

FUNDACIÓN DE EDUCACIÓN AMBIENTAL

# Autoestima y Ecología

DOC/~~767~~  
767  
1



CEDIAMB  
Doc  
767



1<sup>ra</sup> Etapa de  
Educación Básica



**La Fundación de Educación Ambiental es una institución sin fines de lucro creada por el Estado Venezolano el 21 de junio de 1977 con el objetivo fundamental de generar actividades y proyectos relacionados con la investigación, información, asistencia técnica, capacitación y divulgación ambiental en Venezuela.**

MFN: 3362

± n v : 0 3265-1

Doc 767

Autoestima y Ecología I

	MARN
Centro de Documentación y Divulgación Educativa	
<b>RECIBIDO</b>	
FECHA:	17/08/2006
N° de inventario:	03265-1



La colección **Autoestima y Ecología**  
es una publicación editada por la  
**Fundación de Educación Ambiental.**

**Presidenta:**  
María Elena Febres-Cordero Briccño  
**Gerente General:**  
Carmen Pérez de Castellano

---

**Autoestima y Ecología 1**

**Autor del modelo de autoestima:**

Manuel Barroso

**Textos:**

Valentina Francisco y Ruth García

**Asesoría literaria y corrección de estilo:**

REDACTA ASESORES LINGÜÍSTICOS

Rosa Elena Pérez Mendoza

**Coordinación General:**

Carmen Pérez de Castellano

**Ilustraciones:**

Mauricio Lemus

**Diseño:**

FACTORIA GRÁFICA

Manuel González Ruiz

Alejandro Calzadilla

**Pre-prensa electrónica:**

Preámbulo

**Impresión:**

CROMOTIP, C.A.

**Agradecimientos:**

Elizabeth Piñero, Efraín Siso, Elizabeth Romero, Encida Marín,  
Yasmína Méndez, Gustavo Sosa y Ana Rivero.

**© Derechos Reservados:**

I.S.B.N.: 980-04-1105-4 (obra completa)

I.S.B.N.: 980-04-1106-2 (volumen 1)

Primera edición, 1997

Prohibida la reproducción, total o parcial,  
de esta obra sin permiso escrito del editor.  
Caracas, Venezuela

**Equipo asesor para esta edición:**

**FUNDAMBIENTE**

**Coordinación técnica:**

Tatiana Silva

**Asesora en Ecología:**

Mireya Materán

**ORGANIZACIÓN C.E.I. SISTEMAS HUMANOS**

**Asesora en Autoestima:**

Silvia de Marchena

**MINISTERIO DE EDUCACIÓN**

Directora General Sectorial de Preescolar,  
Básica, Media, Diversificada y Profesional  
Norma Odremán Torres

**COEULM / Comisión para la orientación de  
la enseñanza y uso de la lengua materna.**

**Unidad de ejecución:**

Margarita Palacios, Luisa Teresa Arenas, Marlenys González,  
Sylvia Silva, Raquel Cartagena, Esmirna Luna.

# Autoestima y Ecología



1

*1<sup>ra</sup> Etapa de  
Educación Básica*

*“Autoestima y Ecología” es una propuesta pedagógica que encuentra su objetivo principal en la participación en lo que hoy es el factor clave de la reestructuración y calidad de la enseñanza: la educación en valores.*

*La consolidación de la educación ética es una preocupación compartida por todos los que la consideramos el punto de inicio para el desarrollo de la personalidad de nuestros niños y niñas. Aunque muchos la estimen simplemente como una dimensión más de la pedagogía, ésta es fundamental y debe ser paralela y complementaria a toda experiencia familiar, escolar y comunitaria. Es por ello que, proponer prácticas pedagógicas concretas bajo los lineamientos*

*de la educación ambiental, es una convicción y acción impostergable, con la cual aspiramos a estar contribuyendo útilmente con nuestro sistema educativo.*

*“Autoestima y ecología” se concreta en una colección editorial, constituida por tres libros de lecturas para alumnos -uno para cada etapa de la Educación Básica-, un libro de lectura y un manual de actividades para los docentes.*

*“Autoestima y ecología” opta por una visión del aprendizaje como un proceso para **aprender a aprender y a aprender a vivir**, con miras a desarrollar actitudes positivas para la convivencia, ampliando el horizonte*

*de nuestros niños y niñas, fomentándoles como una de las premisas más sentidas la conservación del ambiente; enseñándoles que “todos tienen derecho a condiciones ambientales adecuadas”, lo que, por otra parte, es un mandato constitucional.*

*En este sentido, el proyecto asume los valores básicos para la vida en convivencia: la familia, el amor, el respeto hacia sí mismo y hacia los demás, la cooperación, la salud, la responsabilidad, la paz, la defensa y protección del ambiente.*

*A través de un lenguaje ameno y sencillo, se aborda la definición de la autoestima, se incentiva su crecimiento y se busca, a partir de ella,*

