

El semáforo del buen trato y mi red de confianza

Tratar bien es respetar, escuchar y cuidar. Si alguien te hace daño, te asusta o te hace sentir mal, tienes derecho a pedir ayuda a una persona adulta de confianza. Pedir ayuda no es acusar: es cuidarse.

1 Clasifica cada situación en el semáforo. Escríbela en su columna.

Me escuchan cuando hablo · Me prestan un lápiz cuando lo pido
 Alguien me quita el sitio en la fila · Se ríen de mí una vez
 Me empujan o me pegan · Me insultan todos los días
 Me piden guardar un secreto que me hace sentir mal

Verde: buen trato

Amarillo: lo hablo

Rojo: pido ayuda

Mi red de confianza

2 ¿A qué personas adultas pedirías ayuda? Escribe quiénes son (mi abuela, el maestro, la monitora...). No hace falta poner nombres.

En casa	En la escuela	En otro lugar
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

3 Practica un guion para pedir ayuda. Complétalo con un caso inventado.

Necesito contarte algo: _____

Me siento _____

Necesito que _____

4 Marca lo que es verdad.

- ☐ Si la primera persona no me escucha, se lo cuento a otra.
- ☐ Pedir ayuda es de valientes.
- ☐ Si un secreto me hace sentir mal, puedo contarlo.

Guía para el docente

El semáforo del buen trato y mi red de confianza

Objetivo: Distinguir situaciones de buen trato de las que requieren ayuda adulta y saber cómo pedirla.

Soluciones y criterios

1. Clasifica cada situación en el semáforo. Escríbela en su columna.

Verde: buen trato: Me escuchan cuando hablo, Me prestan un lápiz cuando lo pido

Amarillo: lo hablo: Alguien me quita el sitio en la fila, Se ríen de mí una vez

Rojo: pido ayuda: Me empujan o me pegan, Me insultan todos los días, Me piden guardar un secreto que me hace sentir mal

2. ¿A qué personas adultas pedirías ayuda? Escribe quiénes son (mi abuela, el maestro, la monitora...). No hace falta poner nombres.

Al menos una persona adulta de confianza en cada lugar; se escribe su papel, no su nombre.

3. Practica un guion para pedir ayuda. Complétalo con un caso inventado.

Guion claro: qué pasa, cómo se siente y qué ayuda necesita. Ejemplo: «Necesito contarte algo: en el recreo me empujan todos los días. Me siento asustado. Necesito que me ayudes a que pare».

4. Marca lo que es verdad.

Las tres frases son verdaderas.

Orientaciones

- La clasificación del amarillo y del rojo puede variar según lo que ocurra y cuántas veces; acepta respuestas justificadas, pero deja claro que los golpes, los insultos repetidos y los secretos que hacen sentir mal siempre son rojos.
- Distingue entre sorpresas (que se cuentan pronto y alegran) y secretos que hacen sentir mal (que se pueden contar).
- Si alguien cuenta algo real, agradécele la confianza, no prometas guardar el secreto y sigue el protocolo de protección del centro.

Material original de Aulapedia. Los casos y personajes son inventados; los datos históricos y culturales proceden de las fuentes citadas.