

Cartilla para Adolescentes De 14 a 18 años

30
ANIVERSARIO
NICARAGUA

World Vision
Por los niños



ABRIENDO CAMINOS DE
PROTECCIÓN Y TERNURA



Créditos

Coordinación General y Revisión Técnica:

Marcela Pasos H.

World Vision Nicaragua

Elaborado:

Ariela Sánchez

Equipo Consultor

Ilustración:

Bladimir Núñez

Diseño y Diagramación:

Danely Quintana

Este documento pertenece a **World Vision Nicaragua**.

Cualquier reproducción puede ser realizada únicamente con el consentimiento de la organización.

PRESENTACIÓN

Hola amiga o amigo,

World Vision tiene el gusto de presentarte la **Cartilla para Adolescentes de 14 a 18 años** que es parte de la Metodología “Abriendo caminos de protección y ternura”.

Esta cartilla contiene información y ejercicios acerca de la autoestima, derechos, responsabilidades, igualdad de género, sexualidad, plan de vida, convivencia con ternura, comunicación, prevención de bullying, autoprotección, prevención de la trata de personas y uso seguro de la tecnología digital.

Todos estos temas los iremos viendo en las sesiones de capacitación y al finalizar cada una podremos poner en práctica los conocimientos en esta cartilla, pues contiene 2 ejercicios escritos y 1 práctico o vivencial por cada sesión. Son divertidos y los podés hacer con tus familiares, amigas y amigos.

Durante el camino de aventura, protección y ternura, conversaremos y realizaremos varios juegos para divertirnos, aprender y compartir.



¡Manos a la obra! ¡Será muy divertido!





**ABRIENDO CAMINOS DE
PROTECCIÓN Y TERNURA**

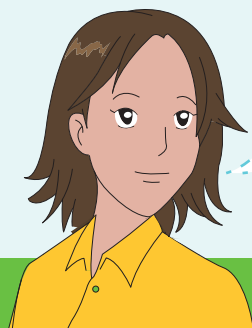
CONTENIDO

Página

	MÓDULO I : ME QUIERO Y TENGO DERECHOS -----	11
	SESIÓN 1: Me quiero y me acepto como soy-----	14
	SESIÓN 2: Mis derechos -----	19
	SESIÓN 3: Mis responsabilidades-----	24
	MÓDULO II : CUIDO MI SEXUALIDAD CON TERNURA Y PLANIFICO MI VIDA---	29
	SESIÓN 1: Todas y todos somos iguales -----	32
	SESIÓN 2: Mi Sexualidad ¿Qué es y cómo la cuido con ternura?-----	37
	SESIÓN 3: Tengo Planes para mi vida -----	44
	MÓDULO III : VIVO EN UN AMBIENTE DE PAZ Y TERNURA-----	53
	SESIÓN 1: Convivo en armonía y ternura -----	56
	SESIÓN 2: Resuelvo desacuerdos de manera amigable-----	62
	SESIÓN 3: Digo No al bullying y Sí a la ternura-----	69
	MÓDULO IV : ME PROTEJO EN MI ENTORNO -----	79
	SESIÓN 1: Identifico el peligro y me protejo-----	82
	SESIÓN 2: Prevengo la Trata de Personas-----	94
	SESIÓN 3: Hago uso seguro de las redes sociales y la tecnología digital --	99



**ABRIENDO CAMINOS DE
PROTECCIÓN Y TERNURA**



¡Hola amiga
o amigo! Mi
nombre es
Walkiria y
tengo 16
años.



Yo soy
Antonio y
tengo
17 años.



Antonio y yo te vamos a
acompañar a recorrer
un camino de aventura,
protección y ternura.



¿Te gustaría
conocer un
poco más de
qué se trata?



Entonces
empecemos. Será
muy divertido.

Empezá escribiendo tu nombre y tu edad para que no
olvidemos que esta aventura es tuya.

Me llamo: _____ Y tengo _____ años.

¡Es hora de iniciar!