*consolidar el pensamiento ecológico con el fin de desarrollar en alumnos y docentes las competencias necesarias para enfrentar y solucionar los problemas ambientales propios de cada comunidad.*

*Esta edición constituye un aporte que resalta los veinte años que cumple **Fundambiente** en el ámbito del desarrollo personal y la conciencia ambiental, con el firme propósito de proveer conocimientos, recursos y mecanismos para que todos podamos alcanzar mejores niveles de vida y así poder contribuir a la preservación de los ecosistemas naturales para las generaciones futuras.*

**Carmen Pérez de Castellano**

*Te queremos regalar este libro porque en él descubrirás qué es autoestima, además, con él te sentirás querido y valorado, te darás cuenta de lo importante que es sentirse parte de una familia y te confirmará lo agradable que es compartir, querer y vivir.*

*En él conocerás a Eloísa, a Juan Andrés y a sus abuelos, quizás con ellos recordarás a alguna persona que vive contigo o puede ser que una historia se te parezca a algo que te sucedió con tu familia o con algún amigo.*

*Queremos regalarte este libro para que lo leas y aprendas acerca de esa persona que eres tú, en él te invitamos a vivir en armonía contigo mismo, con los demás y con el ambiente.*

**Manuel Barroso**

## Conociendo a Eloísa...

¡Hola! Mi nombre es Eloísa, tengo 7 años y vivo en La Victoria, una ciudad pequeña que queda en el estado Aragua.

A mí me gustan los animales y, cuando voy de viaje al bosque o a la sabana, los miro mucho y los cuido porque ellos son seres del universo, como dice mi abuelo. Mi fruta preferida es la parchita, mi árbol favorito es el samán y, según mi abuelo, soy muy curiosa porque me encanta hacer preguntas.

Y a ti, ¿te gusta preguntar?



## ... y a Juan Andrés

¡Hola! Mi nombre es Juan Andrés, tengo 9 años y también vivo en La Victoria.

A mí me gusta inventar adivinanzas, jugar pelota con mis amigos y hacer gimnasia. Mi fruta favorita es la guayaba y yo también soy preguntón como Eloísa, pero como soy más grande que ella y estoy en tercer grado, ya puedo responder algunas de las preguntas que ella hace. ¿Te gustaría contestar esta adivinanza?

Es tuyo, pero otros lo usan más que tú. ¿Qué es?

*Solución: Tu nombre*



Eloísa y Juan Andrés son niños como tú. Juan Andrés estudia tercer grado y Eloísa segundo. Ellos dos se quieren mucho y son primos, pues la mamá de Eloísa es hermana del papá de Juan Andrés.

La escuela donde estudian está cerca de la casa de sus abuelos y, al salir de clases, pasan la tarde con la abuela María Eloísa y el abuelo Manuel José. En casa de ellos juegan, leen, preguntan y también hacen las tareas. Algunas veces el abuelo les enseña palabras en otros idiomas y les cuenta historias; la abuela les canta.



Los abuelos son muy conversadores y cariñosos, tienen un perro llamado Panquero, que es juguetón, flaco pero comelón porque le gusta mucho comerse las ricas tortas que hace la abuela.

Juan Andrés y Eloísa se divierten tanto en las tardes que no cambiarían esos momentos por ningún otro del mundo.



## Tu nombre eres tú

Una tarde, todos juntos salieron de paseo y, mientras caminaban por el parque, jugaban a contar los árboles de Araguañey floreados que había allí.

-Uno, dos, tres... -contaba Juan Andrés-. En este lugar hay muchos árboles y el que más me gusta a mí es el Araguañey. Yo antes no sabía decir su nombre, pero ahora aprendí a decirlo muy bien: "A-ra-gua-ñey". Esa palabra tiene "a" de aire y de agua y es una palabra laaaarga como la calle que pasa frente a mi escuela...

-¡Qué bonito este lugar! -exclamó Eloísa.

-Oye, Eloísa -interrumpió Juan Andrés- Araguañey también tiene la misma "a" de amarillo, y fíjate que

amarillo es el color de sus flores. -Y sin perder la cuenta continuó- cuatro, cinco, seis, siete, ocho, nueve, diez. ¡Cuántos árboles de Araguañey! ¿quién le habrá puesto ese nombre?

-A mí, mi nombre me lo pusieron mi mamá y mi papá y termina en "a" de Araguañey -dijo Eloísa. Mi nombre es corto y se parece al color azul. ¡Yo estoy feliz con mi nombre!

-A mí también me gusta mi nombre, -dijo finalmente Juan Andrés- porque se parece a mí.

El abuelo los escuchaba con atención y les dijo:

-El nombre es muy importante porque es algo que nos acompaña toda la vida. Los nombres van con

nosotros a todas partes: a la escuela, al parque, al kiosko, a la casa de los vecinos, a las fiestas de cumpleaños... El Araguey siempre se llamará Araguey. Juan Andrés siempre se llamará Juan Andrés. Eloísa siempre se llamará Eloísa.

