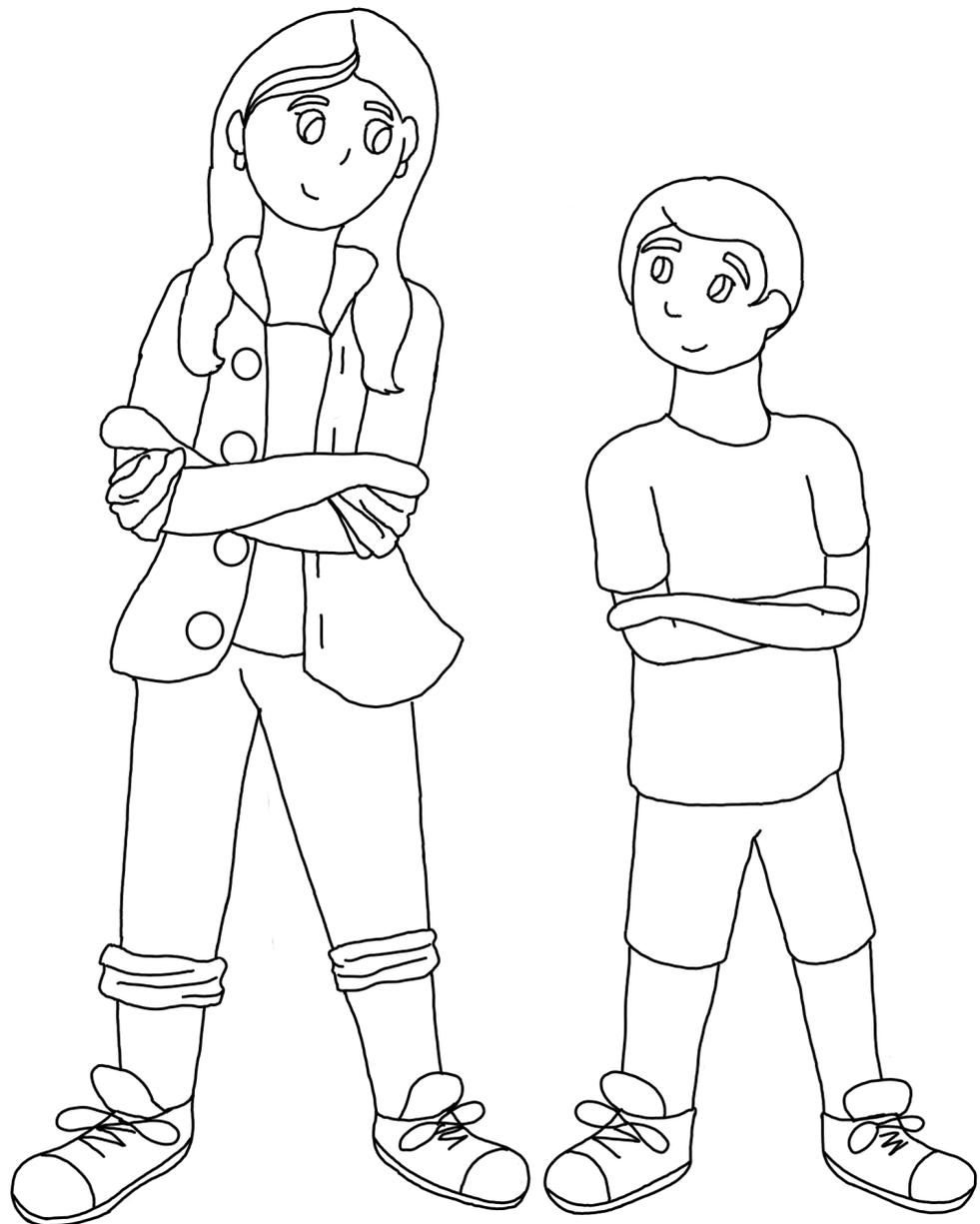




Relaciones Seguras y Saludables

Guía de Líderes

Traducción al Español



Salmo 139:1-14

NVI (Nueva Versión Internacional)

SEÑOR, tú me examinas,
tú me conoces.

Sabes cuándo me siento y cuándo me levanto;
aun a la distancia me lees el pensamiento.

Mis trajines y descansos los conoces;
todos mis caminos te son familiares.

No me llega aún la palabra a la lengua
cuando tú, SEÑOR, ya la sabes toda.

Tu protección me envuelve por completo;
me cubres con la palma de tu mano.

Conocimiento tan maravilloso rebasa mi comprensión;
tan sublime es que no puedo entenderlo.

¿A dónde podría alejarme de tu Espíritu?
¿A dónde podría huir de tu presencia?

Si subiera al cielo,
allí estás tú;

si tendiera mi lecho en el fondo del abismo,
también estás allí.

Si me elevara sobre las alas del alba,
o me estableciera en los extremos del mar,

aun allí tu mano me guiaría,
¡me sostendría tu mano derecha!

Y, si dijera: «Que me oculten las tinieblas;
que la luz se haga noche en torno mío»,

ni las tinieblas serían oscuras para ti,
y aun la noche sería clara como el día.
¡Lo mismo son para ti las tinieblas que la luz!

Tú creaste mis entrañas;
me formaste en el vientre de mi madre.

¡Te alabo porque soy una creación admirable!
¡Tus obras son maravillosas,
y esto lo sé muy bien!

Relaciones Seguras y Saludables

Sesión 1:

Relaciones Saludables

Páginas **5-10**

Sesión 2:

Seguridad en Línea

Páginas **11-14**

Sesión 3:

Comprensión y Prevención de la Explotación y el Tráfico Sexual

Páginas **15-20**

Sesión 4:

Creando un Plan de Seguridad y Recursos Adicionales

Páginas **21-26**

EQUIPO DE PROYECTO DE LA GUÍA JUVENIL:

Escritores:

Díacona Erica Larson, Directora de Formación de Fe, Iglesia Luterana de la Transfiguración, Minneapolis, Minnesota

Joy McElroy, Directora Ejecutiva, Cherish All Children - Lutheran Social Service of Minnesota

Ilustradora:

Sarah Zaepfel, Artista, miembro de la Iglesia Luterana Lake Nokomis, Minneapolis, Minnesota

Traductora de Español:

Miriam Sanchez, Sr. Trabajadora de Salud Comunitaria

Grupo de Enfoque Juvenil:

Gabriel, Jonah, Knute, Mareta y Vicaria Anne, Christ on Capitol Hill, Saint Paul, Minnesota.

Vea las biografías y fotos completas al final de la guía.

Cualquier pregunta o solicitud de ayuda puede dirigirse a info@cherishallchildren.org.

Fecha de publicación en Español: Septiembre de 2023

Esta guía del líder puede ser imprimida para uso educativo y las guías para jóvenes pueden ser imprimidas para uso de los participantes y para llevar a casa. Usamos el idioma Español más común.

Información Introductoria para el Líder

¡Gracias por traer esta valiosa serie a los jóvenes de su iglesia! Al involucrar a los jóvenes en discusiones sobre relaciones seguras y saludables, pueden adquirir habilidades para toda la vida que los preparan para tomar decisiones seguras y saludables.

Estas sesiones fueron creadas para jóvenes de edad de secundaria y preparatoria, para ser utilizadas en clases de confirmación y grupos juveniles. Pueden adaptar parte de su lenguaje o los ejercicios a cómo se ajusten mejor a su grupo. Aunque las escuelas y los hogares individuales pueden estar cubriendo parte del contenido de estas sesiones, frecuentemente estas discusiones no están ocurriendo, y los jóvenes buscan la información por sí mismos a través de internet. Ofrecer este aprendizaje en nuestras comunidades de fe ofrece una oportunidad única para conectar con los jóvenes en un espacio seguro mientras se refuerza su valor como hijos de Dios.

La visión de [Cherish All Children](#) es criar generaciones saludables libres de explotación sexual. Nos asociamos con iglesias proveyendo educación, recursos y herramientas tanto a adultos como a jóvenes para promover relaciones saludables y seguras, guiadas por nuestros valores cristianos. Estamos comprometidos a prevenir la explotación sexual infantil y la trata de personas, y este trabajo es tan crítico. Aquí hay una imagen de uno de nuestros socios comunitarios, la [Coalición de Minnesota Contra el Asalto Sexual \(MNCASA\)](#):



Divulgación

Entrar en estas conversaciones puede evocar emociones fuertes en un joven que ha experimentado abuso, negligencia, culpabilización de la víctima, violencia o explotación. Permita que los jóvenes “pasen” sin participar en una actividad si esa es su elección, y ofréceles la oportunidad de hablar contigo u otro adulto de confianza. También es una buena práctica tener a dos adultos no relacionados presentes para la seguridad de los jóvenes y los líderes adultos.

En cada sesión, puedes leer la declaración de denunciante obligatorio para hacerles saber a los jóvenes tu papel en ayudar a mantenerlos seguros. En la última sesión, hay una lista de recursos que puedes desear revisar con anticipación, y buscar también recursos locales, como los servicios de protección infantil de tu ciudad. Si tu iglesia tiene una política de seguridad infantil, asegúrate de seguir los pasos para reportar e involucrar a las personas apropiadas en cualquier investigación potencial. Si tu iglesia no tiene una política de seguridad infantil, ¡Este sería un buen momento para iniciar ese proceso! Tu oficina del sínodo puede proporcionar orientación y Cherish All Children ha apoyado a las iglesias en este proceso también.

¿Qué pasa si un participante revela que el/ella o alguien que conoce es una víctima o sobreviviente de abuso, explotación o tráfico?

