

Lección 1 para los grados 6, 7 y 8

**Colaborando con los padres y guardianes para la seguridad:
 Límites físicos: Reglas sobre contacto físico sano y peligroso**

PRINCIPIO

Los niños deben aprender a usar instrumentos para protegerse de las personas que pueden causarles daño por medio de contacto físico (sexual o de otra clase) con el fin de prevenir/reducir el riesgo de abuso sexual y las violaciones de los límites.

CATECISMO/ESCRITURA

En cuanto al hombre, Dios lo formó con sus propias manos [es decir, el Hijo y el Espíritu Santo] y Él dibujó sobre la carne moldeada su propia forma, de modo que incluso lo que fuese visible llevase la forma divina. — Catecismo de la Iglesia Católica, #704 (1997)

OBJETIVOS

Después de la primera lección, los niños estarán mejor capacitados para:

- Identificar las clases de contacto físico sano y peligroso.
- Repetir y entender las reglas sobre los límites del contacto físico:
 - Decir que “¡No!” cuando alguien trate de tocarlos de una manera peligrosa o incómoda.
 - Tratar de alejarse de la situación.
 - Contarle a un adulto lo más pronto posible.
- Componente de tecnología: Entender que también se aplican reglas similares sobre los límites a las actividades en línea:
 - Decir que “¡No!” si alguien comparte material o imágenes peligrosas o inapropiadas.
 - Alejarse de la situación.
 - Contarle a un adulto lo más pronto posible.
- Comenzar a entender que si alguien tiene un contacto físico peligroso con ellos o les muestra material inapropiado, la culpa no es del menor.

Antecedentes para los líderes de las lecciones:

Antes de sentarse con su(s) hijo(s) y comenzar las actividades, lea toda esta lección y vea el video. Primero elija las actividades con las que se sienta más cómodo y gradualmente pase a las demás. Le resultará útil tener a la mano la Guía para la enseñanza de los límites y la seguridad para navegar por el material de la lección. Estas actividades están destinadas a capacitar a los niños para que piensen en cuestiones de seguridad con usted como acompañante.

En este grupo de edad: Trato con los preadolescentes y los adolescentes—el concepto clave es la “transición”

El niño que está en la escuela intermedia experimenta un período de rápido crecimiento. Comienza interesarse por personas del sexo opuesto. A menudo le preocupa el cambio físico, el tamaño del cuerpo, la calidad de la piel y lo largo del cabello. La imagen corporal es muy importante para los jóvenes de esta edad, ya que se quejan de ser demasiado maduros o inmaduros físicamente y también de que no tienen suficiente privacidad. El grupo de compañeros juega un papel importante en la formación de actitudes e intereses. Los proveedores de cuidado necesitan asegurarse regularmente a los jóvenes que los cambios son normales, aunque la velocidad con que ocurren varía de una persona a otra. Los líderes de las lecciones deben escuchar cuidadosamente a los niños y observar qué sucede en su vida. Dejen que los jóvenes sean ellos mismos. Déjelos explorar su propia expresión, pero que sepan quiénes son y qué hacen y recuérdelos la importancia de protegerse durante esta dinámica época de su vida. Durante este período, los jóvenes están completamente absortos en sí mismos y, por naturaleza, muchos son menos comunicativos que en otras etapas de su desarrollo. Este es el momento de infundir más confianza a los jóvenes para que evalúen las situaciones seguras y peligrosas cuando no estén bajo el cuidado de sus padres.

ACTIVIDAD OPCIONAL #1: Proyecte el video introductorio (opcional) para romper el hielo

Preparación: Al prepararse para esta actividad, repase la Guía para la enseñanza de límites y seguridad: Guía sobre un entorno seguro para los adultos, padres y tutores conscientes (*Teaching Boundaries and Safety Guide: Safe Environment Guide for Caring Adults, Parents and Guardians*).

