

# PARTICIPÁ SIN SALIR DE TU CASA



#QUEDATEENCASA




Aportes desde el Programa  
de Participación Infantil y  
Adolescente de INAU



# ¿SABÍAS QUE EL DERECHO A PARTICIPAR SE PUEDE EJERCER TAMBIÉN EN TU CASA...?<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Entendemos la participación como “el derecho de los niños, niñas y adolescentes a ser informados e informarse, de forma que puedan expresar su opinión, en todas las formas posibles, con respecto a los asuntos relacionados con su vida, de forma individual y colectiva, y que su opinión sea escuchada y ponderada en las decisiones, con el mismo valor que la visión adulta y de acuerdo a su autonomía progresiva”.

Más información en: **“A participar también se aprende. Apuntes para promover la participación infantil y adolescente”** En: <https://www.inau.gub.uy/cenfores/biblioteca-digital/recursos-en-linea/download/4164/1880/16>



La participación es el derecho de las niñas, los niños y adolescentes a ser escuchados y tenidos en cuenta en todos los asuntos que afectan sus vidas, así que no sólo se participa en el espacio público o en el centro educativo, sino en todos los ámbitos donde se desarrolla la vida cotidiana.

Las y los adultos debemos reconocer este derecho, rompiendo con hábitos y tradiciones culturales que nos dicen que los niños, niñas y adolescentes, sobre todo los más pequeños, no tienen la capacidad de tomar decisiones porque son “personas en vías de construcción” que les “falta...” para llegar a tomar sus propias decisiones.

### ¿POR QUÉ PRETENDEMOS CAMBIAR ESTA PERSPECTIVA?

- Porque desde una perspectiva de **DERECHOS** las niñas y niños son personas con capacidad de **opinar** sobre lo que les pasa y sienten desde la más temprana edad. La participación no inicia con la adolescencia, ni siquiera con el acceso a la expresión verbal; siempre son capaces de expresarse de distintas maneras sobre sus gustos y disgustos, sus reacciones positivas y negativas a lo que pasa a su alrededor.
- Porque aunque sepamos que es un derecho, “a participar también se aprende”, esto quiere decir que debe formar parte de las prácticas de crianza y socioeducativas, como una habilidad más que debemos promover como adultos, padres/madres/responsables legales.



# ¿CÓMO?

## SUGERENCIAS PARA PROMOVER UN CLIMA PARTICIPATIVO EN EL HOGAR

### PARTICIPAR ES:

QUE TE INFORMEN/  
INFORMARSE

ABRIR A LAS OPINIONES/  
EXPRESARTE

SER ESCUCHADOS Y  
TENIDOS EN CUENTA

- Para poder opinar es necesario estar informado/a y que te consulten sobre distintos temas o intereses que puedas tener. Es tarea del/la adulto/a brindar información adecuada a la edad (en cantidad y en lenguaje) y el niño, niña o adolescente a medida que va madurando puede buscar en las fuentes de información que estén a su alcance. Esto depende del ACCESO que se le brinde y de aprender a buscar información.
- Es responsabilidad del adulto/a y del Estado velar por que existan espacios (momentos, lugares) reales para que el niño, niña o adolescente pueda opinar. Recordar que la participación es un derecho, es voluntaria, no te pueden obligar, pero como niño, niña o adolescente tenés que defenderla y ejercerla para hacerte escuchar.
- Después que alguien en el centro o familia se manifiesta, para que haya una efectiva participación, tiene que haber una escucha SERIA por parte de los demás, que tome en cuenta y trate de entender lo que quiso decir o expresar.
- La participación implica tomar decisiones entre todos y todas, y poder influir en las cosas que ocurren en nuestro entorno.

Por todo esto decimos que la participación es intergeneracional.