ABRIENDO CAMINOS DE
PROTECCIÓN Y TERNURA



Este es el camino de aventura, protección y ternura que vamos a recorrer. Cada vez que pasés una sesión vení a marcarla con un ✓. ¡Manos a la obra!

SESIÓN DE INICIO

MÓDULO I
Me quiero y tengo derechos

SESIÓN 1
Me quiero y me acepto como soy

SESIÓN 2
Mis derechos

SESIÓN 3
Mis responsabilidades

MÓDULO II
Cuido mi sexualidad con ternura y planifico mi vida

SESIÓN 1
Todas y todos somos iguales

SESIÓN 2
Mi sexualidad ¿Qué es y cómo la cuido con ternura?

SESIÓN 3
Tengo planes para mi vida

MÓDULO III
Vivo en un ambiente de paz y ternura

SESIÓN 1
Convivo en armonía y ternura

SESIÓN 2
Resuelvo desacuerdos de manera amigable

SESIÓN 3
Digo No al bullying y Sí a la ternura

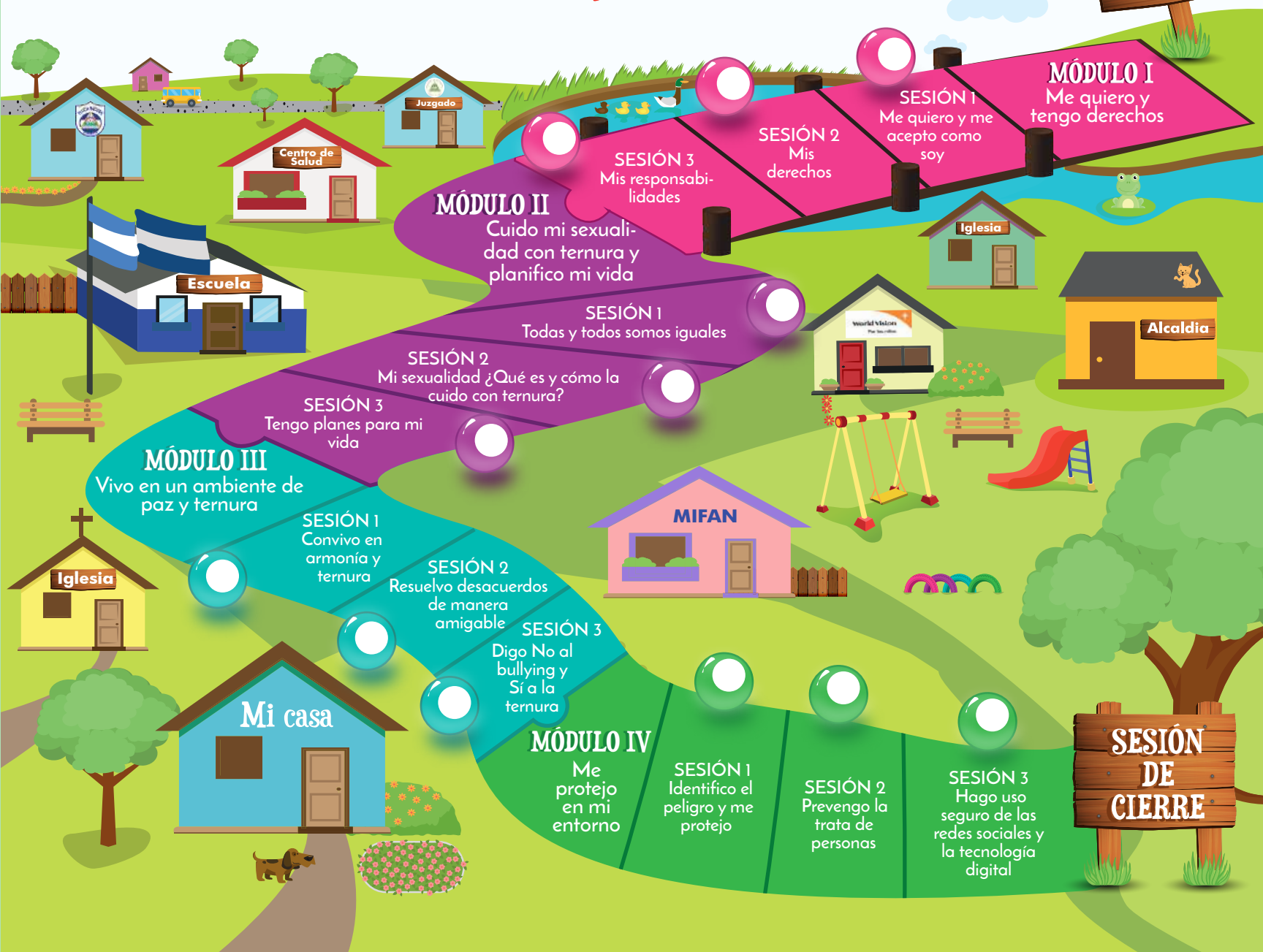
MÓDULO IV
Me protejo en mi entorno

SESIÓN 1
Identifico el peligro y me protejo

SESIÓN 2
Prevengo la trata de personas

SESIÓN 3
Hago uso seguro de las redes sociales y la tecnología digital

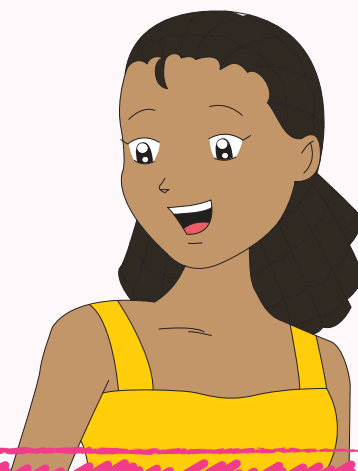
SESIÓN DE CIERRE





ABRIENDO CAMINOS DE
PROTECCIÓN Y TERNURA

Módulo



Me Quiero y
Tengo Derechos



Las
sesiones de este
módulo son:

♥ Sesión 1:

Me quiero y me acepto como soy

♥ Sesión 2:

Mis derechos

♥ Sesión 3:

Mis responsabilidades



Walkiria, ¿qué aprenderemos en el Módulo I?