Antes de que tú nacieras, papá y mamá ya habían elegido un nombre especial para ti, como lo hicieron los

padres de Eloísa y Juan Andrés. Hay algunos niños que llevan el nombre de un abuelo, el de un tío o el de su papá. También hay algunas niñas que llevan el nombre de la mamá, el de una abuela, el de una bisabuela o el de la madrina. Eloísa lleva el segundo nombre de su abuela.

Tu nombre eres tú. Tu nombre es tuyo porque te pertenece.

*Autoestima  
es querer  
tu nombre.*



## El universo, nuestra casa

-¿A dónde va el sol cuando se esconde?

-¿Por qué la luna cambia de forma?

-¿Por qué en la noche se encienden las estrellas?

A Juan Andrés y a Eloísa se le ocurrían muchas preguntas. La abuela siempre les decía: "Mientras más pregunten, más aprenderán".

-¿De qué tamaño es el universo? -preguntó Eloísa.

La abuela respondió:

-El universo es muy grande, todo lo que existe forma parte de él: el sol, las estrellas, la luna, los meteoritos, las galaxias, nuestro planeta, así como otros planetas.

*Todo forma parte del universo.  
Él es la casa de todos.*

-Abuela, entonces, ¿todo lo que está en la Tierra forma parte del universo?

-¡Claro que sí!, todo lo que ustedes conocen forma parte del universo.

Incluso lo que aún no conocen o no han tenido oportunidad de ver, como otros lugares, personas, países o animales y lo que existe en otros planetas, también forma parte del universo.

Juan Andrés y Eloísa estaban sorprendidos porque el universo era

verdaderamente grande, tan grande que nuestro planeta Tierra es sólo una parte de él.

La tierra también es muy grande, aunque ya sabemos que no tan grande como el



universo. En ella vive mucha gente: tu mamá, tu papá, tus hermanos, tu maestra, tus amigos y muchas otras personas que no conoces. También los árboles, los mares y los animales

viven en el planeta y juntos nos integramos. Todo lo que existe en la tierra es importante y todos nos relacionamos porque formamos parte del mismo planeta.

*Autoestima es querer tu nombre, relacionarte con los otros y con el ambiente.*



## Vamos al parque

Eloísa y Juan Andrés siempre conversaban con sus abuelos acerca de los animales, les encantaba ver cómo se movían y cómo corrían y jugaban; por eso disfrutaban mucho de los paseos que hacían a los parques donde podían observarlos.

Ese día, sus abuelos les regalaron un paseo a un parque grande llamado Henry Pittier; un parque con muchos árboles y, por supuesto, también con muchos animales. Los abuelos sabían que a Juan Andrés y a Eloísa les iba a gustar el lugar.

Cuando iban por la carretera, Eloísa preguntó:

-Abuela, ¿llegamos al parque?

-Sí, todo lo que ves forma parte de él -respondió la abuela.

-¡Oye! Esto parece una gran selva -comentó Juan Andrés.

-¡Sí, y es más grande de lo que imaginé! -dijo Eloísa.

Mientras paseaban por una zona tupida de distintas plantas, el abuelo les mostraba la vegetación del lugar: árboles, helechos, palmeras, arbustos... al tiempo que unas guacharacas que volaban cerca, junto a otras aves, hacían una gran algarabía.

En el Henry Pittier, además de aves, también viven monos, venados, serpientes, ranas, pumas, lapas y hasta un animal que se llama puercoespín. Algunos viven en el agua, otros en las copas de los árboles y otros viven entre las piedras.

Todos comparten el agua, la tierra y el aire.

Los abuelos tenían razón, Juan Andrés y Eloísa estaban felices de estar en ese sitio donde todo era

tranquilo y nada molestaba a los animales. Todos vivían en armonía, en un mismo ambiente, formando parte del ecosistema junto al agua, el aire, la tierra, las plantas y otros animales.

*Autoestima es vivir en armonía con los otros y con el ambiente.*



## Quiero estar en mi ambiente

Una tarde, el abuelo leía en voz alta la noticia ecológica del periódico: “Para venderlas en el exterior, capturan aves en peligro de extinción”.

Juan Andrés preguntó asombrado:

-Abuelo, ¿aves en peligro de extinción?!

-Sí, Juan Andrés, aves que están a punto de desaparecer -dijo preocupado el abuelo-. Hay personas que atrapan aves en grandes cantidades para venderlas en otros países sin importarles que su especie pueda desaparecer para siempre.

-¡Desaparecer para siempre! -expresó Eloísa aún más asombrada.

-Sí, ésta es una de las causas por las que puede llegar a extinguirse una especie animal -continuó explicando

el abuelo-. Cada especie animal vive y se reproduce en su hábitat. Es decir, los animales nacen y crecen en su propio ambiente, donde forman sus familias. Al sacarlos de allí sufren terriblemente porque les cambian sus condiciones de vida.

