La exclusión durante el descanso: una reflexión desde la práctica docente y la construcción de ambientes de Paz

Gresly Yarhit Moreno Jaimes

Introducción

Los ambientes pedagógicos para la paz se construyen a través de las relaciones cotidianas que se establecen en la escuela. No dependen únicamente de la ausencia de conflictos, sino de la capacidad de reconocer al otro, tramitar las diferencias y garantizar que todos los niños y las niñas se sientan seguros y valorados. Desde mi práctica docente, he observado una situación que, aunque puede parecer cotidiana, merece atención: durante el descanso, algunos estudiantes dejan por fuera de sus juegos a uno o dos compañeros.

Los niños que quedan excluidos suelen acercarse tristes al docente, en ocasiones lloran y expresan que nadie quiere jugar con ellos. Incluso prefieren permanecer cerca del adulto antes que intentar integrarse nuevamente a sus compañeros. Esta situación invita a reflexionar sobre las formas de relación que se están construyendo en el grupo y sobre las acciones pedagógicas que pueden favorecer una convivencia más respetuosa e incluyente.

El propósito de este trabajo es analizar la situación desde una perspectiva pedagógica y proponer una estrategia preventiva y formativa que promueva la empatía, la participación y el cuidado mutuo, sin obligar a los niños a establecer amistades ni a compartir todos sus juegos.

1. Descripción y análisis de la situación

1.1. Situación observada

Durante el descanso, algunos estudiantes se organizan para jugar y excluyen de manera reiterada a uno o dos compañeros. Los niños afectados manifiestan tristeza, lloran o buscan al docente para contar que nadie quiere jugar con ellos. En ocasiones, optan por quedarse cerca del adulto, lo que puede interpretarse como una búsqueda de seguridad ante una experiencia que les resulta dolorosa.

Es importante no minimizar estos hechos por ocurrir durante un espacio de recreación. El descanso también es un escenario de aprendizaje social en el que se ponen en juego la empatía, la negociación, la resolución de desacuerdos y el sentido de pertenencia. Cuando la exclusión se repite, puede afectar la confianza de los niños para acercarse a sus pares y participar en la vida del grupo.

1.2. Actores involucrados

Los actores principales son los niños que experimentan la exclusión, los compañeros que limitan su participación, los estudiantes que observan lo sucedido y los docentes responsables de acompañar la

convivencia. Cada actor puede influir en la situación: quienes excluyen toman decisiones sobre la participación; quienes observan pueden reforzar la exclusión, guardar silencio o contribuir a incluir; y los adultos tienen la responsabilidad de proteger, escuchar y orientar sin etiquetar a los niños.

1.3. Emociones y posibles factores relacionados

En los niños excluidos pueden aparecer tristeza, frustración, soledad, inseguridad o temor al rechazo. En quienes excluyen podrían intervenir el deseo de conservar un grupo cerrado, dificultades para resolver desacuerdos, preferencias de juego o poca conciencia del efecto que tienen sus acciones. Estas posibilidades deben explorarse mediante el diálogo y la observación, sin atribuir intenciones ni emitir juicios apresurados.

La intención pedagógica no consiste en obligar a todos a ser amigos ni en imponer que cualquier niño participe en cualquier juego. Consiste en enseñar que se pueden tener preferencias y límites, pero que no es aceptable humillar, ridiculizar o excluir repetidamente a alguien de manera que afecte su bienestar y su derecho a participar en la vida escolar.

1.4. Consecuencias para la convivencia

Si la situación continúa sin acompañamiento, los niños afectados pueden evitar acercarse a sus compañeros, depender cada vez más de la presencia adulta o sentir que no pertenecen al grupo. A su vez, los niños que excluyen pueden naturalizar formas de relación basadas en el rechazo, y los observadores pueden aprender que permanecer en silencio es la respuesta esperada. Por ello, la situación requiere una intervención oportuna, proporcional y educativa.