1. Escucha con respeto sin criticar, expresando agradecimiento por su disposición a compartir esto contigo.
2. Si esta es una situación que se debes reportar, recuérdale tu responsabilidad como denunciante obligatorio (incluso puedes leer la declaración que has compartido en cada sesión). Hazle saber que mantendrás esto confidencial de cualquier persona que no sea parte del proceso de reporte. Asegúrales que estás aquí para apoyarlo/a en conseguir seguridad, pero no prometas cosas que quizás no puedes hacer.
3. No es tu papel investigar la situación, pero hacerles preguntas sobre su seguridad inmediata puede ser importante, como:
 - a. ¿Qué tan seguro te sientes ahora en tu situación?
 - b. ¿Hay alguna información específica que puedo ayudarte a encontrar?
 - c. ¿Te gustaría hablar con alguien más, como un consejero o terapeuta?
 - d. ¿Estás siendo amenazado actualmente o sientes que estás en una situación peligrosa?
4. Reporta la situación de acuerdo con las políticas de seguridad infantil, o a tu pastor que puede involucrar a la policía local u organización de bienestar infantil según corresponda.
5. Continúa apoyando a los jóvenes en tu papel como un adulto seguro y de confianza en su vida.

Acompañémonos

Cherish All Children está aquí para ofrecer apoyo mientras lideras estas sesiones. Si estás interesado/a en que vengamos a co-dirigir una sesión, dirigir una sesión de padres/custodios, hablar con congregación sobre este tema o tienes alguna otra pregunta antes de comenzar, puede contactarnos en info@cherishallchildren.org.

Sesión

1 Relaciones Saludables

Materiales Sugeridos

- Starbursts (u otro dulce con varios colores)
- Guías para jóvenes
- Hojas de papel pequeñas o tarjetas
- Plumas o lápices
- Lápices de colores o marcadores finos para la página de colorear/dibujar
- Una bandera roja para cada persona (plantilla para copiar encontrada en la página 30)
- Conexión a Internet
- Computadora
- Proyector y pantalla
- Una caja donde se puedan poner reflexiones (Caja de Reflexiones)

Actividad de Inicio (10 minutos)

- Distribuye un dulce a cada joven. Divide a los jóvenes en grupos de cuatro o cinco según el color de dulce que recibieron. Es posible que necesite ajustar los grupos si los hermanos/as terminan en el mismo grupo. Cuando esten en grupos pequeños, que se presenten entre ellos.
 - Opción para grupos más grandes: Podrías tener dos o más grupos amarillos, grupos rosados, grupos naranjas y grupos rojos.

Ahora que están en grupos, piensen por un momento cómo se ve una amistad o relación de pareja realmente saludable. Con sus grupos pequeños, hagan una lista de las diez cualidades principales o características que buscan en una amistad o relación saludable.

Hagan que trabajen en grupo durante tres a cuatro minutos para llegar a diez cualidades. Pueden escribirlas en su propia guía para jóvenes en la página 3 o tener a una persona que tome notas. Regresen juntos y hagan que cada grupo se presente y lea su lista.

- Opción para grupos más grandes: Al informar, comienzan con un grupo y hagan que nombren una cualidad de su lista. El siguiente grupo lee una cualidad, con cada grupo compartiendo una cualidad que no ha sido mencionada por ningún grupo anterior. Pueden hacer una ronda de esto o continuar según el tiempo lo permita.

Introduce el tema: *Durante las próximas cuatro semanas estaremos hablando sobre relaciones seguras y saludables. Hablaremos sobre amistades y relaciones de pareja, redes sociales y seguridad en línea, y relaciones abusivas y explotación sexual. También haremos un plan de seguridad para nosotros mismos y hablaremos sobre recursos y personas a las que podemos acudir para obtener ayuda. Hoy nuestro enfoque está en las relaciones saludables, que incluyen amistades y relaciones de pareja. Algunos de ustedes ni siquiera pueden estar pensando en tener una pareja en este punto de sus vidas y eso está bien. Tener amistades saludables puede ayudar a que tengamos interacciones saludables en nuestras relaciones de pareja.*

También hay una página de colorear o garabatear para cada sesión, ¡Así que siéntase libre de agarrar algunos lápices de colores o marcadores!

Acuerdos del Equipo (10 minutos)

Durante estas cuatro sesiones, vamos a considerarnos un equipo para que podamos tener interacciones de grupo útiles y positivas. Si alguna vez has estado en un equipo antes. ¿Qué hace que un grupo de personas sea un equipo?

Obtiene dos o tres ideas del grupo. Un equipo exitoso es típicamente uno que está de acuerdo en cómo interactuar y trabajar juntos. Entonces vamos a crear algunos acuerdos de equipo para nuestro grupo. ¿Cuáles son algunos acuerdos o promesas que podemos hacernos mutuamente que ayudarán a guiar nuestro tiempo juntos?

Publiquen los acuerdos del equipo en un lugar donde todos puedan verlos y puedan permanecer publicados durante las cuatro sesiones. Asegúrense de que incluyan lo siguiente, o añádalos como líder:

- **Respeto** — Sé amable al hablar y escuchar a los demás, reconociendo que todos venimos con nuestras propias experiencias y perspectivas
- **Un Espacio Seguro** — Respeta y mantiene confidencial cualquier información personal compartido durante estas sesiones; también elige cuidadosamente la información que quieres compartir. Si quieres compartir lo que has aprendido, hazlo sin compartir los nombres de las personas u otra información personal.
- **Cuídate** — Busca apoyo cuando lo necesites.
- ...otros que el grupo decida.

Comparte una declaración sobre ser un denunciante obligatorio, como la siguiente:

Juntos aprenderemos sobre formas en las que puedes mantenerte seguro y participar en relaciones saludables. También es mi trabajo ayudarte a mantenerte seguro. Si me dices que alguien está lastimándote o a alguien que conoces, o si vas a hacerte daño a ti mismo, es mi trabajo reportar esto de manera confidencial y con tu conocimiento. Juntos encontraremos el apoyo necesario.

Contenido del Tema y Desarrollo de Habilidades (25–30 minutos)

Comenzamos haciendo listas de cualidades de relaciones saludables. Levanta la mano si has visto esas cualidades en tus propias relaciones o en las de otros.

¿Cuántos de ustedes han visto algunos comportamientos poco saludables en relaciones o amistades?

Volvamos a nuestros mismos grupos pequeños. Esta vez, hablen sobre las características de las relaciones poco saludables que han visto. Hagan una lista de esas características en su guía en la página 3. Incluso podrían compartir una historia sobre algo que han visto o experimentado.

- Dale a los grupos cinco a siete minutos para hacer una lista de las características poco saludables y luego compártanlas con el grupo más grande.

Consentimiento

¿Cuántos de ustedes han escuchado la palabra “consentimiento” al hablar de relaciones? ¿Alguien puede dar una definición de consentimiento?

- Obtén opiniones sobre estas dos preguntas y luego comparte esta definición y has que escriban la definición en su guía en la página 30.

El consentimiento es el permiso para que algo suceda o el acuerdo para hacer algo.

- Continúa la discusión, y comparte:
El consentimiento incluye un sí claramente expresado. Parte de lo que queremos aprender sobre las relaciones saludables es que ¡Tu cuerpo te pertenece! Nosotros decidimos qué sucede con nuestro propio cuerpo, ya sea que estemos con la familia, amigos, desconocidos o una pareja.
- **Opciones de Video:** Eliga uno o más de estos videos cortos de uno a tres minutos para mostrar a tu grupo dependiendo de su edad y nivel de madurez. Los videos en Español en rojo.
 - a. [Consentimiento Explicado: ¿Qué es?](#) - YouTube (dirigido a adolescentes, abordando específicamente el consentimiento sexual)
 - b. [Consentimiento Para Niños](#) - YouTube (recomendado para jóvenes más jóvenes o mayores, autonomía corporal incluyendo dar la mano, abrazos y besos)
 - c. [El Consentimiento es un Sí](#) - YouTube (recomendado para jóvenes más jóvenes o mayores)
- Después de ver el video, pregunte si tienen alguna reacción, o si han aprendido algo nuevo sobre el consentimiento. Por ejemplo, reconocen que alguien puede decir sí, pero también puede cambiar de opinión.

Lee el Salmo 139:1-14 para compartir nuestro valor como hijos de Dios, y 1 Corintios 13:4-7, explicando que se les dio a una comunidad de como guía de cómo tratarse unos a otros. Es una guía adecuada para las amistades y las relaciones de pareja.

Salmo 139:1-14

¡Te alabo porque soy una creación admirable! ¡Tus obras son maravillosas.

1 Corintios 13:4-7

El amor es paciente, es bondadoso. El amor no es envidioso ni presumido ni orgulloso. No se comporta con rudeza, no es egoísta, no se enoja fácilmente, no guarda rencor. El amor no se deleita en la maldad, sino que se regocija con la verdad.

Todo lo disculpa, todo lo cree, todo lo espera, todo lo soporta.

Cualidades de Relaciones Saludables y de las Poco Saludables

En sus grupos pequeños, todos ustedes elaboraron algunas listas maravillosas de cualidades de relaciones saludables y no saludables. Veamos algunas características específicas que queremos recalcar... ¡muchas de las cuales ya compartieron!

- Haz que los participantes tomen turno para leer las cualidades de relaciones saludables y las correspondientes cualidades de relaciones no saludables, y tomen un tiempo para discutir o responder preguntas.