Aprenderemos a conocernos y querernos como somos. También sobre nuestros derechos y responsabilidades en la casa, la escuela, iglesia, la comunidad o el barrio.

Recordá que en esta aventura podés compartir la diversión con tus demás amigas, amigos, familiares o la persona que elijás.

Sesión 1

Me Quiero y Me Acepto Como Soy

La autoestima es la valoración que hacemos de nosotras y nosotros mismos. Cuando nos queremos y aceptamos como somos estamos valorándonos de manera positiva y esto es muy importante porque nos ayuda a ser más fuertes cuando nos sentimos tristes o cuando tengamos algún problema.

Como personas y adolescentes que somos debemos querernos siempre, aún cuando nos vaya mal y para que nunca olvidemos lo importante que somos como personas y lo importante de querernos como somos, recordemos que:

Todas y todos
tenemos cosas en las
que somos mejores y hay
otras que nos cuestan un
poco. Veamos qué cosas
hacemos bien y qué cosas
no hacemos bien para
mejorarlas o
aprender otras.



Recordemos
que podemos
hacer todo lo que
queremos y todo lo
que nos
propongamos.

Si
nuestros
familiares, amigas y
amigos nos dicen qué
podemos mejorar, no nos
pongamos tristes,
escuchemos las cosas
positivas y todo lo que
nos ayude a ser
mejores.

Sintámonos
contentas y
contentos de lo que
somos y de cómo
somos.

