

2º Año Lección para los grados jardín de infantes, y años 1 y 2

Preparación: Los educadores, catequistas, ministros para la juventud y demás adultos de confianza deberían prepararse revisando todo el plan de la lección y leyendo *Enseñando seguridad en el contacto físico: Una guía para padres, guardianes y demás adultos de confianza* (*Teaching Touching Safety: A Guide for Parents, Guardians, and Other Caring Adults*). Luego, seguir las instrucciones para completar tantas actividades como sea posible en el tiempo asignado.

Actividad no. 1: Mostrar el video de introducción para comenzar la lección.

Actividad no. 2: Rever las palabras del vocabulario y las definiciones con los estudiantes.

Actividad no. 3: Descubrir los límites en tu vida.

Actividad no. 4: Aprender a identificar los adultos seguros que te escucharán.

Actividad no. 5: Completar el juego de las “Palabras faltantes”.

Plegaria: Se provee una plegaria sugerida (opcional) al final de la lección. Si lo desea, usted puede usar esta plegaria para concluir esta lección con sus estudiantes.

Preparación para completar esta lección:

Principio: El establecer límites y el respetarlos pueden ayudar a mantener a los niños a salvo.

Un aspecto importante de la seguridad del niño es brindar al mismo las herramientas necesarias para decirle a un *adulto seguro* cuando algo malo, incómodo o confuso suceda.

Meta: Enseñar a los niños algunas maneras para protegerse a sí mismos del abuso sexual.

Ayudar a los padres, guardianes y otros adultos de confianza para enseñar a los niños a saber que tienen el derecho a decir “no”, a decirle a un adulto de confianza cuando se sienten incómodos, y a ayudarlos a reconocer en quién confiar cuando necesitan comunicar sus preocupaciones.

Objetivos: Al completar esta lección, los niños deberían estar mejor capacitados para:

- Identificar los adultos seguros en el entorno del niño en quienes se puede confiar.
- Saber algunas de las razones por las cuales se considera a estas personas dignas de confianza.
- Saber que ellos deberían decirle a un adulto de confianza si alguien los toca de manera inapropiada o los hace sentir incómodos, confusos, o asqueados.

Comenzar a brindar a los niños la capacidad para identificar, definir y respetar límites apropiados en distintos tipos de relaciones. Por ejemplo:

- Ellos pueden decir “no” cuando se sienten incómodos o confusos por la manera de actuar de una persona mayor, aun si la persona mayor es alguien que ellos aman y en quien confían.
- Ellos deberían honrar y respetar los deseos de las demás personas que no desean ser tocados, aun si eso lastima sus sentimientos o si ellos no entienden por qué la persona dijo “no”.

Trabajando con los niños de esta edad—el concepto clave es “actividad”

Los niños pequeños tienen una curiosidad natural, una imaginación creativa y vívida, y están creciendo menos centrados en sí mismos y tomando mayor conciencia de los demás. Su capacidad de concentración es corta, pero ellos aprenden en base a experiencias concretas, les encanta aprender y son altamente inquisitivos. Sin embargo, ellos confían casi completamente en que los demás definan para ellos lo que es bueno y malo.

Lección 3 para los grados Jardín de infantes, 1 y 2

Cuando se establecen las pautas para conducta apropiada e inapropiada, los padres y maestros deberían realizar todos los esfuerzos posibles para crear un entorno donde los niños tengan la libertad para realizar preguntas. Esta experiencia temprana de honestidad y confianza establecerá las bases para las relaciones de por vida de cada niño con los adultos de importancia en sus vidas. Además, crear una atmósfera de preguntas abiertas, donde se incentiva a preguntar, invita a los niños a comenzar a aprender a confiar en sus propios instintos y a comenzar a aprender la manera de evaluar el mundo a su alrededor.

A esta edad, los niños están comenzando a diferenciar entre los aspectos positivos y negativos de la vida diaria. Ellos están comenzando a cuestionar las expectativas de los adultos de obediencia ciega. Al mismo tiempo ellos están aprendiendo la manera de respetar y cuidar sus propios cuerpos en términos de higiene, alimentación y actividad.