Indicaciones El video introductorio para los grados K-5 se ha preparado para iniciar una conversación sencilla con los niños sobre los límites personales y la seguridad al tocar. El video dura aproximadamente seis minutos y no se ha creado ni se pretende usarlo como sustituto de la lección propiamente dicha. Es sencillamente una introducción para “romper el hielo” y ayudar en la transición hacia la finalización de las actividades opcionales interactivas de las lecciones. Debe usarse junto con otra actividad opcional, puesto que la conversación y la práctica son elementos críticos necesarios para enseñarles a los niños a protegerse. Los niños aprenden más al “hacer” que cuando solo se limitan a “escuchar” o “ver”.

Enlaces a los videos para jóvenes en este grupo de edad de los grados de 6-8:

- Inglés 6 – 8: <https://www.youtube.com/embed/P3RoYAYkDQ4>
- Español 6 – 8: <https://www.youtube.com/embed/XBN8gsD8A7U>

ACTIVIDAD OPCIONAL #2: Las palabras clave del vocabulario sobre la seguridad

Preparación: Al prepararse para esta actividad, repase la *Guía de enseñanza sobre límites y seguridad: Guía de entorno seguro para adultos, padres y tutores que se preocupan por ellos*.

Indicaciones: Repase y discuta las palabras clave del vocabulario con su hijo. Alternativamente, los líderes de lecciones pueden utilizar este marco de vocabulario para tener una mejor base de comprensión para simplemente comenzar una conversación sobre los límites o para ayudarlo a dirigir las otras actividades.

- **Reglas de seguridad**—cada vez que un adulto, u otro joven, le hace sentir incómodo, hay reglas sencillas para que sepan qué hacer en situaciones incómodas o peligrosas: decir que “¡No!”, tratar de alejarse y contárselo a un adulto lo más pronto posible.
- **Partes íntimas del cuerpo**—las partes del cuerpo cubiertas por un traje de baño.
- **Decir que “no”**—decir que “no” significa rehusar, negarse, rechazar o desaprobado. Esta palabra se usa para expresar un límite personal y dar a entender que el niño no desea que algo suceda o continúe. [Dígales a los niños que está bien decirle que “no” a un adulto si esa persona los hace sentir atemorizados o incómodos o si les toca las partes íntimas del cuerpo.]
- **Reglas**—una guía prescrita de conducta o de acción. Seguimos reglas para asegurarnos de estar seguros—así como la regla de abrocharnos el cinturón para estar seguros en el auto, o como las reglas de seguridad antes de cruzar la calle. [Por ejemplo, enséñele al niño una regla sencilla para que sepa qué hacer si alguien trata de tocarlo de una manera peligrosa, como decir que “no”, tratar de alejarse y contárselo a un adulto lo más pronto posible.]
- **Incómodo**—Expresión de incomodidad que puede dejar a una persona inquieta o intranquila y a veces causarle ansiedad o sensación de náuseas. [Podría ser una sensación en la “boca del estómago” o como la que deja el cabello cortado en la nuca. Usted puede inmovilizarse, querer luchar o sentir como si quisiera salir corriendo para alejarse de la situación.]
- **Confuso**—es algo que es difícil de entender porque no tiene sentido, es ambiguo o desconcertante. Causar confusión es impedir pensar con claridad o hacer que algo sea engañoso. [Por ejemplo, un nudo grande y enredado puede ser confuso porque es difícil determinar hacia dónde va cada parte y cómo desenredarlo.]
- **Límites (personales)**—Los límites físicos y emocionales que definen la separación de una persona de otra o de otras. Los límites promueven y conservan el espacio personal físico y emocional en nuestras relaciones. Los límites le dan a cada persona un sentido claro de “sí misma” y un marco sobre la forma de funcionar en relación con los demás. Los límites traen orden a nuestra vida y empoderan a cada uno de nosotros para determinar cómo interactúan otras personas con nosotros.
- **Respetar los límites personales**—debemos respetarnos a nosotros mismos y respetar a los demás. El respeto por nosotros mismos significa que entendemos nuestra dignidad y nuestro valor como personas y que trabajamos para crear o mantener límites personales para protegernos. Nos enfadamos o nos sentimos incómodos cuando alguien no respeta nuestros propios límites personales y nos comunicamos con la persona apropiada si necesitamos ayuda. Respetar los límites de otra persona significa que ustedes la estiman y no harán nada que pueda causarle daño y que se comunicarán con la persona apropiada para ayudar a quien se ve perjudicado por alguien más. [Deles a los niños algunos ejemplos de respeto por los demás, como no llamar a otras personas con nombres despectivos, no pegarles, seguir las reglas en la escuela y en la casa, dejar de obrar de una manera determinada cuando alguien se lo pide, avisarle a un adulto cuando alguien tiene dolor o ha sufrido una lesión, etc.]
- **Amigos y adultos fiables**—las personas fiables no le causan daño a ustedes sin una buena razón ni los confunden intencionalmente. Los escuchan y continuamente respetan los límites personales y observan las reglas. [Explique que un niño puede estar rodeado de muchos amigos y adultos fiables. Dé algunos ejemplos del comportamiento de un adulto que podría causarles dolor a los niños, pero que puede ser necesario para su seguridad, como exámenes médicos, vacunas, toma de muestras de la garganta, retiro de astillas de madera, impedir que un niño corra por la calle, etc.]
- **Amigos y adultos peligrosos**—los amigos y adultos peligrosos exponen a un niño a riesgo de daño emocional, espiritual y físico. Estas son personas que ponen en peligro a un niño para sus propios fines, sin preocuparse por su bienestar. Además, no escuchan constantemente los deseos de los padres ni observan los límites personales del niño. [Dígales a los niños que podemos determinar cuando alguien es peligroso si no sigue las reglas ni escucha cuáles son nuestros límites personales.]
- **Contacto físico sano**—formas de contacto que tienen una buena finalidad, que no se hacen con la intención de perjudicar y que deben ser conocidas. Son seguras y también pueden realizarse con el fin de mantener al niño sano, aunque no se conozca bien a la persona, siempre y cuando el contacto sea apropiado para la relación particular—como cuando una madre besa en la frente al niño al acostarse o cuando el niño le dice a su compañero que “choque esos cinco”, etc. [Absténgase de decir que el contacto físico que deja una buena sensación “es sano, es amoroso o muestra que alguien ama al niño” puesto que a veces el