RELACIONES SALUDABLES	RELACIONES NO SALUDABLES
<p>Igualdad Tomar decisiones juntos.</p>	<p>Control Cuando una persona toma todas las decisiones, es exigente y le dice al otro qué hacer.</p>
<p>Honestidad y Comunicación Compartir sentimientos y pensamientos mutuamente, tomar decisiones juntos y discutir de manera constructiva.</p>	<p>Deshonestidad y Mala Comunicación Cuando una persona miente, oculta cosas al otro o le roba las cosas. Hay falta de comunicación y no se puede hablar de cosas difíciles.</p>
<p>Seguridad Física Sentirse seguro el uno con el otro y no tener miedo de resultar herido.</p>	<p>Abuso Físico Cuando una persona golpea, cachetea, agarra o empuja al otro.</p>
<p>Respeto Escuchar y aceptar las opiniones, amigos e intereses del otro.</p>	<p>Desprecio Cuando una persona se burla del aspecto, sentimientos, pensamientos y opiniones del otro.</p>
<p>Comodidad Sentirse bien siendo uno mismo y estar cómodo diciendo "perdóname".</p>	<p>Intimidación e Incomodidad Cuando una persona hace amenazas como "terminaré contigo si..." La otra persona puede tener miedo de discutir o oponerse.</p>
<p>Respeto Sexual Practicar el consentimiento y nunca presionar o forzar al otro a hacer cosas que lo incomoden.</p>	<p>Abuso Sexual Cuando una persona presiona o fuerza actividades sexuales que el otro no quiere hacer.</p>
<p>Independencia Tener amigos y pasatiempos fuera de la relación y no depender del otro para sentirse bien</p>	<p>Dependencia Cuando una persona piensa que no puede vivir sin el otro e incluso hace amenazas de hacer algo drástico si la relación termina.</p>
<p>Humor Divertirse en la relación.</p>	<p>Hostilidad Cuando una persona es cruel con el otro.</p>

Ejercicio de Señales de Alerta

Las relaciones poco saludables normalmente no comienzan con características tan evidentes como las que acabamos de leer. Antes de ese punto, puede haber comportamientos inquietantes o “señales de alerta” a los que debemos prestar atención. Por ejemplo, una señal de alerta podría ser que una persona en la relación critica constantemente a la otra, diciendo que es solo por diversión.

Lee esta lista de situaciones en las relaciones, pídele al grupo que levanten sus señales de alerta cada vez que piensen que el comportamiento del amigo/a o pareja es una posible “señal de alerta”. Pídeles que circulen los comportamientos de señales de alerta en su guía. Estos han sido marcados con un círculo rojo para usted a continuación. Encontrarás la plantilla para copiar y utilizar en este ejercicio en la página 30.

1. Te animan.
2. Hay una gran diferencia de edad en la relación. (Esto puede indicar un desbalance de poder y es una señal de alerta para la explotación potencial.)
3. Te preguntan qué quieres hacer durante el fin de semana.
4. Constantemente te sientes nervioso/a o ansioso/a acerca de la relación.
5. Utilizan la culpabilidad para conseguir que hagas lo que quieren.
6. Te animan en los juegos o conciertos.
7. Tienes un presentimiento de que la relación no está yendo en una buena dirección. (Confía en tu instinto: nuestros cuerpos nos avisan.)
8. Son condescendientes o te menosprecian.
9. Sientes presión para participar en comportamientos riesgosos.
10. Te hacen reír cuando estás triste.
11. Sientes presión para compartir cosas que no quieres compartir.
12. Utilizan amenazas o presión para conseguir que hagas lo que quieren.
13. Se ponen celosos cuando pasas tiempo con otros amigos o con la familia.
14. Se sienten orgullosos cuando tienes éxito.
15. Te llaman varias veces al día y quieren saber dónde estás todo el tiempo. (controlar vs. cuidar)
16. Tienen constantes cambios emocionales.
17. Parecen obsesionados contigo.
18. Respetan tus opiniones.
19. Comentan que te ves “demasiado bien” cuando sales con otros.
20. Dicen “te amo.” (Esto puede ser una característica saludable o una señal de alerta dependiendo de la profundidad de la relación. Si se dice demasiado pronto, puede ser una señal de alerta, o también puede ser utilizado para manipular.)

Vean el Video

“Porque te amo – Bórralo” joinonelove.org/video

Los subtítulos en español se encuentran en la configuración.

Asegura de ver antemano si es adecuado para tu grupo.

- ¿Puedes pensar en otras posibles señales de alerta a las que debemos prestar atención en nuestras relaciones?

Preguntas de Discusión (5–10 minutos)

Dependiendo del tamaño de tu grupo y del tiempo que tengas, puedes dividirlo en grupos más pequeños o hacer preguntas en el grupo grande.

- *¿Qué has aprendido de aquellos a quienes admiras acerca de relaciones saludables? ¿Cuál es el mejor ejemplo de una relación saludable que conoces? ¿Qué la hace tan buena?*
- *¿Qué nos hace vulnerables para entrar en relaciones poco saludables?*
(Posibles respuestas: Tener bajo autoestima, crecer en un ambiente abusivo o sin apoyo, buscar valor personal en fuentes externas son algunas cosas que nos hacen vulnerables. Puedes señalar que el arte de esta sesión tiene declaraciones de “Yo soy” basadas en las escrituras que nos recuerdan nuestro valor como hijos de Dios. Cuando sabemos que somos amados hijos de Dios, nos damos cuenta de que merecemos ser tratados bien y que estamos llamados a hacer lo mismo.)

Si tiene tiempo adicional:

- *¿Cómo se vería nuestro mundo si intencionalmente nos honráramos mutuamente simplemente por nuestro valor y dignidad como seres humanos e hijos de Dios?*
- *¿Qué es una cosa que has aprendido durante esta sesión que quieres recordar?*

Oración de Cierre y Caja de Reflexiones (5 minutos)

- Termina con una oración.
- Entrega el recurso de seguimiento familiar de la sesión 1 para que los jóvenes se lleven a casa.
- Cada participante coloca una palabra, frase o pregunta en una caja (Caja de Reflexiones) al salir. El líder las mantendrá en confidencia y se enfocará en ellas según sea necesario en futuras sesiones o hablará individualmente con un joven si así se solicita.

Recursos

Se incluyen recursos al final de cada sesión para que los jóvenes se involucren y aprendan más. Los sitios en Español en rojo.

Síguenos en Redes Sociales:

[@decimosnomas](#), [@loveisrespectofficial](#), [@amazeinternational](#), [@join1love](#)

Sitios Web:

esperanzaunited.org/es

nomore.org (No Mas tab)

espanol.loveisrespect.org

amaze.org/es

scarleteen.com

joinonelove.org

Sesión

2 Seguridad en Línea

Materiales Sugeridos:

- Un bocadillo saludable o una golosina
- Guías para jóvenes
- Teléfonos de los jóvenes para la actividad
- Hojas de papel pequeñas o tarjetas
- Lápices o plumas
- Lápices de colores o marcadores finos para la página de colorear/dibujar
- Conexión a Internet
- Computadora
- Proyector y pantalla
- Una caja donde se puedan colocar las reflexiones (Caja de Reflexiones)

Actividad de Inicio (10 minutos)

- Manténganse en el grupo completo para este rompehielos, a menos que el grupo sea demasiado grande para hacerlo en 10 minutos, en ese caso dividanse en círculos más pequeños.
- Pídeles a los jóvenes que naveguen por su Instagram, Facebook o cualquier otra red social que usen y compartan una foto con el grupo, explicando por qué la eligieron. Si alguien no tiene un teléfono o no usa redes sociales, pídeles que dibujen rápidamente una imagen en su guía en la página 7 de cualquier cosa que les guste y expliquen por qué eligieron dibujar eso.
- No des más detalles, como responder si tiene que ser una foto de ellos mismos o si puede ser cualquier cosa. Esto ayudará a que su personalidad brille y les permitirá contar algo sobre sí mismos.

Revisión de Acuerdos del Equipo (5 minutos)

- Revisa los acuerdos que el grupo creó en la primera sesión.
- También responde a cualquier pregunta que haya sido colocada en la Caja de Reflexiones. Protege el anonimato parafraseando lo que los participantes hayan escrito.
- Comparte **la declaración del denunciante obligatorio**:
Juntos aprenderemos sobre formas en las que puedes mantenerte seguro y participar en relaciones saludables. También es mi trabajo ayudarte a mantenerte seguro. Si me dices que alguien está lastimándote o a alguien que conoces, o si vas a hacerte daño a ti mismo, es mi trabajo reportar esto de manera confidencial y con tu conocimiento. Juntos encontraremos el apoyo necesario.

Contenido del Tema y Desarrollo de Habilidades (25–30 minutos)

La semana pasada hablamos juntos sobre relaciones saludables, y hoy vamos a hablar sobre cómo esto se traduce en las relaciones en el mundo en línea. Esto puede incluir redes sociales, juegos, aplicaciones, mensajes directos (DM), envío de fotos o cualquier otra forma de relacionarse utilizando internet. Las relaciones y amistades pueden ser confusas a veces, y cuando estás hablando con alguien en línea, puede ser aún más complicado.

También queremos reconocer que las redes sociales y los juegos te brindan excelentes formas de mantenerse conectado con amigos y familiares. El propósito del tema de hoy es brindarte las herramientas para mantenerte seguro en los espacios en línea, reconocer los peligros potenciales y buscar ayuda si es necesario.

Ejercicio individual: ¿Sabías...?

- Pídeles a los jóvenes que abran sus guías a la página 7. Díales que dibujen una línea para relacionar cada término con la definición correcta en su guía. Dale unos minutos a los estudiantes para completar este ejercicio. Aquí están las respuestas correctas:
 - **Catfishing:** Cuando una persona crea una identidad falsa en línea para engañar a alguien haciéndole creer que quieren tener una relación.
 - **Sextorsión:** Cuando un catfish u otro depredador amenaza con distribuir imágenes sexuales tuyas a menos que hagas lo que ellos dicen (una forma de chantaje).
 - **Pornovenganza:** Cuando alguien comparte imágenes privadas (destinadas solo para ellos) típicamente cuando termina una relación.
 - **Ciberacoso o manipulación psicológica (grooming):** Un proceso que un explotador utiliza para ganarse la confianza e incluso el amor de una persona, con el fin de controlarlos y explotarlos sexualmente.
 - **Sexting:** Cuando alguien envía una foto o mensaje sexual a otra persona.
- Una vez que todos hayan relacionado los términos y las definiciones, revisa cada término y pídeles que compartan con cuál definición lo relacionaron para ver si las relacionaron correctamente. Proporciona las definiciones correctas y comparte el aprendizaje adicional a continuación.
- Ten en cuenta que los jóvenes pueden tener más conocimientos y experiencias de los que los adultos se dan cuenta, ya que han crecido en la era digital. Ayúdalos a entender que hablar de esto en el grupo de jóvenes y en casa son formas en las que estamos aquí para apoyarlos, especialmente si algo se vuelve incómodo.

