

El buen uso del "NO" en el aula



Aprendamos
juntos!

Propósito y modo de uso

Esta guía busca ofrecer a las educadoras y educadores recursos sencillos para usar el “no” de manera respetuosa y enseñar a los estudiantes a comunicarlo como una forma de autocuidado, prevención de violencia y construcción de relaciones sanas.

Léela como un conjunto de ideas prácticas y aplicables en el aula. Cada sección incluye estrategias que puedes adaptar a tu estilo de enseñanza y a la edad de tus estudiantes.

¿Por qué importa cómo
decimos "no"?



Importancia del “no”

El “no” es una palabra necesaria, pero también puede generar frustración o resistencia si se usa de manera brusca. Usarlo de forma consciente ayuda a marcar límites claros sin dañar la autoestima de otros.

El “no” no es solo una negación: es una palabra de protección y autocuidado. Enseñar a los niños a usarla de manera asertiva fortalece su capacidad de poner límites, expresar necesidades y prevenir situaciones de violencia.

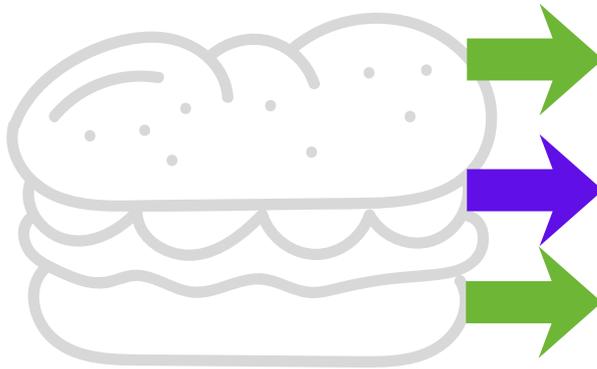
¿Cómo podemos usar
el "NO" de forma
asertiva?



La técnica del sándwich

Consiste en dar un “no” rodeado de mensajes positivos:

1. **Primero:** reconoce el esfuerzo o la intención del estudiante.
2. **Después:** comunica el límite con un “no” claro y firme.
3. **Finalmente:** ofrece una alternativa o refuerza lo que sí puede hacer.



Veo que tienes muchas ganas de hablar

ahora no es momento porque estamos leyendo

pero después podrás compartir tus ideas en el grupo

Esto no solo mantiene la comunicación abierta, también enseña a los niños que rechazar algo no significa rechazar a la persona.

¿Cómo podemos
usar el "NO" para
comunicarnos
mejor?



El “NO” como puente de comunicación

Más que una barrera, el “no” puede abrir diálogo si se usa con empatía. Invitar a los estudiantes a expresar sus razones cuando dicen “no” refuerza la escucha activa y el respeto mutuo.

- “¿Por qué no quieres participar en este juego?”
- “¿Qué otra forma prefieres para resolverlo?”

Aprender a decir "no"
de manera asertiva
fomenta una cultura
escolar donde el "no"
no genera conflictos.