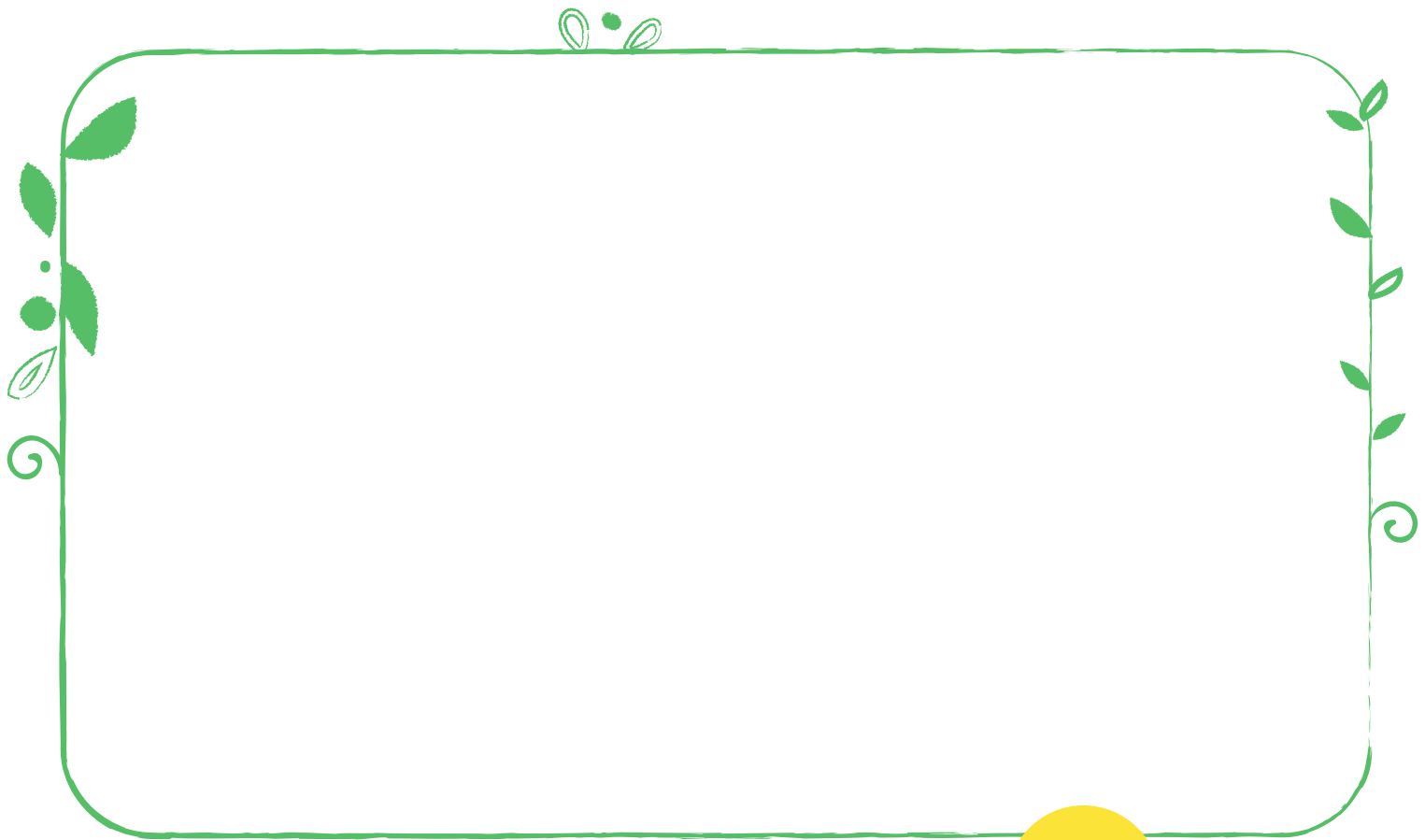
Cuidemos y
apreciemos nuestro
cuerpo, sin importar el
tamaño, color de piel o
nuestra figura. Apreciamos
también nuestra manera de
ser y nuestros
sentimientos.
¡Todas y todos somos
especiales, únicas y
únicos!



Ahora sí, empecemos a practicar lo que aprendimos en la sesión.

Ejercicio 1: "El Árbol De La Autoestima"

Dibujá un árbol y en el centro del tronco escribí tu nombre, en las raíces escribí tus cualidades y en los frutos escribí algunos de tus logros.

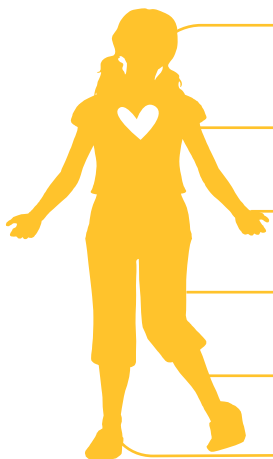


¡Qué grandes cualidades y logros!