Aprendizaje adicional para cada término:

- **Catfishing:** Un catfish observará lo que alguien publica en las redes sociales o en chats de juegos para descubrir la mejor manera de manipularlos. Esto puede incluir promesas falsas, regalos físicos o virtuales, y actuar como un amigo real y confiable. Una vez que se ha construido la confianza, el catfish te presiona para hacer cosas que demostrarán tu amistad o amor, o te reta a hacer cosas, preparándote para la explotación.
- **Sextorsión:** Esta forma de chantaje ocurre cuando un catfish o explotador amenaza con distribuir imágenes sexuales de ti a menos que hagas lo que ellos dicen. Pueden pedir fotos o videos más explícitos para mantener el silencio. Mientras tanto, pueden estar compartiendo lo que envías en el mercado clandestino o en la web oscura.
- **Pornovenganza:** El término más reciente para esto es abuso sexual basado en imágenes, ya que eso es lo que está haciendo. Existen consecuencias legales para una expareja al compartir una foto que debía mantenerse privada.
- **Ciberacoso o manipulación psicológica (grooming):** Los explotadores y traficantes son excelentes manipuladores, utilizando el grooming para ganarse la confianza de alguien, prometiendo aceptación e incluso amor. Buscarán una vulnerabilidad: deseos, miedos, soledad, adicciones, problemas en casa o con amigos, problemas de salud mental, cualquier cosa que puedan prometerte para satisfacer esa necesidad. Hablaremos más sobre las vulnerabilidades en nuestra próxima sesión y cómo podemos estar ahí el uno para el otro y para nuestros amigos.

- **Sexting:** Aunque parezca inofensivo compartir una foto con alguien con quien tienes una relación, existen muchas consecuencias potenciales.
 - Es un delito crear, enviar o recibir imágenes sexualmente explícitas de cualquier persona menor de 18 años, incluyendo si ambas personas tienen menos de 18 años. Algunos casos han llegado a la persecución de menores en posesión de estas imágenes.
 - Incluso si la imagen “desaparece”, como en algunas aplicaciones, la imagen puede ser capturada a mediante de “capturas de pantalla” u otros medios. Luego pueden ser compartidas con otras personas que nunca tuviste la intención de que la vieran. Considera si la foto que estás pensando en compartir fuera mostrada a tu familia, al grupo de jóvenes o a toda la escuela.

Video “El Destino de tu Foto”

Vamos a ver un video de dos minutos y luego hablaremos sobre cualquier pregunta que tengan sobre lo que hemos hablado hasta ahora. También pueden compartir cualquier situación que conozcan que haya ocurrido en la escuela, con un amigo o ustedes mismos.

Video: El Destino de tu Foto: [youtube.com/watch?v=Wl0CLCf2YxU](https://www.youtube.com/watch?v=Wl0CLCf2YxU)

- Después de verlo, instruye a los jóvenes a escribir una o más respuestas que podrían dar a alguien que les pida que compartan algo con lo que no se sienten cómodos. (Guía para Jóvenes página 7. Dales un par de minutos para escribir.)
- Luego, haz que el grupo discuta esto juntos:
 - ¿Qué más sucedió en este video que podría haber tenido un resultado diferente?
- Las respuestas pueden incluir:
 - La persona podría haber mantenido la foto en privado.
 - Los primeros amigos podrían haberlo detenido diciendo “Eso no está bien.”
 - Los amigos o compañeros de clase podrían haberlo detenido denunciándolo a un adulto de confianza.
 - La madre puede trabajar con la hija y la escuela para detener la distribución de la imagen y hacer que las autoridades intervengan para eliminarla de internet.
 - Sin revelar a la persona, ¿alguna vez le ha sucedido esto a alguien que conozcas? ¿Cuáles fueron las consecuencias? Esto puede incluir consecuencias para la persona explotada, el explotador o cualquier otra persona involucrada.

Pide que los jóvenes vuelvan a su guía y escriban lo que podrían decirle a un amigo que está pensando en enviar una imagen desnuda o parcialmente desnuda a otra persona. (Dales un par de minutos para escribir.)

Nadie tiene derecho a decidir quién debería ver el cuerpo de otra persona. Compartir y reenviar imágenes viola la confianza y expone a la persona a posibles burlas, vergüenza e incluso peligro. Como aprendimos cuando hablamos de sexting, es ilegal crear, enviar o recibir imágenes sexualmente explícitas de cualquier persona menor de 18 años, incluso si ambas personas tienen menos de 18 años. También hay ayuda disponible si tú o alguien que conoces ha compartido imágenes. No se trata de avergonzar a nadie, estamos aquí para apoyarte a ti y a tu familia.

En la próxima sesión, vamos a hablar más sobre los daños de la pornografía, que también se llama “material de abuso sexual infantil en línea” cuando involucra a personas menores de 18 años.

Para obtener información sobre cómo denunciar y eliminar contenido explícito que muestra a menores en línea, visita missingkids.org/es/gethelpnow.

Reflexiona sobre versículos bíblicos que hablan sobre honrarnos mutuamente, actuar como discípulos en el mundo (ser buenos amigos) y amarnos unos a otros.

Romanos 12:10

Ámense los unos a los otros con amor fraternal, respetándose y honrándose mutuamente.

Efesios 4:2

Sed siempre humildes y amables, pacientes, tolerantes unos con otros en amor.

Juan 13:35

De este modo todos sabrán que son mis discípulos, si se aman los unos a los otros.

Ejercicio en Grupos Pequeños: Manteniéndote Seguro en Línea – Cinco Cosas que Puedo Hacer

Pensemos en lo que hemos aprendido hasta ahora, incluyendo los términos que aprendimos y el video “El destino de tu foto”. Vuelvan a reunirse en los mismos grupos pequeños de antes y elaboren una lista de cinco cosas que cada uno puede hacer personalmente para mantenerse seguro en línea. Pueden escribir estas en su guía en la página 8. Luego nos reuniremos nuevamente como grupo para compartir y aprender unos de otros.

Escuchemos a los grupos y agreguemos estos puntos si no fueron mencionados:

- Configura tus cuentas como privadas para que puedas aprobar a tus seguidores.
- Ten cuidado a quién apruebas, no todos son quienes dicen ser en línea.
- No compartas cosas en línea que puedan revelar tu ubicación.
- Confía en tu instinto. Si te sientes incómodo, retírate de la conversación o el juego, bloquea a la persona, habla con un adulto de confianza o repórtalo.
- Evita hashtags como #solitario, #odiomivida, cualquier cosa que un depredador pueda buscar para explotar una vulnerabilidad.
- Ten precaución al compartir fotos.
- Presta atención a las señales de alerta, como “¿estás solo/a?”.
- Habla con un amigo o un adulto de confianza si te sientes incómodo/a con algo.
- Ten un plan de salida para abandonar la conversación o el juego.
- Repórtalo, incluso si, o especialmente si, alguien te está amenazando.
- Apoya a tus amigos y asegúrate de tener personas que te apoyen a ti.

Preguntas de Discusión (5–10 minutos)

Dependiendo del tamaño de tu grupo y el tiempo disponible, pueden dividirse en grupos pequeños o hacer preguntas en el grupo más grande.

- *¿Cuáles son algunas señales de alerta que debes tener en cuenta con alguien que conoces en línea?*
- *¿Sabes a quién acudirías si necesitaras hablar sobre algo incómodo o inseguro que está sucediendo en línea?*

Si tienen tiempo adicional:

- *¿Qué impresiones e ideas sobre la sexualidad obtenemos de los videojuegos, las redes sociales y otros contenidos en línea?*
- *¿Qué es una cosa que has aprendido durante esta sesión y que quieres recordar?*

Oración de Cierre y Caja de Reflexiones (5 minutos)

- Cierren con una oración.
- Entrega el recurso de seguimiento familiar de la sesión 2 para que los jóvenes se lleven a casa.
- Cada participante coloca una palabra, frase o pregunta en una caja (Caja de Reflexiones) al salir. El líder las mantendrá en confidencia y se enfocará en ellas según sea necesario en futuras sesiones o hablará individualmente con un joven si así se solicita.

Recursos

Se incluyen recursos al final de cada sesión para que los jóvenes puedan participar y aprender más. Los sitios en Español en rojo.

Síguenos en las Redes Sociales: @netsmartz, @netflixandconsent, @thorn

Sitios Web:

missingkids.org/netsmartz/es/home

connectsafely.org/guias-rapidas-en-espanol

wearepact.org/guides

love146.org/online-safety

youthonline.sharedhope.org

stopsextortion.com

Sesión 3

Comprensión y Prevención de la Explotación y el Tráfico Sexual

Materiales Sugeridos

- Un bocadillo saludable o una golosina
- Guías para jóvenes
- Hojas de papel pequeñas o tarjetas
- Lápices o plumas
- Lápices de colores o marcadores finos para la página de colorear/dibujar
- Conexión a Internet
- Computadora
- Proyector y pantalla
- Una caja donde se puedan colocar las reflexiones (Caja de Reflexiones)

Actividad de Inicio (10 minutos — Esta es una sesión llena de información, ¡comencemos!)

