

## Lección 5 para los grados K, 1 y 2

## Cómo ser un amigo fiable

### PRINCIPIO

Los niños deben saber que ser amigos quiere decir que “hacemos lo correcto” cuando se trata de tener amistades sanas con los compañeros: eso significa que reconocemos las situaciones peligrosas, intervenimos (cuando es posible) y comunicamos la información a un adulto fiable.

### CATECISMO / SAGRADA ESCRITURA

*“Un amigo fiel es un refugio seguro: el que lo encuentra ha encontrado un tesoro. Un amigo fiel no tiene precio, no hay manera de estimar su valor”—Ben Sirá 6:14-15.*

*“Si eres amigo, no te vuelvas enemigo”.  
—Ben Sirá 6:1.*

### OBJETIVOS

En esta lección, el líder de la lección para adultos enseña y estimula a los estudiantes a responder con una acción cuando ellos o un amigo se encuentran en situaciones peligrosas. Después de la lección 5, los niños deberán estar mejor capacitados para:

- Participar en amistades sanas.
- Reconocer que pueden hacer algo para ayudarse a sí mismos y ayudar a sus amigos cuando enfrenten situaciones peligrosas.
- Responder apropiadamente a situaciones peligrosas para ellos o para sus amigos:
  - Decir que “no” si se encuentran en una situación peligrosa.
  - Tratar de alejarse de la situación si se sienten incómodos.
  - Hablar con un adulto fiable lo más pronto posible (aunque la situación le haya ocurrido a un amigo).
- Componente de tecnología: entender que hay acciones similares que también se aplican a las actividades en línea.

### Antecedentes para los líderes de lecciones:

Antes de comenzar esta lección, el líder debe finalizar la orientación correspondiente dada por VIRTUS o leer la guía sobre la enseñanza de los límites personales y la seguridad creada por VIRTUS, puesto que ofrece vasta información sobre los límites personales. Aunque los adultos son los principales protectores de los niños, hay habilidades que los niños pueden aprender para protegerse mejor y proteger a los demás cuando enfrenten situaciones difíciles donde no haya adultos conscientes.

Este mensaje sobre cómo ser “un amigo fiable” necesita especial atención por dos razones. Primero, la idea de tener amigos fiables no debe confundirse con el papel específico del adulto cuando se trata de mantener límites personales apropiados con los jóvenes. En esta lección sobre seguridad, el mensaje sobre la forma de ser un “amigo fiable” está orientado principalmente a ayudar a los niños a entender cómo ser amigos fiables para sí mismos y para otros niños. A los líderes de la lección no se les pide que sean amigos de los niños; más bien esos líderes y los adultos conscientes en la vida de un niño siempre están llamados a ser “amistosos” con ellos y no a ser sus “amigos”. Esta es una importante distinción de los límites personales. En las relaciones más sanas entre los adultos y los niños, se sabe que los adultos son fiables.

Segundo, el mensaje subyacente de esta lección se enfoca en las relaciones y los límites personales sanos. Se les ruega ser muy

claros en su comunicación con los niños para indicarles que ellos no son responsables de los demás. El hecho de dar información errónea a los niños diciéndoles que el bienestar de una persona es una responsabilidad del niño podría hacer que este último se sintiera más culpable si no pudiera prevenir o detener un abuso cometido contra él mismo o contra un amigo. En esta lección se debe hacer una distinción para indicar que hay veces en que los niños son víctimas de abuso o ellos saben que un compañero necesita ayuda, pero no siempre saben cuál es la mejor forma de ayudar. Ser un amigo fiable significa que los niños hacen lo que es “correcto” para ellos y para cada uno de los demás, lo cual significa que realizan una acción o intervienen de formas seguras cuando se enteran de que hay un problema.

Tenga presente algunos de estos mitos para revelarlos durante las lecciones: a veces es posible que los niños no sepan que pueden decir que “no” cuando un comportamiento los hace sentir incómodos. Es posible que les prometan a sus compañeros que van a guardar secretos sobre su seguridad con el fin de protegerlos, sin darse cuenta de que es de suma

Importancia avisar a adultos fiables sobre situaciones peligrosas. También deben saber que nunca tienen (ni tendrán) la culpa de que ellos o alguien conocido sean víctimas de abuso o sufran algún daño.

### En este grupo de edad: Cómo abordar la edad primaria—el concepto clave es la “actividad”

Los niños pequeños tienen una imaginación activa y vívida, crecen menos egocéntricos y son más conscientes de otros. Su período de atención es breve—aproximadamente de 20 minutos. Trate de mantenerlos ocupados con algún movimiento en la medida de lo posible. Aprovechan las experiencias concretas, les encanta aprender y son muy inquisitivos. Sin embargo, dependen casi por completo de los demás para definir lo bueno y lo malo y distinguir el comportamiento sano del peligroso, pero entienden las “reglas”, que es otra frase para explicar los límites personales. En esta edad, los niños comienzan a diferenciar entre los aspectos positivos y negativos de la vida diaria y a cuestionar las expectativas de los adultos con respecto a la obediencia a ciegas. Al mismo tiempo, aprenden a respetar y a cuidar su propio cuerpo en lo que se refiere a higiene, alimentación y actividad. Los padres y los adultos conscientes deben hacer todo lo posible por crear un entorno de franqueza y confianza, en el cual los niños se sientan en libertad de hacer preguntas sobre la vida y su propio cuerpo para preparar el camino para las relaciones duraderas y sanas de cada niño con los demás. Este es el momento de hablar del comportamiento seguro y peligroso y de capacitar a los niños para practicar la seguridad cuando estén lejos de la casa.

