

# RINCONES DE PAZ

## ¿POR QUÉ SON ÚTILES?

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. Es importante recordar que es voluntario ir al rincón de paz y que no es un castigo o “tiempo fuera”.

## CÓMO USAR UN RINCÓN DE PAZ

Permita que los niños elijan cómo les gustaría pasar su tiempo en el rincón de paz. Esto les ayudará a reconocer lo que ayuda a tranquilizarlos y promoverá la autorregulación emocional.

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: también puede enseñar a algunos niños a ser “ayudantes de la paz”, para ayudar a otros niños (ya sea en casa o en el salón de clases) a hablar sobre un conflicto o escuchar a un niño que se siente triste.