Atrévete a Nombrar Tres Emociones

- Divídanse en grupos pequeños de 4-5 personas según el mes de nacimiento. Los nacidos en enero-marzo forman un grupo, etc., según el tamaño del grupo grande.
- Pídeles a los jóvenes que compartan entre sí mismos tres emociones que hayan sentido en los últimos días. También pueden compartir cómo una o más de esas emociones les afectó en ese momento. Puedes mencionarles que las emociones primarias incluyen la ira, el miedo, la tristeza, el asco, la sorpresa, la anticipación, la confianza y la alegría. Estas se ramifican en muchas más emociones que ellos pueden haber sentido. Si algunos miembros de tu grupo tienen dificultad para nombrar emociones, puedes decirles que esta lista está en la página 10 la guía de jóvenes para ayudarlos a comenzar.
- Regresen al grupo grande y pídeles a los jóvenes que compartan una de sus emociones o elige solo a algunos para compartir, según el tiempo disponible.

Revisión de Acuerdos del Equipo (5 minutos)

- Revisa los acuerdos que el grupo creó en la primera sesión.
- También responde a cualquier pregunta que haya sido colocada en la Caja de Reflexiones. Protege el anonimato parafraseando lo que los participantes hayan escrito.
- **Comparte la declaración del denunciante obligatorio:**
Juntos aprenderemos sobre formas en las que puedes mantenerte seguro y participar en relaciones saludables. También es mi trabajo ayudarte a mantenerte seguro. Si me dices que alguien está lastimándote o a alguien que conoces, o si vas a hacerte daño a ti mismo, es mi trabajo reportar esto de manera confidencial y con tu conocimiento. Juntos encontraremos el apoyo necesario.

Contenido del Tema y Desarrollo de Habilidades (30-35 minutos)

La semana pasada hablamos sobre cómo mantenernos seguros en línea. Hoy continuaremos esa discusión junto con cómo mantenernos seguros en persona. Aprenderemos sobre la explotación sexual, de qué consiste y cómo puede ocurrir. También aprenderemos sobre la trata de personas menores de edad. Esta sesión puede generar emociones difíciles si alguien ha experimentado alguna forma de abuso sexual o violencia, o si conoce a alguien que lo haya experimentado. Quiero que sepan que pueden tomar un descanso si lo necesitan o venir a hablar conmigo más tarde si lo desean.

En Actividad de Inicio, identificamos las emociones que hemos sentido. A veces, ocultamos nuestras emociones de los demás e incluso de nosotros mismos. Podemos hacer esto por muchas razones, como protegernos si hemos sido lastimados o como resultado de la condición social. Por ejemplo, cuando nos dicen “los hombres no lloran” u otros mensajes que nos impiden ser auténtico/a. Poder identificar y compartir nuestras emociones con personas de confianza nos ayudará a manejar las emociones difíciles, y nos permitirá experimentar plenamente las emociones positivas. En una relación saludable, esto se llama “ser vulnerables entre nosotros” a medida que nos sentimos más cómodos y compartimos nuestro verdadero ser.

Vulnerabilidades

- *Hoy vamos a hablar de las vulnerabilidades de una manera diferente, en términos de cómo pueden jugar un papel en que alguien se aproveche de nosotros.*
- *Aquí está una definición que vamos a utilizar en este contexto, que pueden escribir en su guía en la página 10.*

“Una vulnerabilidad es algo que puede hacer más fácil que alguien se aproveche de nosotros o nos dañe física o emocionalmente.”
- *No queremos pensar en las vulnerabilidades como debilidades, ya que todos tenemos vulnerabilidades y son parte de quienes somos. ¡Simplemente ser joven puede ser una vulnerabilidad, pero ciertamente no lo considero una debilidad!*
- *Pídeles a los jóvenes que pasen a la página 10 y escriban algunas vulnerabilidades que ven en sus amigos, compañeros de clase o en ellos mismos. (Dales unos minutos a los estudiantes para escribir en sus guías y luego pídele a algunos que lo compartan en voz alta con el grupo.)*
- *Como líder, puedes optar por compartir una vulnerabilidad que tienes, como parte de la discusión, asegurándote de que esto se enfoque en los jóvenes y se relacione con ellos. Aquí hay unos ejemplos de grupos pequeños previos que también pueden usar para agregar a sus listas:*
 - Baja autoestima
 - Deseo de encajar
 - Soledad
 - Ingenuidad, demasiada confianza
 - Problemas en el hogar
 - Pocos o ningún amigo
 - Depresión u otra enfermedad mental
 - Uso/abuso de drogas o alcohol

Además de las vulnerabilidades que hemos mencionado, otras vulnerabilidades significativas que pueden estar presentes en jóvenes que son explotados o traficados también incluyen:

- Falta de hogar
- Pobreza
- Antecedentes de abuso sexual
- Inestabilidad familiar: consumo de drogas/alcohol, abuso emocional, físico o sexual
- Personas con necesidades especiales
- Personas que se identifican como LGBTQIA+ debido a la opresión, el estigma social y la falta de apoyo familiar o comunitario
- Jóvenes BIPOC (Negros, Indígenas, Personas de Color) debido a la opresión, el racismo sistémico y el trauma generacional

Es importante reconocer y comprender nuestras propias vulnerabilidades para poder buscar apoyo saludable y positivo cuando sea necesario.

¿Qué es la Explotación y Tráfico Sexual?

Definiremos estos términos y obtendremos una comprensión más profunda de cómo puedes mantenerte seguro/a o apoyar a un amigo/a que pueda estar en riesgo en algún momento. (Estas definiciones también están en la guía para jóvenes, página 11.)

- **La explotación sexual ocurre cuando se da algo de valor o una promesa de valor (como dinero, drogas, comida, un lugar para quedarse, renta o un estatus más alto en una pandilla o grupo) a ti o a otra persona a cambio de cualquier tipo de sexo.**
 - Esto incluye involucrar a menores en pornografía, amenazar con compartir o compartir fotografías o videos sexualmente explícitos, clubs de striptease y baile exótico.
- **La explotación sexual en línea incluye la manipulación, la coerción y el chantaje a menores con fines sexuales (sextorsión); y consumir, compartir y transmitir en vivo material de abuso sexual infantil (pornografía infantil).**
- **El tráfico puede involucrar a una tercera parte que facilite y se beneficie de la explotación. Cualquier menor de 18 años que participe en un acto sexual comercial es legalmente una víctima de tráfico, independientemente de si hay una tercera parte involucrada.**

Lo que sucede muchas veces es, un joven ni siquiera se da cuenta de que está siendo explotado o no se da cuenta de que la situación en la que se encuentra podría llegar a la explotación o trata.

Video: "30 Second Facts About Trafficking"

Vamos a ver un vídeo de 5 minutos de Love146, una organización internacional que educa a jóvenes protegerse de la explotación y trabaja con jóvenes que han sido víctimas de trata. Compartirán 10 datos breves sobre la trata de niños. Es importante buscar datos de organizaciones confiables en lugar de creer e incluso volver a publicar.

Video: [youtube.com/watch?v=qStRMQQtOBo](https://www.youtube.com/watch?v=qStRMQQtOBo) (Los subtítulos en Español se encuentran en la configuración. Selecciona traducción automática.)

¿Cómo Ocurre la Explotación y Tráfico Sexual?

- Las personas que buscan explotar a los jóvenes se aprovecharán de cualquier vulnerabilidad que un joven pueda tener.
- Son manipuladores expertos, trabajando para crear una relación, construir confianza y lealtad, prometiendo amor, aceptación, emoción o simplemente satisfacer necesidades básicas como comida y refugio.
- Esto puede ocurrir en persona o a través del reclutamiento en línea, a menudo con el tiempo para construir confianza. Esto se llama el proceso de grooming.

Ejercicio Individual: ¿Quiénes son mis Personas de Confianza?

En la próxima sesión, desarrollarás un plan de seguridad para ti mismo/a. Una parte importante de este plan es identificar de dos a tres adultos y de uno a tres amigos que puedan formar parte de tu red de apoyo. Estas son personas a las que puedes acudir y hablar sobre cualquier cosa difícil que pueda estar sucediendo en tu vida.

- Dirige a los jóvenes que abran su guía en la página 11 y que se tomen unos minutos para pensar en quiénes son los adultos seguros y los amigos seguros en sus vidas, y luego escribirlos en su guía.

Espero que hayas podido identificar algunas personas seguras en tu vida, ¡y ahora te animo a hablar con ellos y hacerles saber que son una de tus personas! Si tuviste dificultades para encontrar a algunas personas, avísame y podemos trabajar juntos en esto. Si quieres, puedes dejar una nota en nuestra Caja de Reflexiones al final para que podamos hablar más al respecto.

Hablar Sobre Los Daños de la Pornografía

Dependiendo del grupo y de tu nivel de comodidad, puedes decir que solo vas a leer información y luego permitir la discusión según lo que decida el grupo. Sin embargo, por favor no omitas esto por completo, ya que casi nadie, o prácticamente nadie, está hablando con los niños sobre esto.

Otro tipo grave de abuso sexual infantil en línea es la pornografía. Bien podríamos dedicar toda una sesión a los daños de la pornografía, hoy solo crearemos una conciencia inicial sobre esto. Según una encuesta de la Universidad de New Hampshire en 2008, el 93% de los estudiantes universitarios varones y el 62% de las estudiantes mujeres dijeron haber visto pornografía en línea antes de los 18 años. Esto no significa necesariamente pornografía que involucre a menores de edad, lo cual es material ilegal de abuso sexual infantil.

La curiosidad es normal. No se trata de avergonzarte, sino de hablar sobre lo que es saludable y real en una relación.