Las personas a cargo de brindar cuidados necesitan ser abiertas, honestas y estar a disposición para responder preguntas correctamente y con el tipo de lenguaje que los niños puedan entender. Éste es el momento para discutir contactos físicos seguros y no seguros para permitir que los niños practiquen normas seguras fuera del hogar.

Los niños confían en los adultos que los han cuidado. También confían en otras personas además de sus padres tales como maestros, ministros, empleados de guarderías, vecinos, etc. Ellos buscarán la opinión de los padres para obtener confirmación de que las personas son seguras y dignas de confianza.

Información suplementaria para maestros

Muchos factores hacen que cada uno de nosotros sea distinto de las personas a nuestro alrededor. Cuanto más sabemos sobre estos factores, más conciencia propia tenemos. Y cuanto más sabemos sobre nosotros mismos y la manera en que operamos, más herramientas podemos ofrecer a los demás. Los límites son las fronteras que definen una persona como separada de otra o de otras. Un límite fomenta y preserva la integridad personal. Los límites brindan a cada uno de nosotros un sentido claro de uno mismo y cómo funcionar en relaciones mutuas. Los límites son únicos para cada persona y se basan en percepciones, historias personales, valores, metas, cultura y preocupaciones.

En general nosotros no estamos conscientes de los límites personales en nuestras vidas. No pensamos mucho sobre cómo fueron establecidos. Nosotros simplemente *sabemos* cuando alguien los sobrepasa. Sin embargo, los límites brindan orden en nuestras vidas y nos ayudan a determinar la manera en que los demás nos tratan. Con límites claros, nosotros nos aseguramos de poder protegernos de ignorancia, maldad, malicia o falta de consideración de los demás.

Los límites existen en el contexto de una relación particular. Por ejemplo, un límite apropiado entre un esposo y esposa no es necesariamente un límite apropiado entre amigos o conocidos. Y un límite apropiado entre un padre o madre y su hijo no es necesariamente el mismo que el límite apropiado entre un sacerdote, maestro, o consejero y un niño. La mayoría de las personas aceptarán y respetarán nuestros límites si somos claros sobre los mismos. Pero con algunas personas nosotros debemos defender nuestros límites en forma activa una y otra vez.

La mayoría de los niños tendrán dificultades con este concepto a esta edad. Ellos pueden ver los límites en un sentido muy literal y visual (como por ejemplo una valla alrededor de un jardín), pero ellos pueden aprender también que las palabras crean límites. Se crea un límite, por ejemplo, si un niño dice "No necesito ninguna ayuda. Puedo hacerlo solo". Otro límite se crea cuando el niño dice "Quiero un abrazo" o pide un beso para las buenas noches.

Algunas otras palabras y frases que pueden crear límites para los niños son "no", "no hagas eso", "juguemos", "choca los cinco", y "déjame solo". Obviamente, cuando se piensa sobre el tema, hay muchos ejemplos de palabras que se usan para crear límites. Al usar tantos ejemplos como sea posible, usted puede ayudar a que los niños jóvenes comiencen a desarrollar un entendimiento del concepto más abstracto del término "límite", y obviamente, ese significado abstracto es el más afín para ayudar a los niños a protegerse de los predadores sexuales.

A esta edad, los niños están comenzando a desarrollar límites y a reconocer el impacto de los mismos en la vida. Ellos se enojan cuando un amigo no quiere jugar más, o cuando un hermano se niega a darles un abrazo o un beso antes de irse a dormir. Ellos están comenzando a aprender la manera de interactuar con los padres para lograr el mejor resultado mutuo para una situación en particular. Y ellos están aprendiendo lo que los padres, maestros, vecinos, amigos y demás personas esperan de ellos. Usted puede ayudarlos a comenzar a reconocer los límites en sus vidas y a aumentar la conciencia de ellos sobre el poder e importancia de las *palabras de ellos* para establecer sus propios límites adecuados con todas las personas a su alrededor.