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

El video introductorio para este grupo de edad se ha preparado para iniciar una conversación sencilla con los niños sobre los límites personales y la seguridad. No 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. Si se presenta como una actividad opcional, deberá emplearse junto con otra actividad opcional, puesto que la conversación y la práctica son elementos críticos necesarios para enseñarles a los jóvenes a protegerse. Aprenden mejor al “hacer” y no solamente al escuchar. Los videos se pueden encontrar por hablar por su coordinador.

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

- **Partes íntimas del cuerpo**—las partes del cuerpo cubiertas por un traje de baño.
- **Dicir que “no”**—decir que “no” significa rehusar, negarse, rechazar o desaprobar. 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.]
- **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 vea 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 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**—formas de contacto físico inapropiadas, que pueden herir o atemorizar o son contrarias a las reglas sobre contacto físico. Si no está seguro con respecto a una forma de contacto físico, pregúntele a uno de los padres. [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, dígales a los niños que no hay secretos cuando se trata de su seguridad personal y física. Dígales 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”.]

- **Grosero**—describe un comportamiento en que alguien sin querer o por accidente hace o dice algo hiriente. Por lo general, la grosería es imprevista y ocurre sin intención de herir. [Los ejemplos incluyen actos sociales torpes, como eructar en la cara de alguien, interrumpir a una persona que está hablando, tener una actitud narcisista, tener malos modales, elogiar los propios logros, etc.]
- **Malo**—describe un comportamiento en el cual alguien dice o hace algo hiriente a propósito una o tal vez dos veces. El fin es herir intencionalmente y a menudo este sentimiento es motivado por ira. [Los ejemplos incluyen menospreciar a alguien para que la persona mala aparezca y se oiga mejor, burlarse de la forma en que viste o luce una persona, insultar la inteligencia o las habilidades de una persona o decir cosas como “¿Por qué te pones eso? Se te ve terrible” o “eres tan tonto que deberías renunciar” o comportarse de una manera ofensiva después de un desacuerdo”.]
- **Acoso**—es diferente de ser grosero o malo. Es cruel; es la exposición intencional y repetida de patrones de comportamiento negativo y agresivo dirigido a una persona determinada con el tiempo. El acosador dirá o hará algo intencionalmente hiriente y seguirá haciéndolo sin ningún sentido de remordimiento. Un aspecto clave es el patrón continuo caracterizado por un desequilibrio de poder en el cual el acosador tiene más control o influencia. [Los ejemplos incluyen agresión física, verbal y emocional, exclusión social en persona o en línea, bromas pesadas a otros, propagación de rumores o de contenido inapropiado, acoso cibernético, etc.]

### ACTIVIDAD OPCIONAL #3: Levantar las señales de seguridad

<b>Actividad:</b>	Los niños tendrán una oportunidad de evaluar diferentes escenarios y levantarán las señales de colores para indicar si están seguros o en peligro. Luego habrá una discusión.	<b>ÚTILES (opcionales)</b> Platos verdes de plástico Platos rojos de plástico
<b>Preparación:</b>	Como preparación para esta actividad tenga una señal verde y una señal roja para que cada niño la use y la levante para responder a las preguntas de seguridad. Puede hacer que los niños hagan los platos o, para ahorrar tiempo, ya podría tenerlos a su disposición. La opción más rápida sería utilizar platos de plástico desechables de colores verde y rojo. Si no hay platos de plástico verdes ni rojos, utilice papel de construcción sobre platos de papel o de cartón. Los niños pueden levantar los platos “tal como están” o les pueden pegar un palito de helado (o algo similar) para hacer una señal.	
<b>Indicaciones:</b>	Distribúyale a cada niño una señal roja y una verde. Pídale que se sienten para que puedan verlo a usted y para que usted vea sus señales.	
<b>Discusión:</b>	<b>Pregunte:</b> Cuando vamos en un auto y vemos un semáforo, en general, ¿qué significa la luz verde? (La respuesta debería ser: SIGA). En general, ¿qué significa la luz roja? (La respuesta debe ser algo como PARE o ALTO)	

**Explique:** Rojo es también un color que significa “no”.

**Explíquelas las instrucciones del juego a los niños.** Ahora haremos un juego de seguridad. Voy a darles ejemplos de historias de seguridad. Si les cuento una historia que les parece segura, levanten la señal verde de “SIGA” para decir que está bien. De modo que LEVANTEN la señal verde para indicar seguridad. Luego, si les cuento una historia que no les parece segura, levanten la señal roja de “NO” para decir que no está bien. Luego, hablaremos de cada una de ellas.

**Nota:** La práctica también puede ser una parte divertida de la actividad. Haga las correcciones necesarias hasta que todos los niños muestren que entienden las indicaciones y pueden seguirlas.

Durante la presentación de los escenarios, los niños levantan sus señales después de cada historia. Usted sabrá quién entiende y quién no y deberá darles a todos las explicaciones correspondientes, basándose en el siguiente material.

**Dé tiempo para practicar:** Practiquemos. Repitan después de mí y levanten su señal. Muéstrenme qué señal van a levantar cuando algo es SEGURO (espere que sea la señal verde y que ellos digan que “está bien”).