Hay dos categorías de daño que voy a compartir hoy. La primera se refiere a las expectativas de los adolescentes sobre las relaciones sexuales basadas en lo que ven a través de la pornografía. Imagina que tienes 14 años y te encuentras con una imagen pornográfica en línea. Tienes curiosidad, así que investigas un poco y terminas en uno de los muchos sitios web de pornografía. Los algoritmos comienzan a trabajar y comienzas a recibir más ventanas emergentes, videos y contenido gráfico adicional de lo que esperabas. Ni siquiera has estado en una relación todavía, y puedes comenzar a creer que así son las relaciones sexuales. Sabes sobre el consentimiento, pero lo que ves hace que parezca que las relaciones sexuales más agresivas son mejores y lo que ambas personas desean, cuando en realidad, la industria de la pornografía se basa en la agresión, el poder y la violencia. Da forma a ideas sobre la masculinidad, la feminidad y la intimidad. Aquí hay algunas citas de un estudiante de secundaria sobre la pornografía en línea:

“No hay otro lugar para aprender sobre el sexo, y las estrellas del porno saben lo que están haciendo” y “Nunca he visto a una chica en la pornografía que no parezca estar pasándolo bien”. Este adolescente puede no haber entendido que esto era una actuación, que también pudo haber incluido fuerza, fraude o coerción. O que los videos no muestran nada sobre conversaciones abiertas y honestas entre una pareja antes de comenzar a descubrir qué quieren juntos.

- ¿Alguien tiene alguna pregunta antes de pasar a la segunda categoría?

La segunda categoría de daño implica el uso de menores en contenido en línea sexualmente explícito, lo cual es abuso sexual infantil y se conoce legalmente como pornografía infantil. La ley federal de Estados Unidos define la pornografía infantil como cualquier representación visual de contenido sexualmente explícito que involucre a un menor de edad (menor de 18 años). Estas imágenes y videos documentan la explotación y el abuso real de niños, y luego dañan aún más a los niños a medida que se comparten en Internet, a través de plataformas que podemos usar a diario, como redes sociales, juegos en línea, correo electrónico, sitios web y más.

Estudios citados por el Centro Nacional de Niños Desaparecidos y Explotados encontraron²:

- Las niñas aparecen desproporcionadamente en la mayoría del material de abuso sexual infantil (MASI).
- Los niños en edad prepuberal tienen el mayor riesgo de ser representados en el MASI.
- Cuando los niños son víctimas, es mucho más probable que sean sometidos a abusos muy explícitos o atroces en comparación con las niñas.
- En promedio, los niños representados en el MASI son más jóvenes que las niñas y es más probable que aún no hayan alcanzado la pubertad.

El Centro Nacional de Niños Desaparecidos y Explotados opera una Línea Directa Cibernética nacional para que el público y las empresas informen incidentes de presunto abuso sexual infantil en línea: missingkids.org/es/gethelpnow/cybertipline

El Cyber Tipline recibió 18.4 millones de informes en 2018, con la gran mayoría conteniendo material de abuso sexual infantil. “Los avances tecnológicos están ayudando a encontrar las imágenes, lo que puede llevar a ayudar a los sobrevivientes a reconstruir sus vidas. La magnitud de este problema es tan grande, que es importante saber que puede recurrir a alguien si se encuentra con imágenes sin saberlo y está luchando con lo que vio, o si conoce a alguien que está en riesgo o involucrado en material de abuso sexual en línea.

Su guía incluye el enlace para informar a la Línea Directa Cibernética, así como un enlace a un folleto “Afrontando la Exposición al Material de Abuso Sexual Infantil”. Este folleto brinda recursos y estrategias para hacer frente a niños, adultos y familias. https://www.missingkids.org/content/dam/missingkids/pdfs/NCMEC_0022-20_CSAM%20Brochure_Digital.pdf.

¹ Jones, Maggie. 7 de febrero de 2018. “Lo que los adolescentes están aprendiendo de la pornografía en línea”. New York Times Magazine.

² missingkids.org/es/theissues/csam

³ missingkids.org/content/dam/missingkids/pdfs/Captured%20on%20Film.pdf

Puedes preguntar a los jóvenes si tienen algo de lo que quieran hablar sobre este tema, o recordarles que siempre pueden dejar una pregunta o comentario en la Caja de Reflexiones al final de la sesión.

1 Juan 4:18

En el amor no hay temor, sino que el amor perfecto echa fuera el temor.
El que teme espera el castigo,
así que no ha sido perfeccionado en el amor.

Josué 1:9

Ya te lo he ordenado: ¡Sé fuerte y valiente!
¡No tengas miedo ni te desanimas!
Porque el Señor tu Dios te acompañará dondequiera que vayas.

Ejercicio Individual: Mis Fortalezas

Vamos a terminar la sesión de hoy pensando en nuestras fortalezas.

- Pídeles a los jóvenes que piensen en sus fortalezas y cómo estos pueden actuar como una barrera protectora para mantenerse seguros en diversas situaciones de sus vidas. Pídeles que circulen algunas de las fortalezas mencionadas en su guía en la página 13, que agreguen las suyas y luego elijan dos para completar los espacios en blanco:

Soy/Tengo _____, y puedo _____.

- Ejemplos:

- Soy creativo/a y puedo pensar en formas de salir de una situación difícil.
- Tengo buen juicio y puedo percibir cuando alguien no está siendo honesto/a conmigo.

Pregunta de Discusión (5 minutos)

- ¿Qué es algo nuevo que aprendiste hoy y que podrías compartir con un adulto de confianza o un amigo?

Oración de Cierre y Caja de Reflexiones (5 minutos)

- Cierren con una oración.
- Entrega el recurso de seguimiento familiar de la sesión 3 para que los jóvenes se lleven a casa.
- Cada participante coloca una palabra, frase o pregunta en una caja (Caja de Reflexiones) al salir. El líder las mantendrá en confidencia y se enfocará en ellas según sea necesario en futuras sesiones o hablará individualmente con un joven si así se solicita.

Recursos

Se incluyen recursos al final de cada sesión para que los jóvenes se involucren y aprendan más. Los sitios en Español en rojo.

Síguenos en Redes Sociales:

@polarisproject, @love146, @mncasa, @worldwithoutexploitation

Sitios Web:

lssmn.org/services/youth/education/cherish-all-children/resources

missingkids.org/es/home (Centro Nacional para Niños Desaparecidos y Explotados)

nsvrc.org (Centro Nacional de Recursos sobre Violencia Sexual)

rainn.org (Red Nacional de Violación, Abuso e Incesto)

Materiales Sugeridos

- Un bocadillo saludable o una golosina
- Guías para jóvenes
- Teléfonos de los jóvenes para el actividad
- Hojas de papel pequeñas o tarjetas
- Lápices o plumas
- Lápices de colores o marcadores finos para la página de colorear/dibujar
- Conexión a Internet
- Computadora
- Proyector y pantalla
- Una caja donde se puedan colocar las reflexiones (Caja de Reflexiones)

Actividad de Inicio (10 minutos)

Dado que hemos estado hablando sobre la seguridad en línea y esta sesión se trata de hacer un plan de seguridad, este rompehielos reforzará la necesidad de hacer preguntas, ser discernidor y no asumir que todo lo que vemos y leemos en línea es verdad.

- Divídanse en grupos pequeños y pídeles a los jóvenes que encuentren memes en sus grupos pequeños. Un grupo buscará imágenes que sean claramente verdaderas, otro grupo buscará imágenes que sean claramente falsas y otro grupo buscará imágenes que podrían ser verdaderas, pero que sea difícil de determinar. Para ayudarlos a comenzar, comparte un ejemplo: un meme obviamente falso que muestra una imagen de Abraham Lincoln diciendo: "No puedes creer todo lo que lees en Internet". ¿Realmente dijo esto Abraham Lincoln?
- Vuelvan al grupo grande y hagan que cada grupo comparta al menos uno de los memes que encontraron.
 - *¿Qué hace difícil saber si algo compartido en Internet es verdadero o falso?* (Las cosas suenan creíbles, lo que hace difícil saber si son verdaderas o falsas. Cuando son publicadas por familiares o amigos en quienes confiamos, no siempre cuestionamos su autenticidad.)
 - *¿Cuál es la forma más fácil de determinar si algo es verdadero o falso?* (Buscar fuentes creíbles de información. Preguntar a alguien por la fuente de su información y tomarse el tiempo para investigar antes de compartir o repostear.)
 - *¿Por qué no lo hacemos más frecuente?* (Porque no queremos tomar el tiempo. A veces nos vemos tan afectados emocionalmente por lo que vemos que lo compartimos sin detenernos a pensar.)

Nuestra esperanza es que este ejercicio sirva como recordatorio de que las personas pueden compartir cualquier cosa que desean en el Internet y que no tenemos idea si la información es verdadera o falsa, a menos que nos tomemos el tiempo para investigar y mantenernos informados.

Revisión de Acuerdos del Equipo (5 minutos)

- Revisa los acuerdos que el grupo creó en la primera sesión.
- También responde a cualquier pregunta que haya sido colocada en la Caja de Reflexiones. Protege el anonimato parafraseando lo que los participantes hayan escrito.
- Comparte **la declaración del denunciante obligatorio**:
Juntos aprenderemos sobre formas en las que puedes mantenerte seguro y participar en relaciones saludables. También es mi trabajo ayudarte a mantenerte seguro. Si me dices que alguien está lastimándote o a alguien que conoces, o si vas a hacerte daño a ti mismo, es mi trabajo reportar esto de manera confidencial y con tu conocimiento. Juntos encontraremos el apoyo necesario.

Contenido del Tema y Desarrollo de Habilidades (25–30 minutos)

Haciendo de un Plan de Seguridad

Hemos pasado tres semanas hablando sobre relaciones seguras y saludables. Comenzamos hablando sobre las cualidades saludables y no saludables de las relaciones. También discutimos las señales de alerta, exploramos la seguridad en línea y en las redes sociales, y aprendimos sobre la explotación sexual y tráfico de personas. Antes de pasar a nuestro tema de hoy, tómense un minuto para reflexionar sobre lo que hemos aprendido hasta ahora. Pídele al grupo que abra su guía juvenil y revise las tres primeras sesiones, una sesión a la vez.