Nota: Es importante solicitar preguntas y comentarios a los estudiantes en este momento. Tal vez sea necesario aclarar algunos términos como “contacto físico perjudicial”. Los líderes de las lecciones deben estar listos a responder con claridad y franqueza.

contacto físico es sano y necesario, pero también puede doler—aunque duele por una buena razón para mantener sanos a los niños, como los puntos colocados para cerrar una herida, la inyección que aplica el médico o la limpieza dental.]

- **Contacto físico peligroso**—contacto físico perjudicial cometido por una persona o un grupo, que causa lesión física, sexual o psicológica a un niño o a una persona joven. A menudo proviene de personas que no pueden ver o que optan por no ver el daño de sus actos.[Entre los ejemplos cabe citar pegar, golpear, hacer caer, dar puntapiés, escupir, tocarle las partes íntimas a alguien, etc.]
- **Secreto**—algo que se mantiene oculto, que nunca se cuenta ni se explica. Los secretos excluyen a otras personas, pueden perjudicar y a veces hacen que la persona que los guarda se sienta atemorizada o incómoda. [Por ejemplo, dícales a los niños que no hay secretos cuando se trata de su seguridad personal y física. Dícales que está mal que un adulto o que otro niño le pida a un menor que guarde un secreto relacionado con la seguridad—particularmente si se trata de contacto físico peligroso—porque esa es una forma de herir a las personas. Si una persona trata de hacer que un niño guarde un secreto o hace que el niño se sienta atemorizado, el niño debe saber la forma de comunicar esa información inmediatamente a uno de los padres o a un adulto consciente—y debe tener la seguridad de que estará protegido, independientemente de las amenazas o las consecuencias aparentes de “contar lo sucedido”.]
- **Presión de los compañeros**—la profunda influencia de un grupo—particularmente de jóvenes—en los miembros de ese grupo para comportarse como los demás

ACTIVIDAD OPCIONAL #3: Repase y amplíe las reglas sobre los límites del contacto físico

Preparación: Al prepararse para esta actividad, repase la Guía para la enseñanza de límites y seguridad: Guía sobre un entorno seguro para los adultos, padres y tutores conscientes (*Teaching Boundaries and Safety Guide: Safe Environment Guide for Caring Adults, Parents and Guardians*).

