



INSTITUCION EDUCATIVA TECNICA FE Y ALEGRÍA - BAGUÉ

Reconocimiento de estudios: Resolución Sec. Educ. de Ibagué No.831 del 29 de abril de 2022.

Dane: 173001008821, Registro Educativo :121504, Nit: 809004589 – 9

**Ibagué, Sábado 06 de Septiembre de 2025**

## **ESCUELA DE PADRES**

*Segunda sesión 2025*



**“CORRESPONSABILIDAD DE LA FAMILIA, LA SOCIEDAD Y EL ESTADO EN LA GARANTIA DE LOS DERECHOS Y RESPONSABILIDADES DE LOS MENORES ESTUDIANTES”**

**Objetivo:** Brindar herramientas a los padres de familia, para fortalecer su participación en el proceso FORMACIÓN y de EDUCACIÓN INTEGRAL de los hijos.

### **AGENDA**

**08:00 a.m. PARTE ESPECÍFICA DEL GRUPO DE TRABAJO No. 6**

**TEMATICA: COMO ENSEÑAR A DEFENDERSE SIN UTILIZAR LA VIOLENCIA Y COMO ENSEÑAR A TU HIJO A SER RESPETUOSO**

1. Socialización de los 2 siguientes videos: <https://www.youtube.com/watch?v=n1WUSqRBDpA>  
[https://www.tiktok.com/@javier\\_de\\_haro/video/7384554539514465568](https://www.tiktok.com/@javier_de_haro/video/7384554539514465568)
2. Conclusiones de los videos
3. Lectura analítica del Documento anexo.
4. Conclusiones del Documento socializado
5. Conclusiones para compartir en la PLENARIA o PARTE FINAL DE LA ESCUELA DE PADRES 2

**10:00 a.m. MOMENTO DE RECESO Y COMPARTIR DE UN DELICIOSO CAFE**

**10:30 a.m. PARTE GENERAL - FINAL:**

1. PLENARIA O CONCLUSIONES de las 7 Temática tratadas en el Taller.
2. UN COMPARTIR EN FAMILIA: Sorteo de algunos mercados, entre los padres de familia Registrados en la asistencia.
3. Despedida

**JOSÉ EDUARDO BAQUERO JARAMILLO**  
*Rector*



## **COMO ENSEÑAR A DEFENDERSE SIN UTILIZAR LA VIOLENCIA Y COMO ENSEÑAR A TU HIJO A SER RESPETUOSO**

*Aprende cómo enseñar a tu hijo a defenderse en la escuela de forma respetuosa y segura, con estrategias que fortalezcan su confianza y autoestima.*

Para enseñar a defenderse sin violencia, enseña a tu hijo la comunicación asertiva, como decir "no" firmemente o frases como "no me gusta que me traten así". Fomenta la empatía para que comprendan los sentimientos ajenos y enseña a buscar ayuda adulta cuando sea necesario.

Para enseñar a ser respetuoso, sé un modelo a seguir, practica la escucha activa, enfócate en la conducta sin etiquetar al niño y enséñale a considerar el punto de vista de los demás.

### **ENSEÑAR A DEFENDERSE SIN USAR LA VIOLENCIA**

#### **1. Fomenta la comunicación asertiva:**

Enseña a tu hijo a defender sus límites y sentimientos con frases claras y firmes, pero sin agresividad. Por ejemplo, si alguien le llama "tonto", puede responder con una voz tranquila pero firme: "No me gusta que me llames así, por favor no lo hagas".

#### **2. Practica la empatía:**

Ayuda a tu hijo a comprender que el respeto es mutuo. Anímale a ponerse en el lugar de los demás y a entender los problemas ajenos.

#### **3. Enséñale a poner límites:**

Es crucial que los niños sepan que tienen el poder de decir "no" ante situaciones incómodas o que no les gustan.

#### **4. Anímale a buscar ayuda:**

Asegúrale que tiene derecho a pedir ayuda a adultos de confianza (maestros, familiares) si se siente en peligro o no sabe cómo reaccionar.



**1. 5. Usa juegos de roles:**

Practica con tu hijo diferentes escenarios para que aprenda a reaccionar en situaciones difíciles, probando cómo responder de forma asertiva.

**ENSEÑAR A SER RESPETUOSO**

**1. Sé un modelo a seguir:**

La mejor forma de enseñar respeto es dando el ejemplo. Si quieres que tu hijo sea respetuoso, debes tratar a los demás con consideración y respeto, incluso a él mismo.

**2. Comunícate abiertamente:**

Mantén un diálogo constante sobre el buen y mal comportamiento, tanto en el hogar como fuera de él, para que se sienta cómodo compartiendo sus experiencias.

**3. Enfócate en la conducta, no en la persona:**

Cuando un niño se comporte mal, critica la acción, no al niño. Por ejemplo, en lugar de decir "eres un malcriado", puedes decir "Ese comportamiento no es aceptable, vamos a mejorarlo".

**4. Enséñale a practicar la empatía:**

Ayuda a tu hijo a entender los sentimientos y perspectivas de otras personas.

