

Lección 1 para los grados 9—12

**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 adolescentes—el concepto clave es la “búsqueda”

Esta es la edad en la que todas las experiencias que comenzaron con la pubertad—los cambios físicos y la manifestación de emociones—se intensifican con rapidez a medida que el adolescente madura para convertirse en adulto joven. La timidez aumenta y madura. Ha llegado el momento de renunciar al mundo de los “niños”. Los adolescentes creen en su inmortalidad y pueden comportarse con imprudencia, tanto personalmente como en línea. Aunque, al parecer, rechazan la autoridad mientras definen su propia independencia, en realidad dependen de la fortaleza y del apoyo que encuentran en los padres y otros adultos influyentes. Para este grupo de edad es importante sentirse apoyado y comprendido, lo mismo que mantener los límites mientras sigue desarrollándose la parte de su cerebro donde ocurre el raciocinio. Los adolescentes tienen mucha libertad personal. Esta libertad también los expone a riesgo de diversas maneras. Los padres y tutores esperan que los adolescentes se cuiden y pidan ayuda cuando la necesiten. Los adultos conscientes deben saber que tal vez sea necesario fortalecer el comportamiento y los límites de los jóvenes en línea.

ACTIVIDAD OPCIONAL #1: Projete 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 9-12:

Inglés 9 – 12: https://www.youtube.com/embed/eY_oua646oc

Español 9 – 12: <https://www.youtube.com/embed/ScP07b62IR0>

ACTIVIDAD OPCIONAL #2: Repase y discuta las palabras del vocabulario

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. [Dígame 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, enseñe 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. [Dígame 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, dígalas a los niños que no hay secretos cuando se trata de su seguridad personal y física. Dígalas 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: Hable con su hijo sobre las razones que explican por qué son importantes las reglas de seguridad. Asegúrese de recalcar y anotar los puntos siguientes:

- El conocimiento de las reglas ayuda a los adolescentes a abordar situaciones potencialmente amenazantes y, de paso, a mantener su propia seguridad y la seguridad de sus amigos.
- Para la seguridad personal de un adolescente es de vital importancia conocer las situaciones potencialmente peligrosas y hablar sobre la forma de abordarlas con anticipación. (Pídale a los jóvenes que den ejemplos de situaciones peligrosas.)

Hable con su hijo sobre los varios tipos de reglas que crean los padres o las familias para velar por la seguridad de todos los miembros de la familia. Cite algunas reglas específicas sobre lo que se puede permitir o no a un adolescente. Esas reglas podrían incluir:

- Guías que los adolescentes saben que se han creado porque los padres y tutores les permiten participar en ciertas actividades mientras dicen que “no” a otras.
- Clases de comportamiento que los padres y tutores esperan de los adolescentes y los jóvenes, aunque en realidad los padres nunca hayan expresado verbalmente esas expectativas.

Recuérdle a su hijo que si bien la mayoría de las clases de contacto físico son sanas, algunas son peligrosas y pueden presentar un grave riesgo para las personas involucradas. Existen varias razones para el contacto físico. Hable sobre algunas de las razones del contacto físico humano y señale cuáles son sanas y cuáles son peligrosas.

- El contacto físico puede ser apropiado, inapropiado y, a veces, confuso. Se puede recibir en forma positiva o negativa y puede ser sano o peligroso. Por ejemplo, el contacto físico puede indicar:
 - Un intento por comunicarse.
 - Afecto.
 - Actividad sexual amorosa y consensual entre cónyuges en el contexto de un matrimonio cristiano.
 - Uso de poder y control.
 - Una demostración de ira y hostilidad.
 - Un vehículo de victimización sexual y física.
- Converse sobre diferentes ejemplos de contacto físico o de comportamiento sano y peligroso, comportamiento confuso, y formas de abordar el contacto físico confuso y percibido negativamente.
- Hable sobre las formas de decir que “no” o de rechazar, de otro modo, las insinuaciones no deseadas o el contacto físico incómodo o no deseado.
- Hable sobre si existe alguna situación en que “no” no signifique una “negación”. En caso de que exista, hable sobre las formas de ayudar a determinar si “no” realmente significa una “negación”. **Consejo:** Si alguien dice que “no” en el contexto de un contacto físico humano, siempre se debe respetar ese “no” como la respuesta final. ¡Siempre!