# SUGERENCIAS PARA QUE PADRES, MADRES Y OTROS REFERENTES ADULTOS PROMUEVAN LA PARTICIPACIÓN DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EN SUS HOGARES

## INFORMACIÓN

- Hablá con ellos sobre por qué se tienen que quedar en casa/en el centro (sin importar la edad, siempre tienen derecho a ser informados de los cambios y cosas que pasan en su entorno)
- Informales los cambios en la rutina del hogar, por qué te toca salir o no a trabajar.
- Explícales por qué: sobre todo con los más chicos/as, no dar por sentado que conocen lo que está pasando. Utiliza los recursos lúdicos (comics, juegos, cuentos) adecuados a sus edades: <http://www.inau.gub.uy/novedades/noticias/item/2919-materiales-socioeducativos>
- Aprovechá este período de tiempo para dedicarle un rato a charlas de otros temas.
- Preguntá, dialogá.

## PARA NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

- Buscá información sobre el #COVID-19 en fuentes confiables (página del MSP, de INAU, Presidencia, o coronavirus.iibce.edu.uy)
- **Adolescentes:** Usa responsablemente las redes sociales. Ej. No pasar mensajes que te mandan que no digan de dónde son (sin fuentes confiables) o que tengan información que te haga dudar. Consultala con un adulto de confianza.

# OPINAR

- Escuchá las ideas que se te digan sin criticar. Mantener una actitud abierta y respetuosa hace que la comunicación sea amigable y pueda continuar...
- No desestimar lo que te dicen con un NO o un SI tajante, preguntar por qué piensan o piden eso, y explicar tu punto de vista.
- Preguntales qué piensan sobre la pandemia, sobre lo que está pasando, y sobre las cosas de la vida cotidiana.
- Aprovechá el tiempo en casa para charlar de diversos temas, para preguntarles qué piensan y qué les está pasando:
  - Sobre su educación...
  - Sobre sus actividades diarias...
  - Sobre sus amig@s/compañer@s
- Y otros temas que puedan descubrir les interesan también!
- Según sus edades y formas de ser van a opinar de diversas maneras, todas son válidas: si son chicos pediles que dibujen, mirá y comentá lo que hicieron.

## PARA NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES

- Como niño, niña o adolescente seguramente tendrás muchas cosas para opinar sobre lo que está pasando. Pedí un tiempo para charlar sobre eso y otros temas que te preocupan con la gente más grande:
  - Sobre tus clases
  - Sobre tus amistades o compañeros
  - Sobre la salud de la familia
  - ¿Qué otras cosas te preocupan?  
¿Quisieras saber más de ...?

### Adolescentes:

- Mantener un diálogo respetuoso con las otras personas con quienes vivís, más grandes o más chicas, puede ayudar a que te escuchen con más atención y seas tenido/a en cuenta.
- Comunicate con otros adolescentes, con tus amistades, tus compañeros del centro juvenil o de la clase. Preguntáles ¿qué están haciendo y cómo están? Propongan actividades para hacer sin salir de la casa (juegos, mirar la misma película, serie, y luego comentan entre Uds., investigá las apps para hacer llamadas grupales, etc.)