Ahora, practiquen si tienen que levantar la señal para algo que NO es seguro (espere que sea la señal roja y que ellos digan que “NO”).

**Comience el componente de preparación del escenario mostrándoles los siguientes escenarios y haciendo las preguntas indicadas a continuación. Pregunte primero:** ¿Entienden la manera de jugar? Comencemos. Escuchen atentamente”.

1. Escenario 1: “Su amigo entra al salón de clase corriendo (no caminando), se tropieza con un pupitre donde está sentado alguien más y accidentalmente le lesiona la mano a esa persona. Le pide a usted que no le cuente a nadie lo que vio porque si lo hace se tropezará con usted también. ¿Es esta una situación segura?”.
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES ROJAS.
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Respuesta: Este no es un amigo fiable. Ha dejado de cumplir las reglas, lesionó a alguien, luego actuó como una persona mala cuando lo amenazó a usted y le pidió que no contara nada.)
  - **Pregunte:** ¿Qué hace usted cuando es un amigo fiable? (Respuesta: Contarle a un adulto fiable.)
2. Escenario 2: “El médico le aplicó una inyección mientras su mamá estaba en el cuarto y le hizo doler el brazo. ¿Es él un adulto fiable?”.
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES VERDES
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Respuesta: Los adultos fiables necesitan mantener seguros y sanos a los niños. Ese fue un contacto físico sano porque aunque dolió, uno de los padres estaba presente y se realizó para mantener seguro y sano al niño.)
3. Escenario 3: “Necesitas cruzar la calle y se te pide que tomes de la mano a un adulto fiable. ¿Esta es una situación segura?”.
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES VERDES.
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Respuesta: Los adultos fiables necesitan mantenerte seguro y sano. Tomar de la mano a un adulto fiable para cruzar la calle es una cosa segura. El trabajo del adulto es mantenerte seguro, de modo que a menudo desearás mantenerte cerca cuando cruzas una calle muy transitada. Cuando seas más grande, el adulto fiable te dirá cuándo puedes cruzar la calle sin tener que llevarte de la mano.)
4. Escenario 4: “Tu amigo está jugando afuera con una pelota, que rueda accidentalmente a la calle. Tu amigo corre a la calle a traerla, aunque esto es contrario a las reglas. ¿Esta es una situación segura?”.
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES ROJAS.
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Respuesta: Este amigo no es fiable. Está desobedeciendo las reglas al correr a la calle; es posible que lo atropellen porque a lo mejor los conductores no lo ven.)
  - **Pregunte:** ¿Qué haces tú como amigo fiable? (Respuesta: Es más seguro pedirle ayuda a un adulto cuando eso suceda. Cuéntale a un adulto fiable y pídele ayuda.)
5. Escenario 5: “Ha terminado el horario escolar y la mamá de tu amigo espera en el auto. Tu amigo la ve en el auto corre entre los autos estacionados. ¿Es esta una situación segura?”.
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES ROJAS.
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Respuesta: Este no es un amigo fiable. Está desobedeciendo las reglas al correr al estacionamiento; es posible que lo atropellen porque a lo mejor los conductores no lo ven.)
  - **Pregunte:** ¿Qué haces tú como amigo fiable? (Respuesta: Es más seguro pedirle ayuda a un adulto cuando eso suceda. Cuéntale a un adulto fiable y pídale ayuda.)
6. Escenario 6: “Alguien de tu vecindario quiere que lo acompañes a ayudarle a buscar el gatito que se le perdió y dice que necesitas ir ahora mismo. Quieres ayudar y dices, “no, primero necesito preguntarle a mi mamá o a mi papá” y corres a buscarlos antes de ir a cualquier parte con cualquier persona. “¿Estás actuando con seguridad?”.
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES VERDES.
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Respuesta: Tú eres un amigo fiable porque es importante verificar siempre con un adulto antes de ir a cualquier parte con cualquier persona. El trabajo del adulto fiable es mantenerte seguro y sano y esa persona necesita saber dónde estás y a dónde vas.)
  - **Pregunte:** ¿Qué haces como amigo fiable si ves que tu amigo se va con alguien sin que lo sepan sus padres? (Respuesta: es más seguro pedirle ayuda a un adulto cuando eso sucede. Cuéntale a un adulto fiable y pídele ayuda.)
7. Escenario 7: “Alguien le envió un video a un amigo tuyo a sabiendas de que esto es contrario a las reglas. Tu amigo lo vio y no sabe qué hacer, pero se siente incómodo. Tu amigo te lo contó, pero te pide que guardes el secreto. Tú le prometes guardar el secreto, pero no estás seguro si eso es lo mejor que debes hacer. “¿Es esta una situación segura?”.
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES ROJAS.
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Respuesta: Es una situación peligrosa porque tú sabes que tu amigo se siente incómodo y no guardamos ni confiamos secretos cuando se trata de la seguridad de alguien.)
  - **Pregunte:** ¿Qué haces como amigo fiable? (Respuesta: Cuando tú sabes que tu amigo se siente incómodo por algo que podría ser contrario a las reglas o por cualquier interacción, tienes que

## Lección 5 para los grados K, 1 y 2

## Cómo ser un amigo fiable

contárselo a un adulto fiable, aunque le hayas prometido a tu amigo que guardarás el secreto. Es más seguro pedirle ayuda a un adulto cuando eso sucede. Cuéntale a un adulto fiable y pídele ayuda.).

