramos la diversidad, la igualdad y el disfrute pleno de los derechos; mientras que en **#VocesquePrevienen las violencias** activamos la protección, la prevención y la construcción de entornos seguros. Son caminos complementarios que se entrelazan en la vida cotidiana y que invitan a la acción situada, sensible y colectiva.

Te proponemos los siguientes pasos para continuar la reflexión con estos interrogantes:

- ¿Qué aprendizajes comunes nos dejan estas experiencias sobre el disfrute y la protección de los derechos?
- ¿Cómo podemos fortalecer las prácticas de cuidado y participación para que trasciendan el espacio pedagógico y se consoliden en la vida familiar, comunitaria e institucional?
- ¿Qué innovaciones necesitamos incorporar para que estas metodologías sean más inclusivas, diversas y sostenibles en distintos territorios y contextos?

Te invitamos a documentar, compartir y transformar lo que surja en tu acompañamiento. Cada líder, lideresa, profesional, facilitador o facilitadora puede crear y diseñar experiencias pedagógicas propias, adaptadas a las voces y realidades de los grupos que acompaña.

Recuerda: más que aplicar una guía cerrada, se trata de activar procesos vivos, participativos y creativos que fortalezcan la protección integral y el disfrute pleno de los derechos.

**ILAS VOCES DE
NIÑAS, NIÑOS
Y ADOLESCENTES
TRANSFORMAN
EL MUNDO!**

REFERENCIAS

Comité de los Derechos del Niño. (2017). Observación General N.º 21 sobre los niños en situación de calle. Naciones Unidas, Consejo Económico y Social, CRC/C/GC/21. Recuperado de

<https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2017/11402.pdf>

Congreso de Colombia. (2025). Ley 2447 de 2025: Por medio del cual se eliminan todas las formas de uniones tempranas en las cuales uno o ambos contrayentes o compañeros permanentes sean menores de 18 años y se fortalece la Política Pública Nacional de Infancia y Adolescencia mediante la creación del Programa Nacional de Proyectos de Vida para niños, niñas y adolescentes. Recuperado de:

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=258236>

Congreso de la República de Colombia. (2006). Ley 1098 de 2006: Código de la Infancia y la Adolescencia. Diario Oficial Nro. 46.446 del 8 de noviembre de 2006. Recuperado de

http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1098_2006.html

Congreso de la República de Colombia. (2025). Ley 2489 de 2025: Por la cual se establecen disposiciones para garantizar entornos digitales sanos y seguros para niñas, niños y adolescentes. Diario Oficial de la República de Colombia. En

<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=260756>

Organización de los Estados Americanos. (1969). Convención Americana sobre Derechos Humanos. OEA. En

https://www.oas.org/dil/esp/1969_Convencion%20Americana_sobre_Derechos_Humanos.pdf

Departamento Nacional de Planeación. (2025). Documento CONPES 4143: Política Nacional de Cuidado. Consejo Nacional de Política Económica y Social. Recuperado de:

<https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Conpes/Economicos/4143.pdf>

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar – ICBF. (2017). Línea de política pública de trabajo infantil y protección al adolescente trabajador. Bogotá, Colombia: ICBF. Recuperado de

https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/linea_de_politica_publica_trabajo_infantil_y_proteccion_al_adolescente_t.pdf

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2023). Modelo de Enfoque Diferencial de Derechos (Versión 2). Adoptado mediante Resolución 7998 de 2023. Recuperado de

https://www.icbf.gov.co/system/files/procesos/md1.de_modelo_enfoque_diferencial_de_derechos_v2.pdf

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2025). Manual técnico Modalidad para la prevención de riesgos y el Desarrollo de capacidades. Recuperado de

https://www.icbf.gov.co/system/files/procesos/mt4.pp_manual_tecnico_modalidad_para_la_prevenccion_de_riesgos_y_desarrollo_de capacidades_v1.pdf

Ministerio de Salud y Protección Social, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar y UNICEF. (2018). Política Nacional de Infancia y Adolescencia 2018–2030. Bogotá, Colombia: Gobierno de Colombia. Recuperado de

https://www.icbf.gov.co/sites/default/files/politica_nacional_de_infancia_y_adolescencia_2018_-_2030.pdf

Naciones Unidas. (1979). Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer (CEDAW). Adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 18 de diciembre de 1979, entrada en vigor el 3 de septiembre de 1981. Recuperado de

<https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/convention-elimination-all-forms-discrimination-against-women>

Naciones Unidas. (1989). Convención sobre los Derechos del Niño. Adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1989. Recuperado de

<https://www.un.org/es/events/childrenday/pdf/derechos.pdf>

Naciones Unidas. (2015). Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Resolución aprobada por la Asamblea General de las Naciones

Unidas el 25 de septiembre de 2015 (A/RES/70/1). Incluye el ODS 5: Igualdad de género. Recuperado de

<https://sdgs.un.org/es/goals>

Organización de las Naciones Unidas. (1989). Convención sobre los Derechos del Niño. Adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1989. Recuperado de

<https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child>

Sistema Nacional de Derechos Humanos y Derecho Internacional Humanitario Ministerio del Interior. (2023). Sistema Nacional de Derechos Humanos y Derecho Internacional Humanitario. Gobierno de Colombia.

<https://derechoshumanos.gov.co/Areas-Trabajo/Paginas/Sistema-Nacional-de-Derechos-Humanos-y-DIH.aspx>

Universidad Nacional de Colombia. (2023). Experiencias pedagógicas significativas: un abanico de posibilidades. Universidad Nacional de Colombia. En:

https://pregrado.unal.edu.co/media/pdf_docs/toolbox/exploration/EXPERIENCIAS_PEDAGOGICAS_SIGNIFICATIVAS.pdf



**BIENESTAR
FAMILIAR**



LÍNEA DE
ATENCIÓN A
NIÑOS, NIÑAS
Y ADOLESCENTES.
PROTECCIÓN · EMERGENCIA · ORIENTACIÓN

 @icbfcolumbiaoficial

 @ICBFColombia

 @icbfcolumbiaoficial

 ICBFColombia

Línea gratuita nacional ICBF:
01 8000 91 80 80
www.icbf.gov.co

Derechos con voz propia





**Atrapa
Sueños**
Estrategia Intersectorial



**BIENESTAR
FAMILIAR**

Dirección de Infancias y Adolescencias

2026