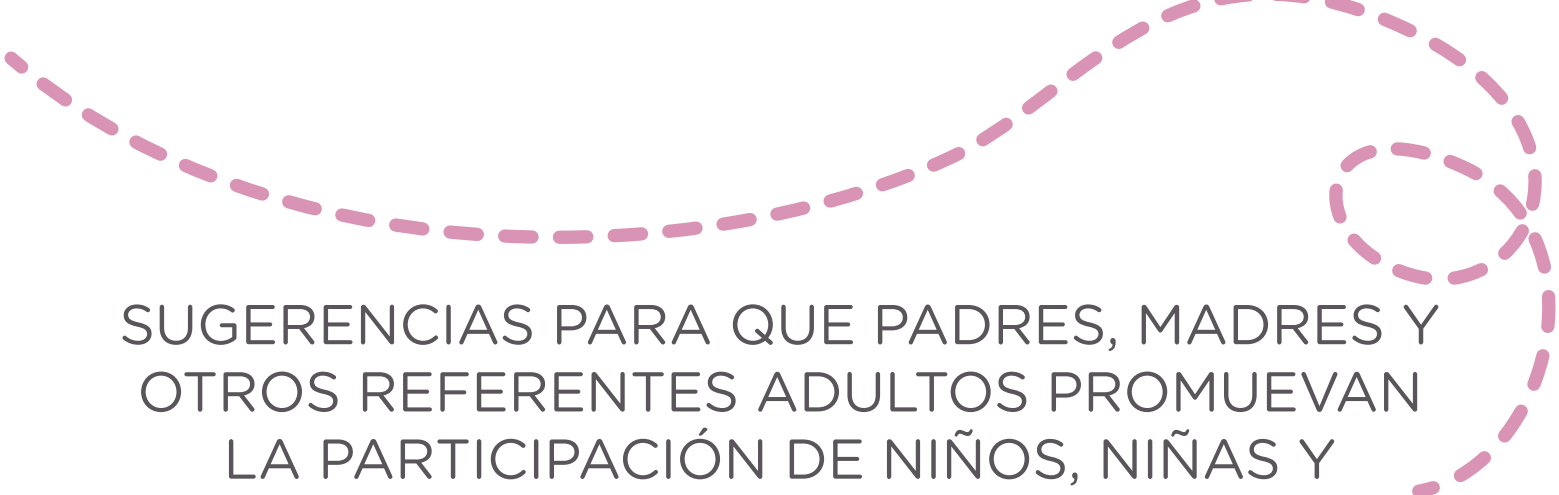
SUGERENCIAS PARA TOD@S!

# TOMAR DECISIONES JUNTOS

La participación se logra cuando somos **ESCUCHADOS Y TENIDOS EN CUENTA**

## ¿CÓMO PROMOVER PARTICIPACIÓN EN EL HOGAR?

- **Elegir actividades juntos:** experimenten con reuniones de familia o de grupo donde se debaten algunos intereses de la casa y de la vida en común, y se toman decisiones en conjunto. No debería llevar más de una hora semanal, entre planteo de temas, un espacio equitativo para que cada uno plantee su punto de vista (no vale ejercer el poder del más grande, todos tienen voz) y puedan ponerse de acuerdo para:
  - resolver conflictos, peleas
  - dividirse tareas que nadie quiere hacer
  - planificar cosas para hacer en la semana (divertidas)
  - elegir las comidas o repartirse tareas para la preparación de las comidas
- Pensar desde pequeños proyectos para llevar adelante (arreglos, huerta, cambio de estética del cuarto o del comedor) hasta proyectos más complejos que puedan tener ganas de hacer (estudiar juntos, cine en casa, construcción de juegos o manualidades, competencias en juegos de mesa, desafíos, etc.)