Ejercicio 2: "Lo Que Me Gusta De Mí"

Elegí la silueta que te representa y escribí a la par todas las cosas que te gustan de tu cuerpo y de tu forma de ser. ¡Vos podés!



Ahora anotá lo que menos te gusta de tu forma de ser:



¿Cómo podrías cambiar eso que no te gusta?



¡Así se hace!

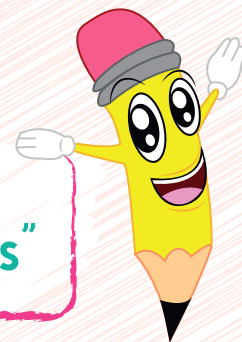




Autoestima

Ejercicio Práctico

"Me Digo Cosas Positivas"



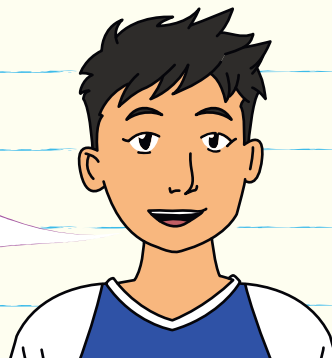
Escribí en una hoja las cualidades que escribiste en el ejercicio 1 y colocala o pegala en un lugar de tu casa donde la podás ver y leer cada día para que no olvidés la maravillosa persona que sos.

Recordá marcar en el camino la sesión que acabás de terminar.



Anotá Cómo Te Fue Fortaleciendo Los Derechos

Somos Personas Únicas,
Importantes y Valiosas



Sesión 2

Mis Derechos

Los derechos son para todas las personas, sin importar el sexo, raza, religión o nacionalidad. Podemos exigirlos siempre, deben ser respetados y cumplidos.

Nuestros derechos están contemplados en el Código de la Niñez y la Adolescencia y también en el Código de Familia.

Respetemos siempre los derechos de las demás personas y también hagamos valer los nuestros.

Recordemos algunos:



Derecho a
que nos ayuden
y nos cuiden
ante cualquier
peligro.



Derecho a
crecer sanos y
fuertes



Derecho a
participar en
todo lo que nos
guste.

Ejercicio 1: "Adivino La Frase"

Colocá las palabras en el espacio correcto para que adivinés la frase.

Defendamos

Lugar

Momento

Barrio

Escuela

Nuestros

Escudo

Participación

Casa

Los

como _____ ,

_____ , _____

_____ y _____ son
como un _____ que te _____

_____ en todo _____

y en cualquier _____

, como en _____ , _____

_____ , _____ o _____

siempre _____

derechos.

Educación

Derechos

Comunidad

Protección

Salud

Protege



¡BIEN HECHO!

Ejercicio 2: "La Sopa De Mis Derechos"

Encontrá en la sopa de letras las siguientes palabras:

▶ AGUA

▶ EDUCACIÓN

▶ IDENTIDAD

▶ LIBERTAD

▶ PROTECCIÓN

▶ RECREACIÓN

▶ SALUD

▶ VIDA

▶ FAMILIA

▶ PARTICIPAR

▶ NOMBRE

▶ HOGAR

H	T	W	D	H	A	N	F	D	H	N	F
A	R	R	C	A	D	E	U	R	O	N	A
I	E	Q	A	E	G	L	M	I	G	O	M
D	C	R	R	P	A	U	C	C	A	M	L
E	R	Y	S	S	I	A	A	N	R	B	I
N	E	I	O	I	C	C	E	T	W	R	A
T	A	L	I	U	U	V	I	D	A	E	R
I	C	W	D	D	E	D	R	O	D	O	D
D	O	Q	M	M	I	B	A	R	T	A	P
A	N	N	L	L	C	C	E	O	O	R	

MiS DeReCHoS



¿Ya las encontraste todas? Ahora, formá una copla con las palabras que elijás o alguna frase que enseñe a otras y otros adolescentes acerca de los derechos.