2. Reflexión crítica sobre la respuesta pedagógica

Ante una situación como esta, la primera responsabilidad del docente es escuchar y proteger al niño que expresa malestar. Conviene reconocer su emoción sin minimizarla con frases como “no les pongas cuidado” o “ve y busca a otros niños”. Aunque estas expresiones puedan buscar animarlo, no siempre le ofrecen herramientas para comprender lo sucedido ni garantizan que encuentre un espacio seguro para participar.

También es necesario hablar con los estudiantes involucrados por separado cuando sea pertinente, indagar qué ocurrió y observar si se trata de un desacuerdo puntual o de una conducta reiterada. La intervención debe evitar etiquetar a un niño como “malo” o a otro como “víctima permanente”; el foco debe estar en las acciones, sus efectos y las responsabilidades que pueden asumirse.

Una respuesta restaurativa puede ayudar cuando existen condiciones de seguridad y participación voluntaria. Esto implica escuchar las distintas versiones, reconocer el daño causado, pensar cómo reparar la situación y acordar acciones concretas para mejorar la convivencia. Sin embargo, no debe forzarse a un niño afectado a confrontar a sus compañeros, aceptar disculpas o reconciliarse. Si se identifican intimidación, amenazas, agresiones o una situación persistente de acoso escolar, es necesario activar la ruta institucional correspondiente y priorizar la protección.

3. Propuesta pedagógica: “En el recreo cabemos todos”

3.1. Propósito

Promover relaciones respetuosas durante el descanso mediante experiencias literarias, artísticas y cooperativas que ayuden a reconocer emociones, comprender el efecto de la exclusión y construir alternativas para participar sin violencia.

3.2. Objetivos específicos

- Favorecer que los estudiantes identifiquen y expresen emociones relacionadas con la inclusión y el rechazo.
- Desarrollar la empatía y la capacidad de reconocer cómo las acciones propias afectan a los demás.
- Practicar formas respetuosas de invitar a jugar, negociar reglas y resolver desacuerdos.
- Construir acuerdos colectivos de convivencia y hacer seguimiento a su cumplimiento.

3.3. Población y duración

La propuesta está dirigida al grupo de estudiantes en el que se ha observado la situación. Se plantea para desarrollarse durante cuatro semanas, con actividades de entre 40 y 50 minutos y observaciones breves durante los descansos. Puede adaptarse a la edad, el lenguaje y las necesidades de apoyo de los niños.

3.4. Fase 1. Un cuento para ponerse en el lugar del otro

Duración aproximada: 40 minutos. El docente presenta un cuento infantil en el que un personaje queda fuera de un juego o encuentra dificultades para integrarse. Después de la lectura, invita a conversar con preguntas como: ¿cómo creen que se sintió el personaje?, ¿qué señales nos muestran que está triste?, ¿qué podrían hacer los demás?, ¿cómo se puede decir que no a una propuesta sin hacer daño? Los niños pueden representar una emoción mediante un dibujo, un gesto o una frase. La actividad permite hablar de la exclusión desde una historia, sin exponer públicamente a los estudiantes involucrados.

3.5. Fase 2. El semáforo de la convivencia

Duración aproximada: 40 minutos. El docente presenta tarjetas con situaciones cotidianas del recreo. Los estudiantes las clasifican en verde (acciones que favorecen la convivencia), amarillo (situaciones que requieren diálogo o cuidado) y rojo (acciones que lastiman o excluyen de manera irrespetuosa). Se analizan ejemplos como invitar a alguien a participar, cambiar una regla sin consultar, burlarse de un compañero o decir con respeto que se prefiere otro juego. Es importante conversar sobre las razones de cada elección y evitar que la actividad se convierta en una acusación contra niños concretos.

3.6. Fase 3. Retos para jugar juntos

Duración aproximada: 50 minutos. Se proponen retos cooperativos en los que el grupo necesite organizarse y escuchar diferentes ideas. Por ejemplo, construir una torre con materiales reciclados, completar una ruta de obstáculos o resolver una misión en la que cada participante tenga una función. El docente observa quién toma decisiones, quién queda sin participar y cómo se distribuyen los materiales y los turnos. Al finalizar, se reflexiona sobre qué ayudó a trabajar juntos y qué se podría cambiar para que todos tuvieran una oportunidad real de contribuir.