Ejercicio de preparación del maestro

En nuestro video de introducción que usted mostrará a los niños de su clase, nosotros hablaremos sobre personas que hacen cosas que incomodan o confunden a los niños, o que les hacen sentir asco. Cuando nosotros decimos "incómodos", por ejemplo, no estamos

Lección 3 para los grados Jardín de infantes, 1 y 2

hablando sobre sentarse en una silla que no es mullida, o “sentarse erguido” en clase, o esperar hasta el final de la clase para ir al baño. Por el contrario, estamos hablando sobre el uso más abstracto del término “incómodo”, donde incómodo significa “algo no está bien”.

Finalmente, todos debemos aprender a escuchar a esa voz dentro de nuestra cabeza que nos guía y a confiar “en ese sentimiento incómodo en nuestro estómago”. La vocecita o el sentimiento incómodo es una señal de advertencia de que algo está mal. Es uno de los grandes obsequios que Dios nos ha dado a cada uno de nosotros para ayudarnos a vivir una vida segura, saludable y feliz. De eso es de lo que estamos hablando cuando les decimos a los niños que respeten sus propios sentimientos o cuando alguien los hace sentir incómodos, o confundidos, o les hace sentir asco. Es una distinción clave que nosotros deberemos aclarar a los niños. Cuando nosotros escuchamos a ese sentimiento de incomodidad, y lo tratamos como si Dios nos estuviera hablando, estamos entonces mejor preparados para prestar atención a las personas a nuestro alrededor y a tomar pasos para protegernos de quienes puedan lastimarnos.

Lección 3 para los grados Jardín de infantes, 1 y 2

Actividad número 1: Mostrar el video de introducción para comenzar la lección:

Nota al maestro: El video de introducción para los grados jardín de infantes al año quinto está diseñado para iniciar una discusión simple con los niños sobre la seguridad en el contacto y los límites personales. El video dura aproximadamente cinco (5) minutos y no ha sido creado ni es su objetivo ser un sustituto de la lección misma. Es meramente una introducción diseñada para “romper el hielo” entre las personas de este grupo por edad y para lograr que todos charlen sobre los temas relevantes de límites personales y seguridad personal. De manera importante, el video hará que los niños se concentren en el tema, lo que ayudará al maestro para facilitar una transición a las actividades interactivas de la lección. Estas actividades interactivas son los componentes críticos donde los niños tienen una oportunidad real para aprender a protegerse a sí mismos.

Nosotros recomendamos que usted mire el video en forma anticipada al menos un par de veces antes de mostrarlo a sus estudiantes, para que usted pueda anticipar más fácilmente el momento en que el video ha de terminar. El video realmente no necesita introducción. Sólo insértelo en la máquina y oprima el botón “play”. Si usted está usando la versión DVD del video, usted seleccionará la versión en inglés o castellano y el grupo por edad apropiado de la pantalla del menú. Si usted está usando la versión VHS del video, usted necesitará “avanzar” la cinta a la versión correcta antes de la hora de clases.

Actividad número 2: Rever y discutir las palabras de vocabulario y las definiciones:

Límites—Las fronteras que definen una persona como separada de otra u otras. Hay límites que se pueden ver (como una valla alrededor de un jardín) y límites que no se pueden ver con los ojos (como la zona a nuestro alrededor que llamamos nuestro “espacio personal”). Los límites varían dependiendo de la relación con la otra persona. Por ejemplo, un límite entre el niño y el abuelo es distinto que el límite entre el niño y un maestro o entrenador.

Fronteras—El punto o borde más allá de lo cual algo no puede pasar. El borde más lejano de algo.

Secreto—Algo que está escondido de los demás o que es sólo conocido por una persona o unas pocas personas.¹

Confiar—Colocar confianza en o depender de.²

Adultos y amigos seguros—Las personas que no lastimarán, confundirán o asustarán a una persona joven en forma intencional o sin un motivo bueno u honorable.³ Los amigos y adultos seguros respetan también los deseos de la persona joven y las reglas de sus padres o guardianes.⁴

Actividad número 3: Descubrir los límites en tu vida:

Ayuda visual: Los niños de esta edad son muy visuales. Una manera de demostrar el efecto de los límites es usando una caja de cereal. Saque la mitad del cereal de la caja y colóquelo en una bolsa de plástico grande.