-Abuelo, ¿cómo y dónde atrapan a las aves silvestres?

-Creo que las capturan con redes y trampas -planteó el abuelo- las buscan en sus nidos en los campos, en las montañas o en los bosques para venderlas en otros países donde no existen estas aves. Y aquí en nuestro país también las venden a orillas de las carreteras.

-Cada ser vivo merece vivir en su ambiente sin ser molestado -agregó la abuela- Si cada persona se apro-

piara de un animal y se lo llevara a otro lugar, dentro de algún tiempo todos estarían separados, sus familias se destruirían. ¿Cómo harían, entonces, para tener más hijos y seguir viviendo en el planeta?

-¡Claro, abuela!, y es por eso que desaparecerán para toda la vida ¿verdad? -dijo Eloísa.

-Sí, mi querida nieta -afirmó la abuela con tono de tristeza-. Las aves son parte de la trama de la naturaleza, al igual que las personas y todo ser que viva en el planeta.



-Oigan, oigan lo que dice aquí:  
«...además de aves, otros animales  
silvestres de la región también son  
vendidos en algunos países. Entre  
ellos se encuentran las babas, las  
tortugas y ciertos peces...» -leyó el  
abuelo.

-¿Y esos también desaparecerán para  
siempre? -preguntó Eloísa.

-Sí -contestó el abuelo.

-¿Cómo podemos proteger a todos  
esos animales? -preguntó Juan An-  
drés.



El abuelo quedó pensativo y después les respondió:

-Diciéndole a la gente que no compre estos animalitos o exigiéndoles a las autoridades que los rescaten para que los pongan de nuevo en libertad.

-Abuela, ¿y si tenemos mascotas en las casas, como perros o gatos, también pueden estar en peligro de desaparecer para siempre? -preguntó Eloísa preocupada.

-Eloísa, los perros y los gatos no están en peligro de extinción. Lo que debemos hacer con ellos es cuidarlos bien porque están acostumbrados a vivir con el hombre.

-Abuelo, -dijo Eloísa convencida- yo quiero que sigamos haciendo paseos

a lugares donde vivan animales para estar cerca de ellos, claro, sin hacerles daño.

-Esa es una buena idea. También podemos leer sobre animales para conocerlos bien, además podemos ver fotografías y películas sobre ellos. Esta es una manera de quererlos y protegerlos -agregó finalmente el abuelo.

Juan Andrés y Eloísa, gracias a sus abuelos, ahora saben que un animal sufre cuando se encuentra en un lugar diferente a su hábitat. Y también saben que todos tenemos derecho a un lugar especial en el mundo. Cada ser vivo necesita estar en su hábitat para vivir.

*Autoestima es vivir  
en nuestro ambiente.*

## Tu cuerpo es energía

A Eloísa le gusta saltar la cuerda y bailar. Y a Juan Andrés le gusta jugar pelota con sus amigos y hacer gimnasia en la escuela. Y a ti, ¿qué te gusta hacer?

A todos los niños les gusta correr, jugar, saltar. Esto es así porque siempre tienen ganas de estar haciendo muchas cosas. También podemos decir que es porque tienen mucha energía. Tú estás lleno de energía y con ella creces. ¿Te imaginas todo lo que se podría hacer en el planeta con tu energía y la de tus amigos?

*Autoestima es  
tu energía unida  
a la energía  
de otros amigos.*



## Quiero un planeta saludable

-Abuelo yo tengo energía. Tú y Juan Andrés también. Todos la tenemos.  
¿Quién más y qué más tiene energía?  
-preguntó Eloísa.

-El sol, los animales, las plantas, la vida toda es energía, y para tener energía es importante estar sano. Por eso la salud del universo y la del planeta Tierra es tan importante -  
respondió el abuelo.

Podemos usar nuestra energía para cuidar la salud del universo y la de nuestro planeta. ¡El universo es un lugar de crecimiento para todos! La salud de la Tierra depende de nosotros: del valor, del cariño y el cuidado que le demos. Tú y todas las personas necesitan un ambiente sano, lleno de energía. Es importante querer y cuidar el ambiente, porque la salud del planeta es asunto de todos.

*Autoestima es  
vivir con salud.*



## ¿Quién nació antes que yo?

Los abuelos encontraron una revista que tenía fotos del universo. Aquellas imágenes llenas de luz, planetas y nebulosas se convirtieron en la diversión de la tarde. Cada página era una aventura que Eloísa, Juan Andrés y los abuelos disfrutaban. Eloísa preguntó a la abuela si el universo existía antes de que ella naciera.



-Claro que sí -respondió la abuela.

-¿Mi papá, tú, mi abuelo, mi maestra, el señor que cuida el parque existían antes de que yo naciera?

-Así es, y muchas otras personas también.

-¿Y todas esas personas dónde estaban? -seguía preguntando Eloísa.

