

# RINCONES DE PAZ

## ¿POR QUE SON UTILES?

Un rincón de paz es un lugar donde los niños que están molestos o pasando por un momento difícil pueden ir para tranquilizarse y centrarse. Los rincones de paz les brindan a los niños un tiempo y lugar para aprender a manejar o autorregular sus emociones. La autorregulación es poder manejar sus emociones o comportamiento en respuesta a una situación. Usando su imaginación, los niños pueden visitar sus rincones de paz, incluso cuando no están presentes físicamente. Es importante recordar que es voluntario ir al rincón de paz y que no es un castigo o "tiempo fuera".

## COMO USAR UN RINCON DE PAZ

Un rincón de paz es un espacio físico, mental o emocional donde pueden ir los niños que están alterados o pasando por un momento difícil para calmarse y volver a centrarse.

Establezca estas pautas en su rincón de paz como guía para el estudiante:

1. Ponga el cronómetro por 3 a 5 minutos
2. Deje que los niños elijan la herramienta de autocuidado que creen que suplirá mejor sus necesidades
3. ¡Que empiece el tiempo de paz!
4. Haga que el niño vuelva al grupo u otra actividad

## LO QUE PUEDE HACER

Su Rincón de paz puede tener:

1. Libros
2. Imágenes o afiches
3. Papel, lápices o marcadores con cartulina
4. Libros para colorear
5. Materiales didácticos con los que el niño puede interactuar, como una tela suave, slime o plastilina

No se limite a los objetos en esta lista. Sea creativo, ¡las posibilidades son ilimitadas! Lo más importante es que funcione para el niño.

CONSEJO: Los maestros pueden enviar actividades a la casa con los estudiantes para sus rincones de paz en el hogar.