Muestre a los niños la manera en que la caja demuestra límites bien delineados que mantienen al cereal adentro y a las otras cosas afuera. La caja cabe en un espacio particular y no permite que el cereal se derrame en otras áreas. Mientras tanto, la bolsa de cereal no tiene forma definida. Es difícil de sostener y el cereal se puede derramar en forma inesperada y contaminarse con las otras cosas que están en el gabinete o sobre la mesa.

Esto es lo que hacen los límites. Definen el espacio que mantiene a las cosas a salvo y de manera predecible. También nos permiten saber lo que se espera de los niños y adultos, y que los niños tienen los mismos derechos que los adultos a hacer que sus límites personales se respeten. Y mientras que los límites débiles, como la bolsa de cereal, no son siempre la mejor manera de proteger algo, los límites fuertes, como la caja, proveen una manera mucho mejor de proteger algo.

Actividad número 4: Aprender a identificar los adultos seguros que te escucharán:

Preparación: Antes de presentar esta lección, asegúrese de haber revisto la *Guía para enseñar seguridad en el contacto físico (Teaching Touching Safety Guide)* para identificar a los *amigos seguros* y *adultos seguros*. Es crítico que usted tenga un entendimiento de estos términos.

¹ The American Heritage® Dictionary of the English Language, Cuarta edición, Copyright © 2000 by Houghton Mifflin Company. (Definición del inglés traducido al castellano.)

² The American Heritage® Dictionary of the English Language, Cuarta edición © 2000, Houghton Mifflin Company. (Definición del inglés traducido al castellano.)

³ *Guía de seguridad en el contacto físico para padres y guardianes*, National Catholic Services, © 2004.

Lección 3 para los grados Jardín de infantes, 1 y 2

Instrucciones: Invite a los niños a sentarse en un círculo. Revea la información sobre los adultos seguros. Comience preguntando a los niños si ellos saben cómo determinar si un adulto o amigo es una persona *segura*. Hable con los niños sobre las cuatro cosas específicas que demuestran que una persona es segura. Esos cuatro detalles se enumeran a continuación.

En cada categoría, escuche las características que ayudarán a los niños a identificar a los adultos seguros, tales como “Ellos me abrazan, pero me sueltan cuando yo quiero que se detengan”. O “si yo no deseo abrazar y besar a mi tía, ella no me fuerza”. Éstos son algunos de los elementos que pueden ayudar a los niños a identificar adultos seguros en quienes se pueda confiar si sucede algo malo.

1. Los adultos seguros tocan a otras personas en maneras seguras.
 - a. Haga que los niños identifiquen algunos contactos físicos seguros y contactos inseguros.
 - b. Pídales que nombren a algunas personas en sus vidas que tocan de manera segura, y pregúnteles cómo *saben* ellos que el contacto con esa persona es seguro.
2. Los adultos seguros no lastiman a las personas a propósito sin una buena razón (por ejemplo una enfermera que aplica una inyección, alguien que te empuja para sacarse del camino de un automóvil en movimiento, etc.)
 - a. Pida a cada niño que comparta una experiencia cuando alguien le causó dolor con alguna buena razón. Usted debería escuchar también con atención para detectar cualquier descripción que pueda ser realmente abuso físico o abuso sexual. Recuerde que los abusadores de menores justifican su conducta tratando de convencer a sus víctimas que el contacto (sexual) es “bueno” y que no hay nada malo.
 - b. Enfatice que un contacto físico que “se siente bien” no es necesariamente un contacto seguro (por ejemplo rascar una picadura de mosquito se siente bien, pero rascarse demasiado puede ocasionar una infección).
3. Los adultos seguros no confunden a las personas o las atemorizan a propósito.
 - a. Pida a los niños que describan algunas situaciones que son confusas.
 - b. Pida a los niños que provean ejemplos de ocasiones en que alguna persona los asustó a propósito o por accidente.
4. Los adultos seguros respetan tus deseos y las reglas de tus padres.
 - a. Invite a los niños a que compartan algunas de las reglas de sus familias que otras personas deben respetar.
 - b. Pida a los niños que piensen en maneras que otros adultos puedan ignorar las reglas de sus familias. Los ejemplos pueden incluir dejar que los niños permanezcan despiertos hasta tarde en días de escuela, dejar que los niños anden en automóvil sin su cinturón de seguridad, o dar a los niños postre antes de ir a dormir aun cuando mamá y papá dijeron que no deberían comer tarde en la noche.