8. Escenario 8: "Un amigo tiene el hábito de empujarte y te dice cosas hirientes que no te hacen sentir bien. Te enojas y te sientes incómodo. Sin embargo, estás asustado y no le dices nada a nadie sobre esto. ¿Es esta una situación segura?".
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES ROJAS.
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Respuesta: Esta es una situación peligrosa porque esta persona se comporta de una manera contraria a tu seguridad al empujarte y al decirte cosas hirientes. Tú tienes el derecho a estar y a "sentirte" seguro.)
  - **Pregunte:** ¿Qué hace un amigo fiable? (Respuesta: A veces debemos ser también nuestro propio amigo fiel. Eso significa, defendernos cuando nos sentimos incómodos o contárselo a un adulto fiable. El hecho de que te sientas enojado e incómodo es buena señal de que tienes que hacer algo al respecto. Cuando alguien te hiere o te hace sentir incómodo, independientemente si se trata de un amigo y de lo que te haya dicho para hacerte callar, tienes que contárselo a un adulto fiable lo más pronto posible.)
9. Escenario 9: "Tu abuela te acuesta y te pregunta si quieres que te dé un beso de las buenas noches. Le dices que no, que más bien quieres un abrazo. Ella dice que está bien y te da un fuerte abrazo. Tú te sientes seguro cuando estás con tu abuela. ¿Es esta una situación realmente segura?".
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES VERDES.
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Pregunta: Tú estás seguro porque estás comunicando tus límites y es muy importante decir lo que quieras o no quieras, especialmente cuando se trata de tu cuerpo. Es posible que tengas muchos amigos y adultos fiables.
  - **Pregunte:** ¿Qué sucedería si esto le pasara a tu amigo y él te dijera que NO se siente cómodo con la forma en que un familiar lo besó o lo abrazó? (Los niños tienen el derecho a estar seguros. Si tu amigo dice que no se sintió cómodo con lo que le hizo su familiar, puedes contárselo a tu propio adulto fiable.)
10. Escenario 10: "Viste algo en tu computador o en tu teléfono celular que te asustó. Sin embargo, no quieres contárselo a nadie porque no debías estar jugando por teléfono. Entonces, aunque estás enojado, no le cuentas a nadie lo sucedido. ¿Es esta una situación segura?".
  - **Acción:** LEVANTAR LAS SEÑALES ROJAS.
  - **Pregunte:** ¿Por qué? (Respuestas: Esta es una situación peligrosa porque no te comunicas con un adulto fiable cuando estás asustado e incómodo por algo que sucedió. Tienes derecho a estar y a "sentirte" seguro aunque... [tengas miedo de meterte en problemas]).
  - **Pregunte:** ¿Qué hace un amigo fiable? (Respuesta: A veces debemos ser también nuestro propio amigo fiel. Eso significa, defendernos cuando nos sentimos incómodos y contárselo a un adulto fiable, aunque tengamos miedo de meternos en problemas. El hecho de que te sientas enojado e incómodo es buena señal de que debes hacer algo al respecto. Cuando alguien te hiere, te muestra cosas inapropiadas o te hace sentir incómodo, independientemente de que se trate de un amigo y de lo que te haya dicho para hacerte callar, tienes que contárselo a un adulto fiable lo más pronto posible.)

**Afirmaciones finales para compartir con los niños:** Ustedes identificaron maravillosamente bien las situaciones seguras y peligrosas. A veces podemos encontrar estas clases de escenarios al salir de nuestra lección y podrían ser confusos. Cuando se sientan confundidos o incómodos, siempre está bien hablar con un adulto fiable.

**Nota:** Si hay suficiente tiempo al final de la lección, el líder puede preguntar si alguien puede compartir una historia sobre seguridad. Juntos, podemos determinar si es algo seguro o peligroso. (Invite a los niños a compartir historias.)

Ustedes tienen derecho a estar seguros. Si se encuentran en una situación con la que no se sienten bien o se sienten asustados, incómodos o confundidos (o nerviosos, ansiosos, humillados o avergonzados), escuchen la voz de su intuición. Si alguien les pide que hagan algo que no les gusta o que ustedes saben que es "peligroso", SIEMPRE ESTÁ BIEN decir que "no". Luego, traten de alejarse y de contárselo a un adulto fiable tan pronto puedan. Si un amigo les muestra o les dice que se siente así por algo que le sucedió, también comuníquele esa información a un adulto fiable.

### ACTIVIDAD OPCIONAL #4: Entrega de mensajes de un amigo fiable a un adulto fiable

**Actividad:** Esta actividad consta de dos partes. Primero, los niños oirán una discusión guiada sobre las situaciones seguras y peligrosas para ellos y sus amigos. Luego tendrán la oportunidad de evaluar diferentes escenarios y de aplicar la información aprendida por medio de representaciones.

**Nota:** Como esta actividad consta de dos partes, se puede hacer en uno o dos días (siempre y cuando haya un intervalo de una semana entre esos dos días).

**Discusión:** Esta actividad consta de dos partes. En la primera parte se presenta el componente de discusión. En la segunda parte se ayuda a los niños con acción.