- *¿Qué es algo que aprendiste y quieres recordar de la sesión sobre relaciones saludables?*
- *¿Qué es algo que aprendiste y quieres recordar de la sesión sobre seguridad en línea?*
- *¿Qué es algo que aprendiste y quieres recordar de la sesión sobre explotación sexual y tráfico de personas?*

En nuestra última sesión vamos a crear un plan de seguridad.

- *¿Qué es un plan de seguridad? (Posibles respuestas: Pensar en cosas malas que podrían suceder y hacer un plan sobre qué hacer. Planear qué hacer si algo malo sucede o te encuentras en una situación difícil. Saber a quién llamar o buscar ayuda si te sientes inseguro.)*

Leer la definición:

- *Un plan de seguridad es un plan personalizado y práctico que puede ayudarte a reducir el riesgo de ser lastimado por otra persona, evitar situaciones peligrosas y saber la mejor manera de reaccionar cuando te sientes en peligro. Este plan incluirá información específica sobre ti y tu vida que aumentará tu seguridad en la escuela, en casa y en otros lugares que frecuentas.*

Situaciones Desafiantes

Una de las formas en que comenzaremos a crear un plan de seguridad es pensar en situaciones desafiantes que tú o tus amigos puedan enfrentar en su vida diaria. En la página 16 de tu guía juvenil verás una lista de escenarios. En sus grupos pequeños, discutirán los escenarios y decidirán cómo responderían. Mientras los discuten, piensen en las cualidades saludables de las relaciones que hemos aprendido y busquen posibles señales de alerta en la situación. Al decidir una respuesta, piensen en lo que podrían decir, a quién podrían llamar y qué recursos podrían ser útiles.

- Sepárelos en sus grupos pequeños y asígnales uno o más escenarios para discutir, dándoles al menos cinco minutos para conversar.

<p>Escenario 1:</p> <p>Estás emocionado/a que te invitaron a una fiesta, pero cuando llegas, ves que hay drogas y alcohol presente, y un par de chicas están desmayadas. ¿Qué harías?</p> <p>¿Qué hubieras hecho si hubieras sabido de antemano que esta podría ser la escena?</p>	<p>Escenario 2:</p> <p>Tú y tus amigos disfrutaban jugando juntos. Un chico mayor de tu escuela se une a veces y le dice cosas sexuales a uno de tus amigos en la charla. Otros bromean o se ríen, pero tu sabes que todo esto hace que tu amigo se sienta realmente incómodo.</p> <p>Escenarios 3-10 encontrados en la Guía para Jóvenes</p>
---	---

- Reúna al grupo nuevamente para procesar el ejercicio pida que cada grupo que lea uno de sus escenarios y reporte brevemente sus respuestas. Valida sus ideas y desafíe suavemente o brinde opciones adicionales, especialmente si sus respuestas involucran algún comportamiento poco saludable o riesgoso, o alguna forma de acción peligrosa o violenta. Utilice esto como una herramienta de aprendizaje para ayudarles a resolver problemas.
 - ¿Fue difícil pensar en formas seguras y saludables de responder?
 - ¿De qué manera fue útil este ejercicio?

Formar tu Plan de Seguridad

Ve a la página 17 de tu guía juvenil. Ahora vas a crear tu propio plan de seguridad. A medida que trabajaste en las situaciones desafiantes en el ejercicio anterior, es posible que te hayas dado cuenta de que necesitabas saber qué personas y recursos están disponibles para ti. Tu plan te ayudará a tener algunas de esas respuestas. A medida que respondamos cada una de estas preguntas, anota tus respuestas en tu guía. Si tienes los números de teléfono de las personas que mencionas, inclúyelos en tu respuesta.

- ¿A quién puedes llamar o enviar un mensaje de texto para informarles a dónde voy cuando salgo con amigos o en una cita?
- Si no te sientes cómodo/a dónde estás o te quedas abandonado/a y necesitas que te lleven a casa, ¿a quién podrías llamar para que te recojan o se encuentren contigo?
- ¿A dónde más podrías ir para mantenerte a salvo (esto podría ser una comisaría de policía cercana, una tienda u otro lugar abierto y con gente alrededor)?
- Si decides terminar una relación poco saludable, ¿Cómo puedes hacerlo de manera segura? ¿Con qué miembro de la familia, amigo/a o adulto de confianza podrías hablar sobre tu situación?
- Cuando te sientas triste, ¿a quién puedes llamar para que te escuche y te brinde apoyo?
 - Un amigo/a con quien puedo hablar:
 - Un adulto/a con quien puedo hablar:
- ¿Qué palabra o frase puedes usar como código en una llamada telefónica, mensaje de texto o mensaje directo para pedirle a tu familia, amigo/a o vecino/a que llame para pedir ayuda sin que la otra persona se entere?

No ignore esta parte: Haga que los jóvenes agreguen números de teléfono importantes a sus teléfonos celulares. Pueden elegir los que deseen de la lista. También puedes proporcionar números y sitios web de organizaciones locales dirigidas a jóvenes vulnerables.

Una de las cosas que los jóvenes pueden hacer es crear una tarjeta de plan de emergencia/seguridad para guardar en un lugar seguro en su billetera, cartera o teléfono.
(Si tiene tiempo, puede hacer que lo hagan durante la sesión.)



Números y Sitios Web Importantes en los Estados Unidos

- **Número de emergencia:** Siempre llama a este número primero si estás en peligro inmediato. Marca **911** en tu teléfono
- **MN 2-1-1 United Way:** Información gratuita y confidencial para acceder a servicios como apoyo alimentario y de vivienda, salud mental, abuso de sustancias, programas para jóvenes y más. Solo marca **211** en tu teléfono o en línea 211unitedway.org/about-211/spanish
- **Minnesota Safe Harbor Day One Hotline:** Recurso estatal de apoyo para refugios locales y servicios para víctimas potenciales o actuales de explotación o trata dayoneservices.org / **1.866.223.1111** o **envía un mensaje de texto al 612.399.9995**
- **Centro Nacional de Niños Desaparecidos y Explotados:** Ayudar a encontrar niños desaparecidos, reducir la explotación sexual infantil y prevenir la victimización infantil. missingkids.org/es/home / **1.800.843.5678**
- **Línea Nacional de Trata de Personas:** Si usted o alguien que conoce se encuentra en una posible situación de trata de personas, llame o envíe un mensaje de texto a esta línea directa para obtener ayuda y servicios. humantraffickinghotline.org/es **1.888.373.7888** o **envíe un mensaje de texto con la palabra "HELP" al 233733**
- **Esperanza United:** Ofrece experiencia en todos los problemas relacionados con la juventud y brinda recursos, apoyo y conexiones para ayudar y dar esperanza. Línea de crisis bilingüe en Minnesota **651.772.1611** en línea esperanzaunited.org/es/
Numero nacional **1.800.799.7233** espanol.thehotline.org/ envíe un mensaje de texto con "START" al 88788
- **NAMI (Alianza Nacional de Enfermedades Mentales):** Proporciona defensa, educación, apoyo y conciencia pública para que todas las personas y familias afectadas por enfermedades mentales puedan construir mejores vidas. nami.org/Home (botón para traducir en Español disponible) **1.800.950.NAMI (6264)** o, en caso de crisis, envíe un mensaje de texto con "NAMI" al 741741
- **Línea Nacional de Prevención del Suicidio: Ahora llamado 998 lifeline:** Soporte gratuito y confidencial para personas en angustia, prevención y recursos de crisis para usted o sus seres queridos. Marca 988 en tu teléfono o chat en línea 988lifeline.org
- **RAINN (Red Nacional de Violación, Abuso e Incesto):** prevenir la violencia sexual y ayudar a los sobrevivientes. Opera la línea directa Nacional de Asalto Sexual. **1.800.656.HOPE (4673)** o chat en línea rainn.org
- **Proyecto Trevor México:** Línea directa para jóvenes LGBTQIA+ que brinda servicios de intervención en crisis y prevención del suicidio; envíe un mensaje de texto con "COMENZAR" al 67676, por WhatsApp al número **55.9225.3337** o chat en línea TheTrevorProject.MX/Ayuda

Preguntas de Discusión (5 minutos)

- ¿Cómo se comunican con otra persona cuando ven señales de alerta en la relación?
- ¿Cómo se distancian o protegen de relaciones poco saludables?
(Sé consciente de las señales de alerta. Utiliza una comunicación asertiva para establecer límites saludables. Habla con un adulto de confianza que pueda escuchar y posiblemente ayudarte a navegar situaciones difíciles.)

Oración de Cierre y Caja de Reflexiones (5 minutos)

- Termine esta experiencia de aprendizaje leyendo el Salmo 139:1-14 y recordando al grupo que son hijos amados de Dios. *Cuando recordamos que somos maravillosamente creados y que tenemos un Dios que nos cuida y nos conoce íntimamente, cambia la forma en que vemos a los demás y cómo nos vemos a nosotros mismos. ¡Somos dignos de relaciones seguras y saludables porque Dios nos ha creado y somos valiosos!*
- Entrega el recurso de seguimiento familiar de la sesión 4 para que los jóvenes se lleven a casa.
- Cada participante coloca una palabra, frase o pregunta en una caja (Caja de Reflexiones) al salir. El líder mantendrá esto en confidencialidad, permitiendo abordar las preocupaciones que un joven individual pueda tener, y también solicitar reunirse y hablar más con el líder juvenil.