Indicaciones: Revise las reglas del contacto físico:

- Si alguien trata de tocarle las partes íntimas del cuerpo o quiere que tú le toques las suyas, debes decir palabras que signifiquen “¡No!”.
- Intenta alejarte lo más pronto posible y
- Cuéntale lo sucedido inmediatamente a un adulto fiable, aunque la persona te haya dicho (y particularmente si te ha dicho) que no lo cuentes o que te verás en problemas si cuentas.

Hable con los niños sobre situaciones peligrosas que podrían enfrentar con adultos y con otros jóvenes y converse sobre las formas apropiadas de responder. Por ejemplo:

- Los adultos o los niños mayores que permiten que los menores vean películas con una clasificación R o X. (En el primer caso, el solo hecho de que un adulto permita que un niño vea una película clasificada R no es necesariamente problemático. Sin embargo, si la película o la clasificación está prohibida por los padres del niño y el adulto le dice al niño que guarde el secreto, el acto del adulto puede convertirse en un mayor motivo de preocupación.)
- Los adultos u otros jóvenes que cuenten chistes groseros o vean fotografías de “adultos” (desnudos) (o fotografías sexualmente explícitas).
- Un adulto o joven mayor que hace algo peligroso y, cuando otro joven dice “Pare”, el adulto o el joven mayor está de acuerdo en retractarse pero le dice al menor que no le cuente a nadie lo sucedido.

Luego, hable de que un niño tiene el derecho a decir que “No” y a esperar que la otra persona lo escuche y respete los límites. Hable de situaciones difíciles que podrían ser parte de un proceso de captación o que animen a los jóvenes a observar cuidadosamente las dificultades que podrían surgir y a pensar detenidamente sobre cada asunto para tomar una decisión segura y saludable.

- Un amigo le confía que alguien ha abusado de él o le ha hecho algunas cosas que lo hacen sentirse incómodo con la otra persona.
- Usted está en casa de un amigo. Los padres se han ido y su amigo quiere que ustedes dos abran el gabinete donde están las bebidas alcohólicas para tomar algunos “refrescos”.

Recálquele al joven la importancia de contarle a un adulto en cuyo comportamiento sano usted confíe cuando algo marche mal o cuando crea que se han violado sus límites. Si no lo toma en serio, cuénteles a otro adulto consciente y siga contando hasta que alguien le preste atención.

Nota: La conversación permite que los jóvenes resuelvan los asuntos que llevan a determinar si los actos de los adultos son parte del proceso de captación. Es importante que los jóvenes comiencen a reconocer los elementos de la captación e identifiquen cosas que son “señales de alerta”. Al examinar diversas situaciones, usted verá que ninguna de ellas es un ejemplo perfectamente definido de captación. Esta es una excelente oportunidad para que los jóvenes comiencen a enfrentar el desafío de hacer lo correcto ante la presión de los compañeros y ante la necesidad real que tiene el joven de “encajar” y de ser parte del grupo.

ACTIVIDAD OPCIONAL #4: Hoja de trabajo sobre la seguridad en internet—¿Es cierto o falso?

Indicaciones: Distribuya la hoja de trabajo y mande a los niños a leer cada afirmación y a escoger la que sea “cierta” o “falsa”. Pueden marcar cada respuesta con un círculo o destacarla. Después de terminar el ejercicio, repase los ejemplos uno por uno y pídale a los jóvenes que expliquen por qué escogieron las preguntas específicas. Ayúdeles a entender las respuestas correctas valiéndose de la clave de las respuestas sobre la seguridad en internet que aparece a continuación. Las explicaciones de las respuestas “falsas” aparecen en el lado derecho de la página.