**PRIMERA PARTE:** Reúna a los niños a su alrededor y dirija una discusión sobre los siguientes puntos clave. Hay una serie de preguntas que se les deben hacer para asegurarse de que todos tengan la misma base para el establecimiento de límites personales e identificación de los adultos fiables. Las respuestas pertinentes se presentan entre paréntesis:

- Vivimos dentro de comunidades. En nuestras comunidades podemos imaginarnos un barrio grande y varios vecinos. Tenemos nuestra propia dirección en nuestra comunidad y en nuestra casa hay una o varias personas con quienes vivimos. También tenemos amigos con quienes pasamos el tiempo.
  - ¿Pueden pensar en algunos de sus familiares y amigos?
- En nuestras comunidades, hay personas con quienes pasamos tiempo, que nos ayudan a sentirnos seguros y felices.
  - ¿Pueden pensar en personas con quienes pasan tiempo que los hacen sentir seguros y felices?
- También hay personas en nuestra vida que son nuestros adultos fiables. Ellos están ahí para protegernos, escucharnos y conseguirnos ayuda cuando lo necesitamos. Nuestra protección es una responsabilidad muy importante para ellos.
  - Algunos de nosotros seguramente conocemos a una persona fiable, por ejemplo, nuestro consejero de orientación escolar. ¿Pueden pensar en otros ejemplos de adultos fiables? (Tal vez nuestros padres, abuelos, otros familiares, maestros, empleados de la Iglesia, médicos cuando papá y mamá están presentes, bomberos, etc.)
- A veces nos enteramos de que en nuestras comunidades, casas y escuelas y entre nuestras amistades alguien está realmente triste o ha sido herido o está en una situación peligrosa.
  - ¿Alguna vez has estado en una situación en que te has enterado de que alguien está triste, herido o en peligro?
- Los niños también pueden ser “personas fiables” para otros. Esto se llama “amigos fiables”. **Como niños (y por ser niños), ustedes no tienen EL DEBER de proteger a otros. No tienen esa responsabilidad porque son niños.** Pero cuando nos enteramos de que alguien ha sido lesionado, **debemos tratar de ayudar** contándose a un adulto fiable. Repasemos estos puntos que son realmente importantes:
  - ¿Quién tiene la responsabilidad de mantener seguros a los niños? (LOS ADULTOS tienen el deber de proteger a los niños).
  - Como niños, ¿podemos ayudar también al enterarnos de que hay un problema? (Sí, por lo general, los niños también pueden ayudar).
  - ¿Cuál es la máxima ayuda que podemos dar como niños? (Llevar la información a un adulto fiable, es decir, a una persona digna de confianza.)
- A veces, los adultos no escuchan a los niños.
  - ¿Han estado ustedes en una situación en que un adulto no los ha escuchado? (Ustedes tienen derecho a estar seguros. Sus amigos tienen derecho a estar seguros. Si saben que hay alguna información importante sobre seguridad, los adultos deben escucharlos. Si un adulto fiable no los escucha, llévenle la información a otro adulto fiable. Sigan llevando la información a una o a varias personas dignas de confianza hasta que crean que los han oído.)
- Cuando nuestros familiares o amigos sufren daño, hay diferentes maneras de ayudarles, según la situación.
  - Por ejemplo, ¿cuál es el primer número al que deben llamar si están solos en casa con un adulto, se caen y sufren un daño grave? (Pueden llamar al 911 a pedir ayuda a personas fiables.)
  - O tal vez un buen amigo le contó que alguien de su casa le pegó o le causó daño. En estos casos, puede llamar al 911 o también contárselo a un adulto fiable para pedirle ayuda. El deber del adulto es mantener seguros a los niños.
- A veces, estamos alrededor de personas que nos hacen sentir tristes, nerviosos o confundidos. Podrían tratar de tocar nuestras partes íntimas y a lo mejor no nos escuchan cuando les decimos que “no.” Esas no son personas fiables.
  - Si esto les sucede a ustedes, ¿con quién deben hablar? Hablen con un adulto fiable lo más pronto posible.

**Nota:** El líder de la lección debe tener cuidado de informarles a los niños que ellos no son responsables los unos de los otros. Cuando se les da a información errónea que indique que el bienestar de una persona es una responsabilidad de los niños se puede hacer que ellos se sientan culpables si no pudieron prevenir o detener un abuso cometido contra ellos o contra un amigo. En esta lección hay que aclarar que hay veces que los niños sufren abuso o saben que un compañero necesita ayuda, pero no siempre saben cuál es la mejor forma de ayudar. Ser un amigo fiable significa que los niños “hacen lo correcto” para ellos mismos y para otros, lo que significa que ellos realizan una acción o intervienen de maneras seguras cuando se enteran de que hay un problema.

**SEGUNDA PARTE: Componente de representación—**Ayude a los niños con los puntos de acción utilizando preguntas y representaciones. El líder de la lección leerá el ejemplo en voz alta y los niños determinarán si se trata de una situación “segura” o “peligrosa”. Cuando sea peligrosa, pueden hacer algo determinado para ayudar. Anime a un voluntario a ofrecer una posible forma de comunicarse con un adulto fiable para explicarle la situación.

## Lección 5 para los grados K, 1 y 2

## Cómo ser un amigo fiable

Esencialmente, cualquier categoría que indique que algo es “peligroso” será presentada al líder de la lección POR un amigo fiable A un adulto fiable (puesto que los líderes de la lección se consideran adultos fiables). En esta actividad de representación de papeles, el “amigo fiable” es el niño y el “adulto fiable” es el líder de la lección.