La abuela no tuvo tiempo de responder. Eloísa ya lo sabía. Y casi gritando se respondió:

-¡Claro, en el universo! Entonces, el universo sí existía antes de que yo naciera.

Ciertamente, desde hace mucho, muchísimo tiempo existe el universo y todo lo que hay en él. Desde hace algunos años existen las personas mayores que nos rodean. Pensando

en eso, al terminar la tarde, Eloísa y Juan Andrés escribieron una lista de las personas que nacieron antes que ellos:

- Mi bisabuelo
- Mi bisabuela
- Mis abuelos
- Mi mamá
- Mi papá
- Mi maestra

De cada uno de ellos hemos aprendido algo distinto -dijo Juan Andrés.

-De mi abuelo he aprendido muchos cuentos.

-De mi abuela aprendí a querer y cuidar a los animales.

-De mi mamá aprendí a tratar a las personas con cariño.

-De mi papá aprendí a comprender a los mayores.

-De mi maestra aprendí canciones y a disfrutar de las lecturas.

Eloísa emocionada quería mostrar a sus padres la revista que tenía fotos del universo. El abuelo se la prestó para que se la llevara a su casa.

*Aprendemos  
muchas cosas  
de las personas que  
han nacido antes  
que nosotros.*



## ¿Te gustan las fotos?

Hoy la casa de los abuelos está llena de fotografías. Juan Andrés y Eloísa trajeron todas sus fotos. Los abuelos están mareados de tanto ver, de tanto reír y de tanto contar.

También Eloísa y Juan Andrés miran, preguntan, hablan y, sin embargo, ellos no están mareados.

Todos se divierten y se ríen a carcajadas mientras reconstruyen las historias que parecen cuentos, pero que son de verdad porque son historias acerca de la vida de Eloísa y Juan Andrés.

-Eloísa era gordita cuando estaba recién nacida -dice Juan Andrés.

-¡Miren aquí a Juan Andrés llorando! -gritó Eloísa mientras mostraba una gran fotografía.



-¡Abuela, cómo disfrutas las fotos donde nos estás bañando! -comentó Juan Andrés.

-Hay fotos cómicas, tiernas, alegres y tristes -dijo Eloísa- y fotos importantes -continuó-. Aquí están las de los cumpleaños, las del colegio con nuestros compañeros, las de navidad y las de mi papá cuando era pequeño.

-Mi mamá también tiene bastantes fotos de cuando era pequeña. Pero, fíjate, mis abuelos no tienen tantas fotos -observó Juan Andrés.

-Nosotros no tendremos muchas fotos, pero tenemos muchos recuerdos y con esos recuerdos y otras

cosas más, podemos contar a todo el mundo nuestra historia -aclaró la abuela.

Los abuelos tienen su historia, así como Eloísa y Juan Andrés tienen la suya. Tú también tienes tu historia.

*Tú eres tu nombre  
y también eres  
tu historia.*



## ¿Y dónde están los lentes?

Juan Andrés y Eloísa estaban calladitos y no se atrevían a interrumpir a los abuelos, no se atrevían a preguntar el significado de la palabra “experiencia”, pues el abuelo estaba un poco bravo porque perdió sus lentes, no aparecían por ninguna parte y ya tenía mucho tiempo buscándolos por toda la casa.

-Vamos a buscar la palabra “experiencia” en un diccionario -propuso en voz baja Juan Andrés.

-No -murmuró Eloísa- mejor esperamos a que aparezcan los lentes.

-¿Quieren saber lo que es experiencia? -los sorprendió el abuelo. Estaba doblado en el piso, busca que busca sus lentes con la

abucla. -Toooodo lo que vivimos es experiencia. Las personas podemos vivir experiencias bonitas, pero también tenemos experiencias difíciles o dolorosas. La experiencia de cada persona es distinta y muy importante -les explicó.

Eloísa estaba atenta, la palabra le seguía pareciendo rara y complicada. Por eso preguntó:

-Abuelo, ¿la experiencia es tan importante como el nombre?

-Sí, señorita. Tan importante como las fotos y los recuerdos. Todo lo que forma parte de la historia de las personas es importante, por lo tanto, las experiencias o vivencias de cada uno de nosotros son

*La experiencia  
es lo que  
vivimos y  
sentimos aquí  
y ahora.*

importantísimas -respondió el abuelo.

-Entonces, ¿cuando estoy jugando con el equipo de béisbol, eso es una experiencia? -preguntó Juan Andrés.

-Sí, campeón. Estás practicando deporte, estás aprendiendo y al mismo tiempo disfrutas. Es tu experiencia porque lo haces y lo vives tú -expresó el abuelo.

-Nadie se puede comer por mí las galletas que me hace mi abuela, ¡me gustan tanto! -suspiró Eloísa. La experiencia de comerme las

*Tú eres  
tu nombre,  
tu historia,  
y también eres  
tu experiencia.*

galletas me encanta.