Salmo 139:1-14

Señor, tú me examinas
y me conoces.
Sabes cuándo me siento y cuándo me levanto;
aun a la distancia me lees el pensamiento.
Mis trajines y descansos los conoces;
todos mis caminos te son familiares.
No me llega aún la palabra a la lengua
cuando tú, Señor, ya la sabes toda.
Tu protección me envuelve por completo;
me cubres con la palma de tu mano.
Conocimiento tan maravilloso rebasa mi comprensión;
tan sublime es que no puedo entenderlo.
¿A dónde podría alejarme de tu Espíritu?
¿A dónde podría huir de tu presencia?
Si subiera al cielo,
allí estás tú;
si tendiera mi lecho en el fondo de los dominios de la muerte,[a]
también estás allí.
Si me elevara sobre las alas del alba,
o me estableciera en los extremos del mar,
aun allí tu mano me guiaría,
¡me sostendría tu mano derecha!
Y si dijera: «Que me oculten las tinieblas;
que la luz se haga noche en torno mío».
Ni las tinieblas serían oscuras para ti
y aun la noche sería clara como el día.
¡Lo mismo son para ti las tinieblas que la luz!
Tú creaste mis entrañas;
me formaste en el vientre de mi madre.
¡Te alabo porque soy una creación admirable!
¡Tus obras son maravillosas
y esto lo sé muy bien!

Recursos

Recursos adicionales para crear un Plan de Seguridad: espanol.thehotline.org/ayuda/plan-de-seguridad

Se compartieron recursos como parte de esta sesión sobre el plan de seguridad. Si hay tiempo adicional, puede preguntar si alguien tiene otros recursos para compartir o si han explorado alguno de los recursos en redes sociales de las sesiones anteriores en Instagram o otras redes sociales.

Contributor Biographies



Diaconisa Erica Larson (ella/su), Directora de Formación de Fe, Iglesia Luterana de la Transfiguración, Minneapolis, Minnesota

Erica Larson ha servido como diaconisa en el sínodo del área de Minneapolis desde que fue llamada para ser la Directora de Formación de Fe en agosto de 2010. Comenzó como directora de jóvenes recién graduada de la universidad, y ahora tiene 30 años de experiencia en ministerio. Disfruta especialmente ella rol porque trabaja con personas de todas las edades y emplea una amplia variedad de dones y pasiones mientras enseña, lidera y trabaja con otros para compartir el amor de Dios y crear experiencias significativas para su comunidad. Durante varios años, fue editora de noticias electrónicas para Cherish All Children.

Erica recibió su maestría en Ministerios y Liderazgo Congregacional de Luther Seminary, con énfasis en ministerio en la vida diaria. Por lo general, está leyendo al menos dos libros al mismo tiempo, le encanta pasar tiempo con amigos y familiares, espera con ansias acurrucarse con su gato Simon al final del día y recientemente ha comenzado a pintar acuarelas.



Joy McElroy (ella/su), Directora Ejecutiva, Cherish All Children – Lutheran Social Service of Minnesota

Joy McElroy ha sido la directora ejecutiva de Cherish All Children desde 2017, construyendo y profundizando asociaciones con iglesias y organizaciones comunitarias. Como parte de los Servicios de Jóvenes y Familias sin hogar dentro de Lutheran Social Service of Minnesota, ha disfrutado cómo el trabajo de prevención de Cherish All Children complementa el servicio directo que se brinda a los jóvenes. Está dedicada a elevar a las personas a su pleno y auténtico ser dado por Dios.

Joy tiene una maestría en recursos humanos de la Universidad de Minnesota, con enfoque en capacitación y desarrollo. Sus más de 30 años de experiencia de liderazgo en empresas, educación y organizaciones sin fines de lucro, y su pasión por servir a los demás, mantienen las ideas fluyendo en su trabajo y vida personal. Vive en Saint Paul, Minnesota con su familia, es activa en su comunidad de fe y encuentra paz mientras hace kayak o cross country ski.



Sarah Zaepfel (ellos/su), Artista, miembro de la Iglesia Luterana de Lake Nokomis, Minneapolis, Minnesota

Sarah Zaepfel se graduó de Saint Olaf College en 2020 y ha sido miembro de la Iglesia Luterana de Lake Nokomis desde 2006. Sarah ha estado dibujando desde que era joven y ha estado explorando el mundo del arte digital desde 2018. Recientemente, una de las obras digitales de Sarah fue exhibida en la exposición Foot in The Door 2020 del Minneapolis Institute of Art. ¡Sarah ha disfrutado la oportunidad de combinar su vida de fe y habilidades artísticas para contribuir con su arte para esta guía!

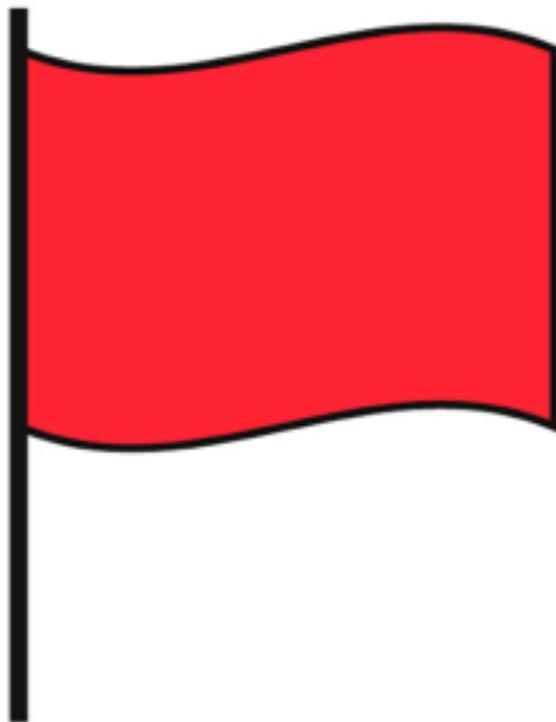
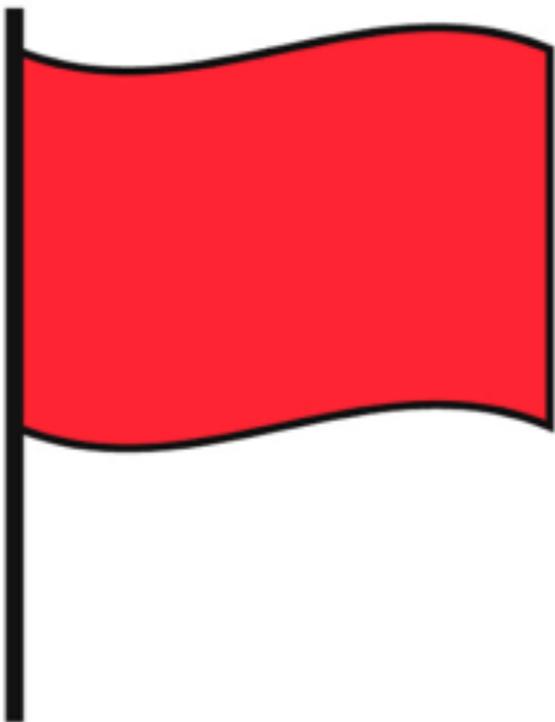
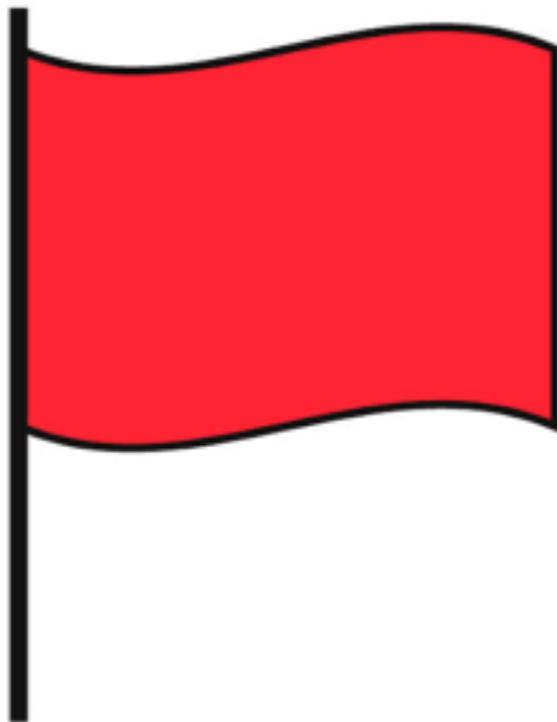
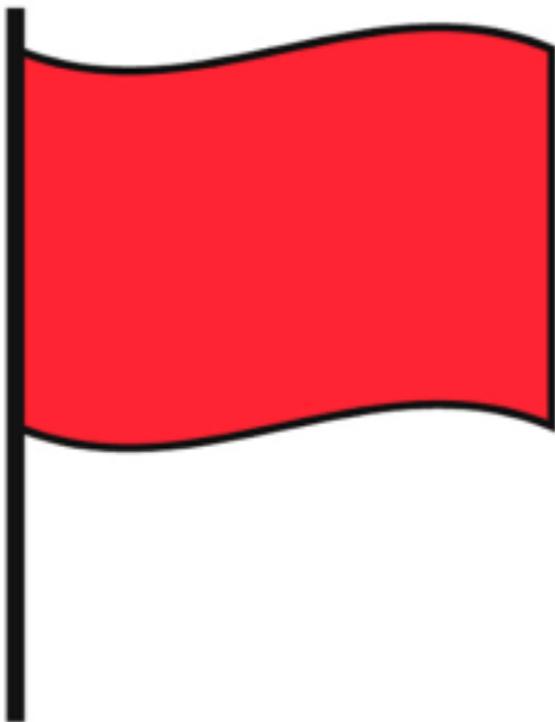


Grupo de Enfoque Juvenil: Jonah, Joy, Vicaria Anne, Knute, Mareta y Gabriel
Christ on Capitol Hill, Saint Paul, Minnesota



Traductora de Español:
Miriam Sanchez, Sr. Trabajadora de Salud Comunitaria

Miriam nació en Los Angeles, California y se mudó a Minnesota en el 2010. Trabaja como promotora de salud para el condado de Hennepin. Tiene más de diez años de experiencia trabajando con familias en Minnesota, ayudándolos a navegar el sistema médico y conectándolos con recursos en la comunidad. Su pasatiempo favorito es tomar fotos de la naturaleza.





1605 Eustis Street
Saint Paul, MN 55108

cherishallchildren.org
info@cherishallchildren.org