Nota: La plantilla de afirmaciones ciertas y falsas sobre la seguridad en internet se incluye en el juego de materiales descargables al final de este conjunto.

CLAVE DE LAS RESPUESTAS SOBRE LA SEGURIDAD EN INTERNET:

1. Si sabes que un amigo es víctima de acoso escolar o de hostigamiento en internet en la actualidad o ha sido víctima de abuso, está bien mantener el asunto en secreto sin contárselo a un adulto.
2. Siempre puedes conocer la identidad exacta de las personas que conoces en internet.
3. ¿Está bien que un adulto o un niño mayor te haga prometer que debes guardar un secreto?
4. Si ves imágenes inapropiadas en internet, es importante dejar de verlas y contarle a un adulto lo más pronto posible.
5. Aunque tengas excelentes configuraciones de seguridad en tus cuentas, a veces la gente puede ver el material que compartes por falta de configuraciones de seguridad en la cuenta de un amigo.
6. La mejor regla es abstenerse de publicar información personal o datos de identificación en internet.
7. Está bien decir algo en línea que no te atreverías a decir personalmente.
8. Una vez que se comparte material en internet, la información se puede borrar y retirar con facilidad.
9. Si no estoy seguro si un acto es inapropiado, debo mantener silencio y no decir nada hasta no saber con seguridad.

Falso

Nota: Si algo malo le sucede a un amigo, es importante informar sobre esa persona a un adulto consciente. NUNCA está bien quedarse callado cuando un amigo está en problemas.

Falso

Nota: No es posible saber la identidad exacta de las personas que conoces en internet.

Falso

Nota: No está bien que un adulto o un niño mayor te haga prometer que debes guardar un secreto.

Cierto

Cierto

Cierto

Falso

Nota: Si no te atreves a decir o a hacer algo en persona, no lo digas en línea.

Falso

Nota: Aunque ya no puedas ver la información publicada en internet, eso no significa que se haya retirado por completo. Una vez que se comparte información, siempre estará disponible para que alguien más la encuentre en internet.

Falso

Nota: Si un acto te hace sentir incómodo, ¡no te quedes callado! Si lo cuentas te protegerás a ti mismo y protegerás a otras personas. Aunque no estés seguro, comunica tus preocupaciones a un adulto consciente que te protegerá.

Hoja de trabajo sobre la seguridad en internet—¿Es cierto o falso?

Instrucciones: Lea cada afirmación y escoja la que sea “cierta” o “falsa”. Pueden marcar cada respuesta con un círculo o destacarla. Estaremos repasando por cada ejemplo al final de todo, y discutiendo las respuestas.

1. Si sabes que un amigo es víctima de acoso escolar o de hostigamiento en internet en la actualidad o ha sido víctima de abuso, está bien mantener el asunto en secreto sin contárselo a un adulto.

¿Es “cierto” o “falso”?

2. Siempre puedes conocer la identidad exacta de las personas que conoces en internet.

¿Es “cierto” o “falso”?

3. ¿Está bien que un adulto o un niño mayor te haga prometer que debes guardar un secreto?

¿Es “cierto” o “falso”?

4. Si ves imágenes inapropiadas en internet, es importante dejar de verlas y contarle a un adulto lo más pronto posible.

¿Es “cierto” o “falso”?

5. Aunque tengas excelentes configuraciones de seguridad en tus cuentas, a veces la gente puede ver el material que compartes por falta de configuraciones de seguridad en la cuenta de un amigo.

¿Es “cierto” o “falso”?

6. La mejor regla es abstenerse de publicar información personal o datos de identificación en internet.

¿Es “cierto” o “falso”?

7. Está bien decir algo en línea que no te atreverías a decir personalmente.

¿Es “cierto” o “falso”?

8. Una vez que se comparte material en internet, la información se puede borrar y retirar con facilidad.

¿Es “cierto” o “falso”?

9. Si no estoy seguro si un acto es inapropiado, debo mantener silencio y no decir nada hasta no saber con seguridad.

¿Es “cierto” o “falso”?