Durante la “entrega del mensaje” de un “amigo fiable” a un “adulto fiable”, usted desea recalcar la necesidad de revelar las situaciones peligrosas a alguien que verdaderamente puede ayudar: a un adulto fiable. El líder de la lección puede pedir voluntarios o “amigos fiables” que presenten verbalmente los escenarios individuales peligrosos señalados por un amigo fiable” a un “adulto fiable”.

**El líder de la lección dirige estos escenarios:** Dirija el escenario, haga preguntas y permita que todos participen en las respuestas.

1. Mi mamá quiere tomarme de la mano cuando cruzamos la calle; me aprieta la mano cuando hay mucho tráfico.
  - a. ¿Es esto seguro o peligroso? (**seguro**).
2. Mi amigo habla constantemente de que quiere causarse daño a propósito.
  - a. ¿Es esto seguro o peligroso? (**peligroso**)
  - b. ¿Qué puede hacer un “amigo fiable” para ayudar? **Represente lo que se puede decir y cómo.**
3. Mi maestro no escuchó cuáles eran mis límites personales ni mis reglas de seguridad. Estoy confundido y enojado.
  - a. ¿Es esto seguro o peligroso? (**peligroso**)
  - b. ¿Qué puede hacer usted para ser su propio amigo?
  - c. Si esto le sucediera a un amigo, ¿qué puede hacer un “amigo fiable” para ayudar? **Represente lo que se puede decir y cómo.**
4. ¿Qué pasa si su papá le pide que no le cuente a su mamá que le compraron juntos un regalo?
  - a. ¿Es esto seguro o peligroso? (**seguro**—no es un secreto peligroso que va a herir ni a causarle daño a nadie; es una sorpresa agradable que se va a revelar.)
5. Mi amigo me dijo que se iba a causar daño si yo no jugaba con él.
  - a. ¿Es esto seguro o peligroso? (**peligroso**)
  - b. ¿Qué pueden hacer ustedes para ser su propio amigo?
  - c. ¿Qué puede hacer un “amigo fiable” para ayudar? **Represente lo que se puede decir y cómo.**
6. Mi amiga me dijo que su tío vino a su casa y le tocó las partes íntimas; cuando ella le dijo que parara, no lo hizo y ella está realmente triste. No quiere que yo se lo cuente a nadie.
  - a. ¿Es esto seguro o peligroso? (**peligroso**)
  - b. ¿Qué puede hacer un “amigo fiable” para ayudar? **Represente lo que se puede decir y cómo.**

**Nota:** Un punto importante para los líderes de la lección es reconocer que tal vez los niños sepan que hay algo peligroso o poco sano en su vida o en la vida de sus amigos y que necesiten darle ese mensaje a un adulto fiable. La representación es un excelente instrumento para ayudar en este empeño. Recalque que “sacamos a la luz” esta clase de situaciones peligrosas que están ocultas o son secretas y lo hacemos también en nuestra vida.

**Nota:** El líder de la lección adiestrará a los niños en el uso del lenguaje para describir porqué creen que se trata de una situación peligrosa.

Además, el líder de la lección debe ser receptivo al lenguaje que usan los niños; validar las emociones y preocupaciones, agradecerles por ayudar, decirles que hicieron lo correcto y recordarles que los adultos son responsables de la seguridad de los niños y que, por eso, es bueno que el niño se haya comunicado con usted, etc. Ejemplo: “Gracias por contármelo. Es muy importante hablar con un adulto fiable cuando nos sentimos incómodos ante una situación peligrosa para nosotros y para los demás. *Hiciste lo correcto al comunicarme tus preocupaciones. Esta parece ser una situación peligrosa y voy a hablar con otro adulto fiable para ver qué podemos hacer para que sea más segura.*”

**Afirmaciones finales:** Ahora entendemos un poco mejor que tenemos personas fiables en nuestra vida que quieren protegernos. Cuando sabemos (o creemos) que hay una situación peligrosa en la cual un amigo ha sufrido un daño, siempre debemos darle esa información a un adulto fiable. Tuvimos estos escenarios que identificamos en la casilla de escenarios peligrosos y los sacamos a la luz para señalarlos a la atención de un adulto fiable. Usted también puede hacer eso en su vida al terminar esta lección. Ahora que han tenido tiempo de pensar en esto y de practicar el envío de mensajes de seguridad, estarán mejor preparados para hacerlo cuando estén con sus amigos y vean algo que podría ser atemorizante o sea contrario a las reglas de seguridad. Ustedes y sus amigos tienen el derecho a estar seguros. En cualquier momento en que se sientan incómodos o que alguien les cause daño a ustedes o a un amigo o que alguien no siga las reglas de seguridad (aunque sea un adulto), es realmente importante darle esa información a un adulto fiable.

## ACTIVIDAD OPCIONAL #5: Conozca sus sentimientos y siga las reglas

**Actividad:** Los niños oirán una historia con pausas intermitentes para darles la oportunidad de identificar los sentimientos. La identificación de los sentimientos es una importante actividad que les ayuda a los niños a fortalecer y mantener sus límites personales. Cuando se sientan de una forma determinada, se les indica que deben comunicarse con un adulto que sea fiable para ellos y para sus amigos, con el fin de conseguir ayuda.