**5. Establece límites claros:**

Los límites son esenciales para el desarrollo, y enseñarles a los niños puede ayudarles a entender la importancia de los límites para todos



**COMO PAPÁS, SIEMPRE QUEREMOS LO MEJOR PARA NUESTROS HIJOS, ESPECIALMENTE CUANDO SE TRATA DE SU BIENESTAR EN LA ESCUELA.**

**Pero, ¿cómo podemos enseñarles a defenderse sin que eso signifique caer en la agresividad?**

Es normal que nos preocupe que puedan ser víctimas de bullying o que no sepan cómo reaccionar en momentos de conflicto.

### **Diferencia entre defenderse y agredir**

Es clave que nuestros hijos entiendan que defenderse no es lo mismo que agredir.

Definir bien esta diferencia les ayudará a tomar mejores decisiones en situaciones complicadas.

Defenderse implica protegerse a sí mismo de una agresión verbal o física, mientras que agredir es causar daño intencional a otro.

Enséñales que la clave está en encontrar un balance entre el respeto hacia los demás y el respeto hacia ellos mismos.

## **10 consejos para ayudar a tu hijo a defenderse de un niño**

Aprendamos algunos consejos prácticos para ayudar a tu hijo a defenderse, siempre manteniendo el respeto y el autocontrol.

### **1. Enséñale a tu hijo a controlar sus emociones**

Antes de enseñarles a defenderse, es importante que aprendan a gestionar lo que sienten. Un niño que sabe manejar sus emociones es más capaz de enfrentar situaciones conflictivas sin perder el control.

### **2. Uso de frases respetuosas y firmes**

En lugar de gritar o insultar, enséñales a usar frases firmes pero respetuosas como **“No me hables así”** o **“No me gusta cuando me empujas”**.

Este tipo de comunicación les permitirá defenderse sin perder el respeto por los demás.

### **3. Enséñale a mantener la calma al expresar los límites**

Mantener la calma cuando establecen límites es crucial.

Es fácil perder los nervios en medio de una discusión, pero respirar profundamente puede hacer la diferencia.

Haz que tu hijo practique estas técnicas en casa y verá cómo cada respiración lo ayuda a mantener el control.

### **4. Evitar la agresividad al comunicar**

Evitar el uso de palabras hirientes o agresivas es fundamental. Defiende lo que sientes, pero no recurras a insultos.

En lugar de **“¡Eres un tonto!”** se puede decir: **“No estoy de acuerdo contigo y no me gusta lo que hiciste”**.



#### **5. Expresar las emociones de manera clara**

Ayuda a tu hijo a identificar y verbalizar sus emociones. Frases como “Me siento triste cuando me tratas así” le permitirán defenderse de manera honesta sin generar más conflicto.

#### **6. Educa con el ejemplo**

Los niños aprenden observándonos.

Si ven que como padres manejamos bien nuestras discusiones y somos firmes pero respetuosos al defender nuestras ideas, ellos lo harán también.

Es un proceso que comienza en casa.

#### **7. Practicar la empatía al establecer límites**

Enséñales que al defenderse también deben ponerse en el lugar del otro, entendiendo por qué alguien más puede actuar de una manera determinada, pero sin permitir abusos.

#### **8. Enséñales a pedir ayuda**

Si la situación se sale de control o sienten que no pueden manejarla solos, es fundamental que sepan cuándo pedir ayuda a un adulto.

Explícales que no siempre es posible resolver todo por sí mismos y que buscar apoyo no es un signo de debilidad.

#### **9. Practica el “no hagas lo que no te gusta que te hagan”**

Este principio básico es esencial. Si a ellos no les gusta que les griten o insulten, deben evitar hacerlo con otros.

De esta manera, aprenderán a defenderse con integridad.

#### **10. Mantén contacto con el personal Docente y Administrativo de la Institución Educativa.**

No dudes en mantener una comunicación abierta con los Docentes, Directivos-Docentes o la Docente Orientadora.

Ellos también pueden ser aliados en la defensa de tu hijo y pueden ofrecer soluciones que tú no habías considerado.

#### **¿Cuándo debe mi hijo buscar ayuda de un adulto en una situación de conflicto?**

Tu hijo debe saber que no siempre es su responsabilidad manejar todas las situaciones.

Enséñale que si se siente abrumado, inseguro o en peligro, es completamente válido buscar la ayuda de un adulto de confianza, ya sea un maestro o la Psicóloga del Colegio.

#### **¿Qué debo hacer si mi hijo tiene miedo de defenderse?**

Es natural que algunos niños se sientan inseguros o asustados al enfrentarse a situaciones de conflicto.

Habla con ellos, dales confianza y refuerza que está bien sentirse así, pero que juntos pueden encontrar una solución.

#### **¿Cómo puedo enseñarle a controlar sus emociones en una discusión?**

Controlar las emociones en una discusión es clave para evitar que el problema se haga más grande.

Enséñales a tomar un momento para respirar y pensar antes de responder.

*¡Empieza hoy mismo a fortalecer la seguridad y autocontrol de tu hijo desde casa!*