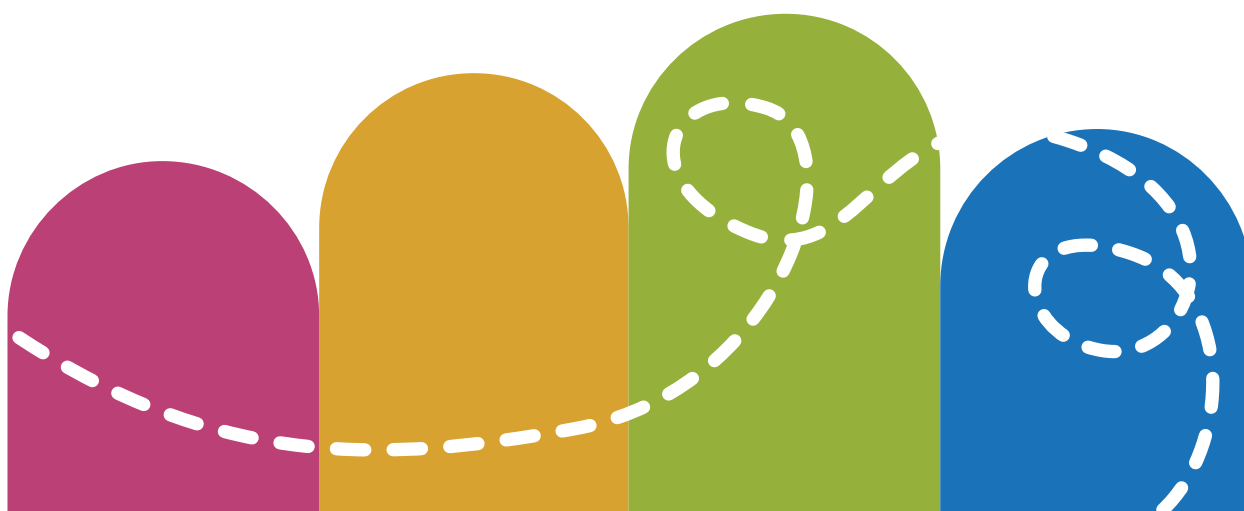
# SUGERENCIAS PARA QUE PADRES, MADRES Y OTROS REFERENTES ADULTOS PROMUEVAN LA PARTICIPACIÓN DE NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES EN SUS HOGARES

## ¿HASTA QUÉ PUNTO LOS VAMOS A DEJAR TOMAR DECISIONES? ¡SON MUY CHICOS!

Es una duda o preocupación que se escucha mucho y es válida, porque una vida cotidiana participativa implica cambiar muchas ideas y formas de relacionarnos que traemos desde nuestra propia educación. Aquí les dejamos algunas ideas:

- A medida que crecen pueden hacerse responsables en más áreas de su vida (Autonomía progresiva). Con los más chicos es mejor darle pocas opciones y concretas para luego darles más libertad a medida que aprenden sobre su entorno y reconocen las normas sociales (por ejemplo, no vamos a abrir el ropero y que se pongan lo que quieran a los 3 años, sino darles a elegir entre 2 colores o 2 tipos de prenda adaptada a la estación o la ocasión, más adelante pueden vestirse solos/as, más adelante los acompañarán a comprarse su ropa) Es decir, los acompañamos en el proceso a medida que desarrollan sus facultades y obtienen más autonomía.
- Reconocer la participación de los niños y las niñas no es igual a decir que SI a todo lo que opinen, pregunten o soliciten. El rol y la responsabilidad como educadores (en sentido de crianza y/o en los centros educativos) no cambia con la perspectiva de derechos. Se suma la importancia de educar y relacionarse con niños, niñas y adolescentes de manera igualitaria y respetuosa.

A modo de ilustración, en la siguiente página, imaginemos que una persona desde que nace hasta los 18 años va adquiriendo la posibilidad de moverse en cada vez más ámbitos y hacer más cosas... los círculos en los que nos desempeñamos son cada vez más complejos. Como adultos/as tenemos responsabilidades (cuidar, poner límites...) que son la contracara de dar opciones, habilitar; y cada vez que lo hacemos estamos haciendo un acto educativo.





↑ +18

EDUCAR / HABILITAR

PONER LÍMITES /  
DAR OPCIONES



0



## ANOTACIONES

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



📍 18 de julio 1516 - 6º piso

☎ Tel: (+598)2400 5302 - (+598) 2408 1255  
Ints. 25 al 28

✉ [propiauruguay@inau.gub.uy](mailto:propiauruguay@inau.gub.uy)

🏠 [propiauruguay.blogspot.com](http://propiauruguay.blogspot.com)



📍 Piedras 482 Oficina 008  
Montevideo - Uruguay

☎ Tel: 2915 7317 | Int. 486, 488

🏠 [www.inau.gub.uy](http://www.inau.gub.uy)

f [inauoficial](https://www.facebook.com/inauoficial)

🐦 [@INAU\\_oficial](https://twitter.com/INAU_oficial)

📷 [inau\\_oficial](https://www.instagram.com/inau_oficial)