**Preparación:** En la preparación para esta actividad, tenga una copia de la hoja con las caras que expresan sentimientos para dársela a cada niño o proyecte esa página para que todos ellos puedan verla.

**Indicaciones:** Esta actividad consta de dos partes. Para comenzar, en la primera parte se abordan las palabras que necesitan aclaración y se repasan las reglas de seguridad.

Luego, en la segunda parte, se narra la historia y se anima a los niños a participar con las imágenes de la cara. En la segunda parte, usted les leerá la historia a los niños. A determinados intervalos, hará una pausa y les dará tiempo para pensar y determinar qué sentimientos se sacan de la historia. Les preguntará específicamente cómo se podrían sentir los personajes. Les pedirá a los niños que identifiquen una imagen de la hoja de trabajo que exprese el sentimiento (puede hacer que los niños se acerquen y señalen la imagen si se ha proyectado o que levanten los brazos y muestren el número correspondiente de cada imagen con los dedos).

**Discusión:** **PRIMERA PARTE:** Repase las reglas de seguridad y aborde las palabras que podrían necesitar aclaración como “confundido” o “desconcertado”. Estas palabras se encuentran en la Actividad opcional #2: *Repase y discuta estas palabras clave del vocabulario*.

**Pregunte:** ¿Quién puede decirme cuáles son nuestros límites personales y reglas de seguridad? ¿Cómo podemos responder a situaciones peligrosas que nos afectan a nosotros y afectan a nuestros amigos?

- Digan que “no” si se trata de una situación peligrosa.
- Traten de alejarse de la situación si se sienten incómodos (o asustados, confundidos o desconcertados o inseguros o si alguien trata de tocarles las partes íntimas).
- Díganle a un adulto fiable lo más pronto posible (aunque el problema le haya sucedido a un amigo).

**SEGUNDA PARTE:** Comunique la historia segmentada que se narra más adelante y anime a los niños a participar utilizando las imágenes de la hoja de trabajo relacionada con este tema.

1. **Diga:** “A Joey le fascina el chocolate. Es su golosina favorita. Acaba de enterarse de que lo han invitado a una fiesta especial donde se puede pagar una pequeña cantidad de dinero y lo único que habrá para comer será chocolate. Es una fiesta para comer chocolate. ¡Nada podría ser mejor! **Pregunte:** ¿Cómo podría sentirse Joey?
  - La respuesta correcta es la imagen #2, **EMOCIONADO**.
2. **Diga:** “Lo mejor de todo es que Joey puede ir a la fiesta para comer chocolate con Sam, su mejor amigo. Lo único que no le gusta es que el papá de Sam los va a llevar a la fiesta. A Joey no siempre le gusta estar junto del papá de Sam y preferiría que su papá fuera con ellos a la fiesta. **Ask:** ¿Cómo se sentiría Joey al saber que irán a la fiesta con el papá de Sam y no con su papá?
  - La respuesta correcta es la imagen #1, **DESIDILUSIONADO**.
3. **Diga:** “Antes de salir para la fiesta, Joey y su mamá se sientan a hablar. Ella le recuerda la regla sobre cuántas golosinas puede comprar en la dulcería. La familia de Joey tiene una forma especial de dejar que cada niño decida qué golosinas desea comer. Cada niño de la familia tiene una cierta cantidad de dinero para gastar en la tienda. Joey y su hermana pueden comprar las golosinas que quieran, mientras tengan

**Nota:** El modelo de la hoja de trabajo se incluye en el conjunto de materiales descargados que se incluye al final de este paquete.

## ÚTILES

Papel para hojas de trabajo (impresas)  
Impresora  
Materiales de escritura (opcionales)  
Medios de proyección (opcionales)



suficiente dinero para pagar. Esa es siempre la regla, aun cuando Joey y su hermana están con los abuelos. La madre de Joey le da algún dinero para gastar y le recuerda que puede comprar todo el chocolate que quiera mientras le alcance el dinero, pero que cuando se le acabe, no habrá más chocolate. Joey piensa en lo que va a escoger.

**Pregunte:** ¿Qué clase de dulce escogerían? **Pregunte:** Bueno, ¿cómo estaría Joey ahora?

- La respuesta correcta es la imagen #6, **PENSATIVO** (algunos niños también podrían decir #2, Emocionado; ambas palabras son correctas).

4. **Diga:** “En esa fiesta hay centenares y centenares de diferentes clases de chocolate. Hay una fuente alta—como una fuente de agua en el parque—excepto que está llena de chocolate en lugar de agua. Hay casas y conejos de chocolate. Hay chocolate oscuro y chocolate blanco y diferentes clases de dulces pequeños. Algunos son caramelos cubiertos de chocolate y otros tienen rellenos crujientes.”

**Pregunte:** ¿Cómo se podría sentir Joey?

- La respuesta correcta es la imagen #3, **FELIZ**.

5. **Diga:** “Después de un tiempo, Joey ha comido varias golosinas de chocolate y se ha gastado casi todo el dinero. Ve lo mejor que haya visto hasta ahora: un tren de chocolate. A él le fascinan los trenes y nunca antes ha visto un tren de chocolate. Cuando pregunta cuánto vale, se da cuenta de que no le queda suficiente dinero para comprarlo.”

**Pregunte:** ¿Cómo se podría sentir Joey ahora?

- La respuesta correcta es la imagen #5, **TRISTE** (algunos niños también pueden decir que es la imagen #1, Desilusionado; ambas son correctas).