3.7. Fase 4. Acuerdo colectivo: “En el recreo cabemos todos”

Duración aproximada: 40 minutos. A partir de las actividades anteriores, los estudiantes elaboran un cartel con acuerdos sencillos y positivos, por ejemplo: “Invitamos sin burlarnos”, “Escuchamos cuando alguien dice que se siente mal”, “Resolvemos los desacuerdos hablando” y “Buscamos una forma respetuosa de participar”. El grupo puede ilustrar los acuerdos y ubicarlos en un lugar visible. Los compromisos deben ser claros, realistas y revisados periódicamente; no se trata de obligar a todos a jugar siempre juntos, sino de impedir el maltrato y promover oportunidades de participación.

3.8. Fase 5. Así estamos conviviendo

Duración aproximada: 40 minutos, más observaciones durante los descansos. El grupo revisa el cartel y conversa sobre los cambios que ha notado. El docente utiliza un registro breve para observar si los estudiantes invitan a otros a participar, expresan desacuerdos con respeto, buscan ayuda cuando la necesitan y evitan burlas o exclusiones reiteradas. También escucha de forma individual a los niños que habían manifestado sentirse excluidos, sin exigirles que hablen delante del grupo. Los resultados orientan ajustes y nuevas acciones de acompañamiento.

4. Recursos, evaluación y participación de las familias

4.1. Recursos

Se requieren un cuento infantil, tarjetas con situaciones, cartulinas, marcadores, hojas, colores y materiales reciclables para los retos cooperativos. También se recomienda disponer de un cuaderno o formato sencillo de observación docente.

4.2. Evaluación formativa

La evaluación será continua y centrada en comportamientos observables, no en etiquetas personales. Algunos indicadores son:

- Reconoce y expresa emociones propias y ajenas con apoyo cuando lo necesita.
- Propone formas respetuosas de invitar a participar o resolver desacuerdos.
- Escucha a sus compañeros y respeta turnos y acuerdos.
- Solicita ayuda ante una situación que le genera malestar.

- Disminuyen las conductas reiteradas de burla o exclusión y aumentan las oportunidades de participación.

El docente puede registrar evidencias mediante observación, conversaciones breves y revisión de los acuerdos. La valoración no debe basarse en un único día ni responsabilizar al niño afectado de solucionar la situación.

4.3. Participación de las familias

Las familias pueden recibir una comunicación breve sobre el propósito de fortalecer el respeto y la inclusión durante el juego. Se les puede invitar a conversar en casa sobre cómo actuar cuando alguien se queda por fuera, cómo expresar preferencias sin herir y cómo pedir ayuda a un adulto. La comunicación debe ser respetuosa, proteger la intimidad de los niños y evitar señalar públicamente a estudiantes o familias.

5. Reflexión ética y conclusión

Esta experiencia permite reconocer que los ambientes de paz se construyen en los momentos cotidianos y no únicamente mediante actividades conmemorativas o normas escritas. El descanso ofrece oportunidades para aprender a convivir, pero también puede reproducir relaciones de poder y exclusión si no existe acompañamiento adulto oportuno.

Como docente, mi responsabilidad es escuchar a los niños, tomar en serio sus emociones, observar las dinámicas del grupo y actuar sin humillar ni etiquetar. No basta con pedirles que se integren o que solucionen solos la situación: necesitan herramientas concretas para expresar desacuerdos, reparar daños y reconocer el valor de sus compañeros. Al mismo tiempo, es importante respetar que los niños pueden elegir sus amistades y juegos, siempre que esas decisiones no se conviertan en maltrato sistemático.

La propuesta “En el recreo cabemos todos” busca que la literatura, el diálogo, el arte y el juego cooperativo se conviertan en medios para practicar la empatía y construir acuerdos. Su impacto dependerá de la continuidad del acompañamiento y del compromiso de la comunidad educativa. Educar para la paz significa intervenir de manera sensible y firme cuando alguien resulta lastimado, proteger su bienestar y enseñar que una comunidad se fortalece cuando sus integrantes pueden participar con dignidad.