Cada día tú haces algo diferente. Piensas y sientes cosas distintas. Cada día tienes nuevas necesidades. Con la experiencia satisfaces tus necesidades.

Todos podemos darnos cuenta de lo que nos pasa, de lo que sentimos.

Los abuelos están tranquilos porque aparecieron sus lentes y los niños están satisfechos porque entendieron lo que significa la palabra experiencia.

Autoestima es energía, es sentir tus emociones y necesidades, es la fuerza que te acerca a tus sentimientos.



## Una pareja son dos

La maestra mandó a escribir de tarea a Eloísa y a todos sus compañeros de clases, la historia de cómo se habían conocido sus papás.

Ese día todos se entusiasmaron con la tarea. Al llegar a sus casas, los niños no pararon de preguntar a sus padres para poder hacer la composición.

A la mañana siguiente, Eloísa llegó muy contenta a la escuela porque había terminado su historia de amor. Cuando se encontró con Juan Andrés en el recreo, le preguntó:

-¿Quieres que te cuente cómo se conocieron mi papá y mi mamá? -y sin esperar respuesta, siguió: -Bueno, al principio, ellos no sabían que iban a ser novios. Los habían invitado a comer a casa de unos amigos y

allí se conocieron. A mi papá le encantó la risa de mi mamá y a mi mamá le encantó mi papá completo.

-Se enamoraron y naciste tú -se adelantó Juan Andrés.

-¡No! -le dijo Eloísa- pasaron muchos días en los que pasearon, conversaron, leyeron, se abrazaron y bailaron. Mi mamá se reía mucho



con las historias que le contaba mi papá. Él se sentía feliz por haberse encontrado con ella. Entonces, un día se hicieron novios.

*Una pareja  
son dos personas  
unidas por una  
relación de  
amor.*

-Mi mamá me ha dicho que para ser novios es importante estar de acuerdo -recordó Juan Andrés y volvió a preguntar- ¿Y después, naciste tú?

-¡No! -contestó Eloísa- primero se hicieron novios, después, les dijeron a mis abuelos que se iban a casar. Mi abuelo les respondió: «Para casarse es importante que se amen»; y como se amaban, hicieron una gran fiesta de matrimonio. Yo, cuando sea grande, me voy a casar con mi amor.

-Mi papá y mi mamá siempre dicen que se quieren mucho, pero yo no sé todo lo que hicieron antes de que yo naciera; ¡que fino! ojalá sea una historia bien divertida.

Después del recreo, todos regresaron a sus salones. Eloísa y sus compañeros debían leer en voz alta su tarea. A la maestra le gustó mucho el final de la historia de Eloísa porque allí contaba cómo sus padres, después de haberse hecho novios y esposos, se convirtieron en papá y mamá gracias a su nacimiento.



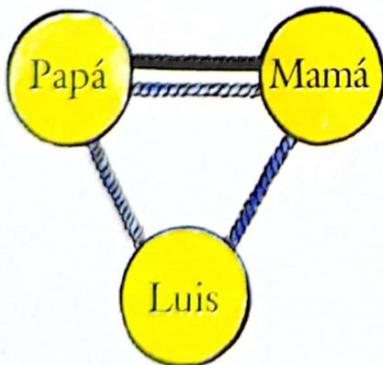
## ¡Pertenezco a un triángulo!

Eloísa y Juan Andrés dibujaron triángulos en distintas posiciones y los pintaron con diferentes colores.

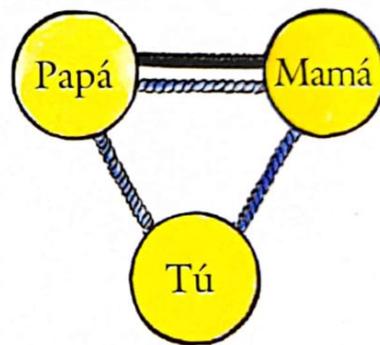
Ese día los niños de 1º, 2º y 3º grados asistieron a la actividad: “conociendo mi triángulo familiar”.

La maestra explicó que en una de las puntas del triángulo está el papá, en otra está la mamá, y en la otra un niño o una niña.

-Si ven un dibujo como éste, se trata del triángulo familiar de un niño que se llama Luis -decía la maestra.