6. **Diga:** El papá de Sam nota que Joey está triste y le pregunta qué le pasa. Joey le explica que no le queda suficiente dinero para comprar el tren de chocolate y que los trenes son su juguete favorito. El papá de Sam le dice que él le dará el dinero que necesita para comprar el tren. Joey le explica que aceptar dinero de él para comprar el tren es algo contrario a las reglas de la familia. Luego, el papá de Sam le dice que está bien, que ese será “nuestro secreto”. Joey realmente quiere el tren de chocolate pero sabe que eso es contrario a las reglas y se preocupa de que su mamá se enfade si él acepta el dinero del papá de Sam para comprar más chocolate.

**Pregunte:** ¿Cómo se siente Joey ahora y por qué?

- La respuesta correcta es la imagen #4, **DESCONCERTADO** (es posible que algunos niños necesiten una explicación este término).

7. **Diga:** ¿Qué debe hacer Joey?

- Deles a los niños la oportunidad de resolver esto al hablar de todos los problemas. Guíe la discusión empleando la sección sobre los “Puntos que se deben señalar” a continuación.
- Joey tiene algunas opciones apropiadas y seguras.
  - Podría decir que “no” a la oferta del papá de Sam y decirle que debe seguir las reglas del papá y de la mamá.
  - También podría llamar a la mamá y preguntarle si está bien que el papá de Sam le preste algún dinero.

#### Puntos que se deben señalar durante el componente de discusión:

- Dígales a los niños que una de las formas de saber si alguien es “fiable” es ver si esa persona siempre respeta sus límites personales de seguridad y las reglas de sus padres.
- Si Joey le dice que “no” al papá de Sam, le debe avisar a su papá y a su mamá que lo que hizo fue lo correcto y que cumplió con las reglas de la familia, aunque no quería hacerlo. (Esto les avisará a los padres que el mensaje que le han enseñado a su hijo ha sido recibido y que el papá de Sam tal vez no sea el mejor acompañante para las actividades de Joey sin crear un grave problema por este incidente.)
- Recuérdelles a los estudiantes que están rodeados de muchos adultos conscientes que desean protegerlos. Aun así, los padres son las personas que más se preocupan por su seguridad y bienestar. Además, avisarles a los padres que el niño hizo lo correcto (y lo que era seguro) en una situación difícil es motivo de celebración.

**ACTIVIDAD OPCIONAL #6: Video de NETSMARTZ: “Cuéntele a un amigo fiable”: Manténgase seguro en línea y fuera de línea también.**

**Antecedentes:** Este corto video de 7 minutos se comparte con autorización del Centro Nacional para Menores Desaparecidos y Explotados (NCMEC) y se les puede proyectar a los niños como parte de una actividad. Tiene por fin abrir una discusión sencilla con los niños sobre los límites personales y la seguridad.

**Preparación:** El líder de la lección debe revisar el vocabulario que aparece en la Actividad opcional #2: *Repase y discuta las palabras clave del vocabulario. El acceso a internet* y la proyección de videos son partes de esta actividad y se deben programar con anticipación. También es posible descargar videos del sitio web de NETSMARTZ.

**Discusión:** **Antes** de ver el video, discuta la terminología específica. La terminología del video se refiere a “adultos de confianza”. Explique que un “adulto fiable” también es una “persona de confianza” o, más precisamente, una persona digna de confianza.

**Después** de ver el video, pregúntele a los niños si saben quiénes son los adultos fiables en su vida. Pregúntele ¿qué es ser un “adulto fiable”? Pregúntele: ¿se sienten listos para ser amigos fiables para otros amigos, si algo les sucede y ustedes saben que ellos podrían estar en una situación peligrosa?

**Descripción:** Observe que dos amigos, Nettie y Webster, se pierden en la tierra de la rima y la razón. Con ayuda de Clicky encuentran la forma de salir mientras aprenden a contárselo a un adulto de confianza.

Haga clic aquí para abrir el enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=xvR7psJq5ul>

**Termine la lección con una oración**

El líder de la lección puede invitar a los niños a componer su propia oración, dirigir la oración o rezar la que se sugiere a continuación.

*Amado Señor:*

*A veces cuando suceden las cosas, siento miedo. A veces me confundo, como cuando una persona a quien amo obra de tal manera que me hace sentir incómodo o asustado. Cuando eso suceda, ayúdame a recordar que soy especial y dame valor para contarle a un adulto lo sucedido. Gracias por Tu amor por mí y por darme adultos fiables y padres que desean mantenerme seguro y feliz. Amén.*

## Lección 5 para los grados K, 1 y 2

Cómo ser un amigo fiable

### ACTIVIDAD OPCIONAL #5: Conocer sus sentimientos y seguir las reglas

**Antecedentes:** Esta actividad presenta una historia que permite reflexionar y comunicarse sobre las emociones y los sentimientos y seguir las reglas de seguridad. A la larga, los niños aprenderán a entender mejor la forma de fortalecer sus límites personales y de comunicar información sobre su seguridad a los adultos fiables, ya sea relacionada con ellos mismos o con sus amigos.

**Instrucciones:** A continuación, se presentan diferentes ayudas visuales de expresiones faciales de emociones. El líder de la lección leerá una historia y les pedirá a ustedes que identifiquen la expresión facial que mejor describa el escenario.

