

Decir que no con respeto

Tres formas de responder

- 1** Pasiva: me callo o digo que sí aunque no quiero.
- 2** Agresiva: grito, insulto o amenaza.
- 3** Respetuosa: digo lo que pienso con calma y sin hacer daño.
«No, gracias.» «No quiero hacerlo porque...» «¿Y si mejor...?»



Si alguien insiste o te hace sentir mal, cuéntaselo a un adulto de confianza.

1 Lee cada situación y marca cómo es cada respuesta.

	Pasiva	Agresiva	Respetuosa
Te piden que dejes a un niño fuera del juego.			
«Bueno... si tú lo dices.»	☐	☐	☐
«¡Eres malo! No pienso hacerte caso.»	☐	☐	☐
«No quiero dejarlo fuera. Puede jugar con nosotros.»	☐	☐	☐
Un amigo quiere que tomes un lápiz de la mesa del maestro sin pedirlo.			
«No, sin permiso no. Si lo necesitamos, se lo pedimos.»	☐	☐	☐
No dices nada y tomas el lápiz aunque no quieres.	☐	☐	☐
«¡Qué tonto eres! Déjame en paz.»	☐	☐	☐

2 Escribe cómo dirías que no con respeto.

Te ofrecen probar una comida que no te gusta.

Te piden que digas una mentira a la maestra.

Tus amigos quieren seguir jugando, pero tú necesitas descansar.

Decir que no con respeto

Tres formas de responder

- 1** Pasiva: me callo o digo que sí aunque no quiero.
- 2** Agresiva: grito, insulto o amenaza.
- 3** Respetuosa: digo lo que pienso con calma y sin hacer daño.
«No, gracias.» «No quiero hacerlo porque...» «¿Y si mejor...?»

Si alguien insiste o te hace sentir mal, cuéntaselo a un adulto de confianza.



1 Lee cada situación y marca cómo es cada respuesta.

	Pasiva	Agresiva	Respetuosa
Te piden que dejes a un niño fuera del juego.			
«Bueno... si tú lo dices.»	☒	☐	☐
«¡Eres malo! No pienso hacerte caso.»	☐	☒	☐
«No quiero dejarlo fuera. Puede jugar con nosotros.»	☐	☐	☒
Un amigo quiere que tomes un lápiz de la mesa del maestro sin pedirlo.			
«No, sin permiso no. Si lo necesitamos, se lo pedimos.»	☐	☐	☒
No dices nada y tomas el lápiz aunque no quieres.	☒	☐	☐
«¡Qué tonto eres! Déjame en paz.»	☐	☒	☐

2 Escribe cómo dirías que no con respeto.

Te ofrecen probar una comida que no te gusta.

«No, gracias. No me gusta, pero gracias por ofrecérmela.»

Te piden que digas una mentira a la maestra.

«No quiero mentir. Si pasó algo, mejor lo contamos.»

Tus amigos quieren seguir jugando, pero tú necesitas descansar.

«Yo paro aquí, que necesito descansar. Mañana jugamos otra vez.»



Guía para el docente

Decir que no con respeto

Objetivo

Unos 15 minutos

Distinguir respuestas pasivas, agresivas y respetuosas (asertivas) y practicar cómo decir que no sin hacer daño.

Antes

Representa con un voluntario la misma respuesta de las tres maneras. Pregunta cómo se siente cada persona en cada caso.

Durante

Lee el recuadro y aclara las tres palabras. Resuelven la tabla y comparan por parejas. En la última actividad, invita a leer en voz alta su respuesta con un tono tranquilo.

Después

Escribe en un cartel las frases respetuosas que hayan salido y déjalo a la vista. Recuerda que decir que no a algo que no queremos hacer también es cuidarse.

Preguntas para conversar

- ¿Por qué a veces decimos que sí aunque no queremos?
- ¿Se puede decir que no a un amigo y seguir siendo amigos?
- ¿Cuándo hay que contárselo a un adulto?

Adaptaciones

Ofrece las tres frases modelo del recuadro en una tarjeta. Quien tenga dificultades de escritura puede responder la última actividad de forma oral o representándola.

Para tener en cuenta

La respuesta respetuosa también se llama asertiva. Ante presión repetida, insultos o amenazas, el mensaje es siempre el mismo: se cuenta a un adulto.