Tú también tienes un triángulo familiar. Ese triángulo sería así:

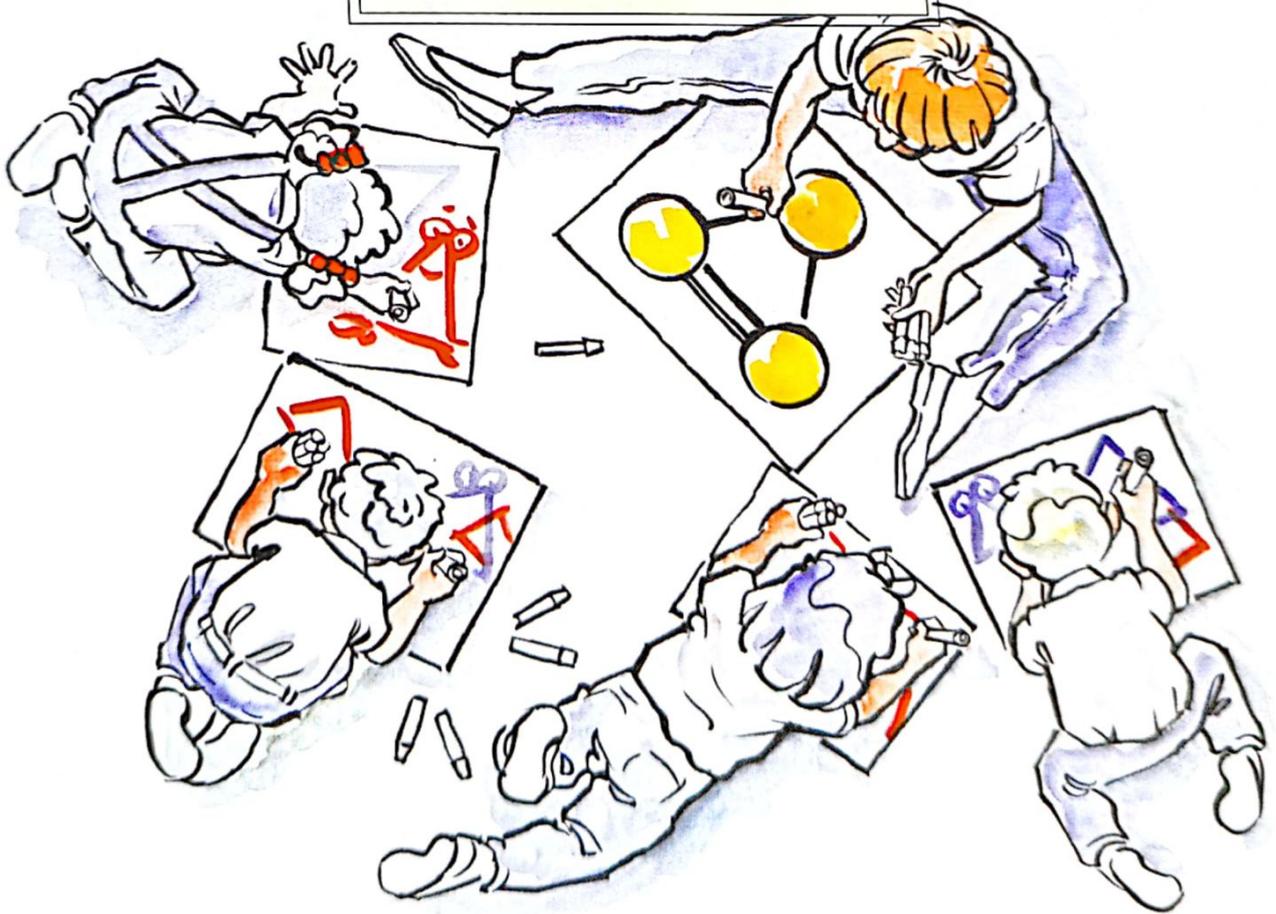


Todo niño nace de la unión de un papá y una mamá, y los tres juntos forman un triángulo familiar. Cada uno de nosotros es parte de un triángulo familiar único y diferente. El triángulo de cada hermano es distinto, aunque tenga la misma mamá y el mismo papá -concluyó la maestra.

Tú tienes un triángulo familiar. En tu triángulo familiar vives alegrías, vives tristezas, aprendes y creces. Tu mamá y tu papá también crecen y

aprenden. Tú y tus padres se relacionan mediante vínculos o lazos que son como unas cuerdas fuertes e invisibles que los unen para siempre.

*Autoestima es vivir todas las experiencias de tu triángulo familiar.*



## Todos pertenecemos a un triángulo

Eloísa y Juan Andrés habían invitado a unos amigos de la escuela a pasar la tarde en casa de los abuelos.

Los abuelos prepararon la comida que más les gusta a los niños: carne molida con puré de papas y jugo de parchita.

-¿Qué hay para la merienda? -se apresuró a preguntar Juan Andrés.

-Galletas, frutas y más jugo -respondió la abuela.

Una vez que terminaron de comer, se sentaron en el patio de la casa y empezaron a contarles a los abuelos lo que habían aprendido en la escuela sobre la familia.

-Abuela, ¿sabes? yo nunca había dibujado a mi familia en un triángulo. Fíjate, los papás van en las puntas



de arriba uno al lado del otro, y el hijo va en la punta de abajo -explicó Juan Andrés.

-Entiendo -dijo la abuela-. El hijo va en el medio.

-Aprendimos acerca de lo importante que son papá y mamá -comentó, Pablo, uno de los amigos de Eloísa.