Hable con los niños sobre lo que hacer si alguien se comporta en una manera no segura. Use los principios anteriores y los comentarios que los niños realicen sobre las personas en quienes ellos *confían* y las personas que ellos piensan que *no son seguras*. Esto ayuda a clarificar a los niños a quién deberían decirle si algo malo les sucede.

Actividad número 5: Completar el juego de las “Palabras faltantes”:

Materiales: El juego “Palabras faltantes” (para entregar) que acompaña al plan de esta lección.
Lápices/lapiceras o marcadores para completar el juego.

Instrucciones: Dé a cada niño una copia del juego “Palabras faltantes”. Use las oraciones del juego para discutir las reglas para decirle a un adulto de confianza cuando alguien ha hecho algo malo, incómodo, confuso o sucio al niño. Note si alguno de los niños está teniendo problemas leyendo las oraciones. Si es así, brinde a esos niños atención especial según se necesite. Para los estudiantes de jardín de infantes que, en general, quizás no sepan aún leer, considere usar un juego al frente del aula y pedirles a los niños que, como grupo, llenen los espacios en blanco.

Lección 3 para los grados Jardín de infantes, 1 y 2

Lea cada una de las oraciones, una por una, con los niños para que ellos puedan elegir la palabra correcta para llenar cada espacio en blanco. Recuerde a los niños los siguientes puntos:

- Si alguien hace algo que hace sentir al niño incómodo, el niño debería decir “no”, alejarse de esa persona, y decirle a alguien de confianza lo que ha sucedido.
- Cuando un niño le dice a un adulto seguro de confianza algo malo, incómodo o seguro que ha sucedido, ayuda a mantener al niño a salvo porque el adulto de confianza puede proteger mejor al niño.
- Un niño necesita decir aun si la persona que hace que el niño se sienta incómodo, confuso o asqueado es alguien que el niño ama, o alguien que se ha comportado de manera segura en el pasado.
- Un niño necesita decir lo que ha sucedido aun si el abusador se disculpa y le pide al niño que no diga nada.
- Un niño necesita decir aun si la persona no segura le dice al niño que las demás personas se molestarán con el niño si el niño revela lo que ha pasado.
- Si la primera persona a quien el niño le dice no escucha o toma acción en base a la información, ¡el niño debería decirle a alguna otra persona! El niño debe seguir diciéndole a los adultos de confianza hasta que alguno de los adultos en la vida del niño escuche y tome acción para mantener al niño a salvo.

Utilice esta discusión para ayudar a los niños a entender que decirle a alguien es lo correcto. No es divulgar chismes, y ellos no están metiendo a nadie en problemas. Por el contrario, decirle a un adulto de confianza es la única manera para estar a salvo y para ayudar a mantener a otros niños a salvo.

Lección 3 para los grados Jardín de infantes, 1 y 2

Plegaria sugerida (opcional) para finalizar la lección:

Maestro: “Dios quiere que estemos a salvo y tengamos buena salud. Dios incluso nos da un ángel especial para que cuide de nosotros. Cuando pensamos cuán difícil es recordar las reglas del contacto y asegurar que los demás respeten nuestros límites, nosotros podemos pedirle a nuestro Ángel de la Guarda que nos ayude. Pues entonces oremos juntos para que nuestro Ángel de la Guarda cuide de nosotros y nos mantenga a salvo”.

Ángel de Dios,
Mi querido guardián,
A quien me encomienda aquí el amor de Dios.
Está este día siempre a mi lado.
Para iluminar, para guardar,
Para ordenar, para guiar.

Amén

Referencias:

Liberia Editrice Vaticana (2003 11 05) *Catecismo de la Iglesia Católica (Intratext)*
http://www.vatican.va/archive/ESL0022/_INDEX.HTM.

United States Catholic Conference (1990) *Human Sexuality: A Catholic Perspective for Education and Lifelong Learning*. Washington, DC: Office for Publishing and Promotion Services.

ⁱ Enseñar seguridad en el contacto físico, © 2004 National Catholic Services, LLC. Página 5.