-Eso es muy cierto. Los padres son muy importantes -dijo la abuela e invitó a los niños a escucharla con atención. La abuela pocas veces hablaba de ese modo, pero cuando lo hacía era porque algo importante iba a decir.

-Papá y mamá son como la tierra -continuó- ¿podría un árbol crecer sin un lugar para sus raíces?, ¿sin un lugar firme y seguro en el universo?

-¡Noooo! -contestaron a coro -se moriría.

-Entonces, atiendan bien. Un día papá y mamá deciden juntar su energía y su amor para tener un hijo y cuidarlo. Es como sembrar un árbol. Los padres son como sus raíces -explicó la abuela-

-Sin embargo, no en todos los casos papá y mamá están juntos. Aún así, ellos siempre serán personas importantes para nosotros. Ellos siempre

serán papá y mamá -agregó el abuelo.

Algunas veces papá y mamá deciden separarse y no vivir juntos en la misma casa porque ya no se sienten bien siendo pareja. Otras veces papá y mamá no están juntos porque uno de ellos ha fallecido. Lo importante es que los padres y los hijos deben saber que la energía que los une, siempre estará allí. Todos necesitamos de una familia para poder crecer.



## ¿Quién eres tú?

Tú, al igual que Eloísa y Juan Andrés, estás creciendo y aprendiendo en tu triángulo familiar. Ya sabes quién eres, cómo te llamas y qué sientes.

¿Recuerdas lo importante que es sentirse único y diferente?

Si no hay en el universo otra persona igual a ti, entonces, ¿quién eres tú?

*Tú eres tu mismo,  
con tu historia, tu nombre  
y tu experiencia.*

Tu identidad es conocer quién eres.

*Tu familia te da  
identidad.*



## Somos parecidos y somos diferentes

Todas las personas somos parecidas porque tenemos las mismas partes del cuerpo: cabeza, ojos, boca, piernas, brazos y manos. Así como también somos parecidos porque todos tenemos energía.

Todas las personas somos diferentes porque unos somos flacos, otros gordos, altos, bajos, de piel clara o piel oscura, cabellos cortos o largos, ojos de color claro o de color oscuro. Y también somos diferentes porque podemos ser de sexos distintos: los niños son de sexo masculino y las niñas, de sexo femenino.

Tú puedes parecerte a alguien de tu familia pero en el universo no hay ninguna persona igual a ti. Tú eres único y especial y todos los seres humanos somos especiales e importantes.

Eloísa es parecida a su mamá. Su mamá es una mujer y ella es una niña. Ellas son del mismo sexo. Con su mamá, Eloísa aprende su identidad femenina.

Eloísa y su mamá tienen un comportamiento femenino.

Juan Andrés es parecido a su papá. Su papá es un hombre y él es un





niño. Ellos son del mismo sexo. Con su papá, Juan Andrés aprende su identidad masculina.

Juan Andrés y su papá tienen un comportamiento masculino.

Aunque los niños y las niñas son de sexos diferentes, ambos tienen las mismas oportunidades de inventar, jugar, aprender y decidir.

*En un triángulo familiar aprendes a ser niño o niña, según tu sexo.*

## Yo crezco en el universo

Los niños de esta historia han descubierto, junto a sus abuelos y sus padres, qué es la autoestima.

Juan Andrés y Eloísa están felices de tener abuelos, mamá y papá. Siempre están aprendiendo y saben que el cariño que se tienen los padres y los hijos es muy importante, y que ese cariño los une para siempre.

Todos los niños y las niñas tienen vínculos con sus padres. El amor, el respeto y la aceptación son algunos de los vínculos que existen entre ellos. Estos vínculos son para siempre, aunque los padres se separen.

Ya Eloísa y Juan Andrés también saben que en su familia aprenden lo

que necesitan para vivir. Eloísa y Juan Andrés aprenden mientras juegan junto a sus padres y sus abuelos. Jugar en familia los hace felices. Así, el abuelo disfruta contando historias a sus nietos y la abuela cantando y con su imaginación, viaja con ellos por todo el planeta.

Tú también puedes imaginar que recorres el planeta entero y que descubres maravillas en él. Tu planeta es la Tierra. Aquí naciste, aquí juegas y creces, junto a tu familia y junto a otros niños.

La Tierra es tu hogar, es importante quererla.

*Autoestima es crecer  
en el universo.*



## ÍNDICE

Conociendo a Eloísa y a Juan Andrés	10
Tu nombre eres tú	14
El universo, nuestra casa	16
Vamos al parque	18
Quiero estar en mi ambiente	20
Tu cuerpo es energía	24
Quiero un planeta saludable	26
¿Quién nació antes que yo?	28
¿Te gustan las fotos?	30
¿Y dónde están los lentes?	32
Una pareja son dos	34
¡Pertenezco a un triángulo!	36
Todos pertenecemos a un triángulo	38
¿Quién eres tú?	40
Somos parecidos y somos diferentes	42
Yo crezco en el universo	44