Derechos

Ejercicio Práctico

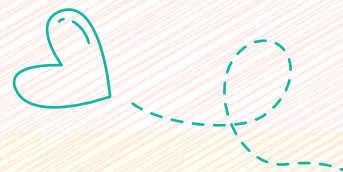
"Hablo Acerca De Los Derechos"



Hablale a tus amigas, amigos, familiares y la persona queelijás sobre los derechos que tenemos. También podés decir los derechos que tenés cuando alguien te quiera hacer daño o sintás que no te están respetando. Podés defenderlos siempre.

Marcá en el camino la sesión que acabás de pasar.

¡Hasta pronto!



Anotá Cómo Te Fue Practicando Los Derechos



Recordá Siempre Que Tenés Derecho
De Ir A La Escuela, Jugar Y Ser
Protegida O Protegido

Sesión 3

Mis Responsabilidades



¡Hola de nuevo! ¿De qué tema hablábamos en la sesión anterior? _____

Ahora hablaremos de otro tema importante: “La responsabilidad”. Esto significa cumplir con algo que tenemos que hacer. Es importante cumplir con nuestras responsabilidades familiares y escolares o las promesas que hacemos.

Algunas responsabilidades en la familia, escuela, iglesia, comunidad o barrio que debemos recordar son:

- 1 Ser honesta, honesto, decir la verdad y escuchar a las demás personas.
- 2 Cuidarnos y pedir ayuda ante situaciones que pongan en riesgo nuestra vida.
- 3 Respetar y ayudar a las personas mayores, en sillas de ruedas o que necesitan de nuestra ayuda.
- 4 Ir a la escuela y hacer las tareas.
- 5 Bañarnos y lavarnos las manos.

Ejercicio 1: "Escribo Mis Responsabilidades"

Escribí otras responsabilidades que tenés en cada una de las letras que conforman la siguiente palabra:

R

E

S

P

O

N

S

A

B

I

L

I

Dedicar más tiempo a las clases y menos a las redes sociales

A

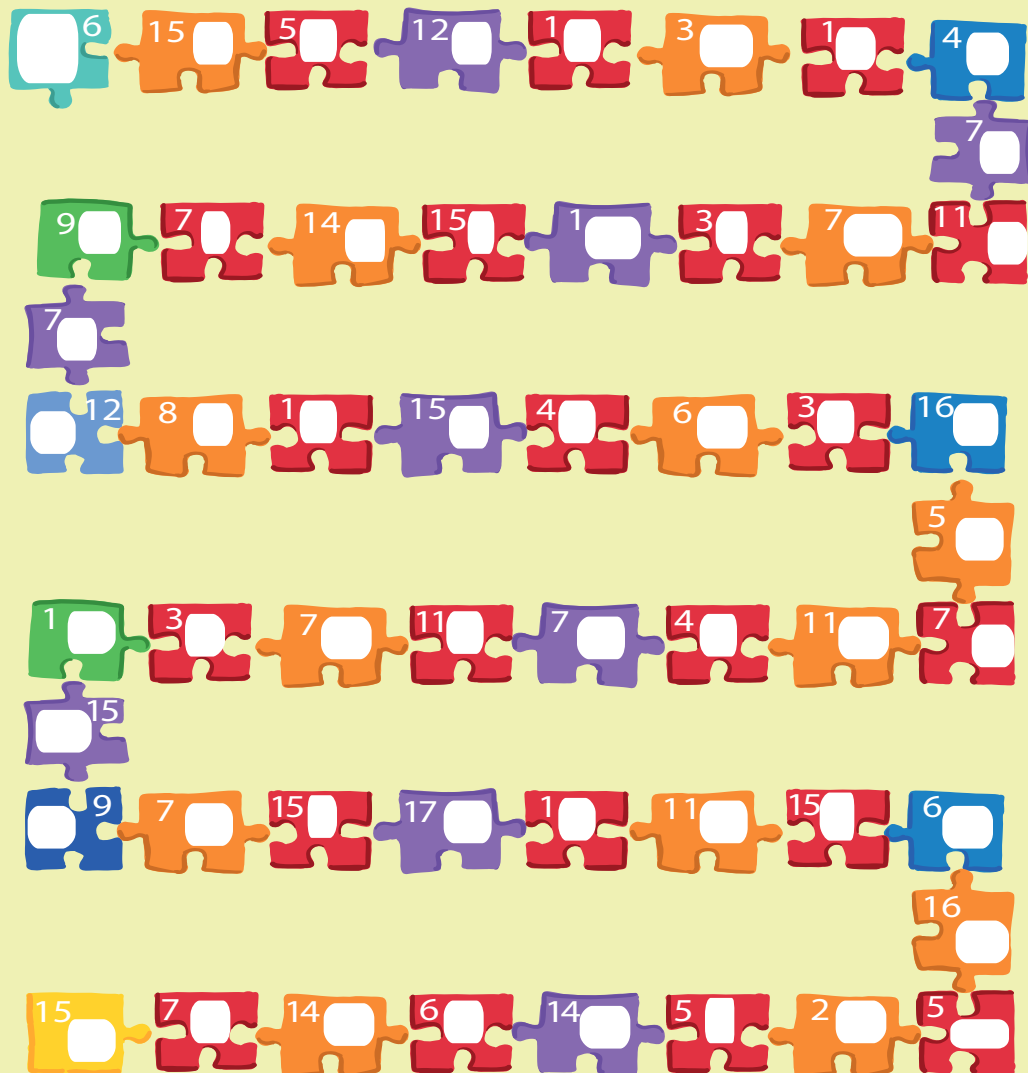
D



¡Bien
hecho!

Ejercicio 2: "Descubro La Frase"

Descubrí cuál es la frase escondida colocando en cada número la letra correspondiente.



- | | |
|------|------|
| 1=O | 11=N |
| 15=S | 8=H |
| 4=T | 9=R |
| 6=A | 12=C |
| 2=L | 13=F |
| 14=D | 10=Z |
| 7=E | 3=M |
| 5=I | 16=B |
| 17=P | |

¿La descubriste?
Anotala para que
no la olvides

Frase correcta: Así como tenemos derechos, también tenemos responsabilidades.



Responsabilidades

Ejercicio Práctico

"Cumpló Mis Responsabilidades"



Anotá cuál de todas las responsabilidades es la que menos realizás.

¿Ya la anotaste? Ahora, proponete practicarla todos los días hasta que lleguemos a la próxima sesión. Tratá de anotarla en un lugar donde podás verla y no la olvidés.

Recordá marcar en el camino la sesión que acabás de pasar.

¡Nos vemos pronto! 😊

Anotá Cómo Te Fue Practicando La Responsabilidad



Así Como Tenemos Derechos,
También Tenemos Responsabilidades Que
Debemos Cumplir

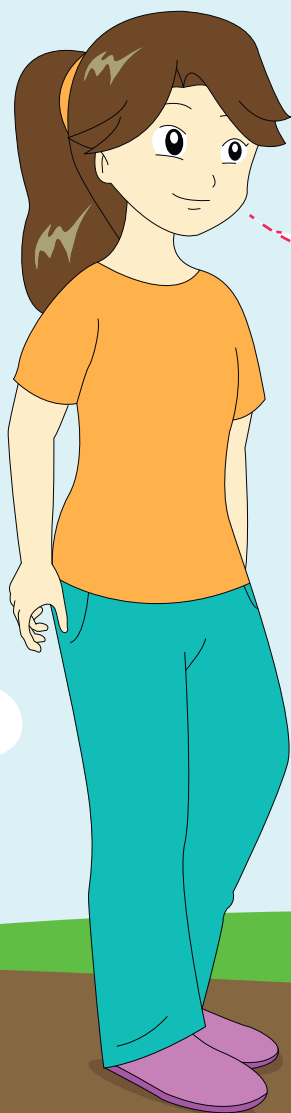


ABRIENDO CAMINOS DE
PROTECCIÓN Y TERNURA

Módulo



Cuido mi Sexualidad con
Ternura y Planifico mi Vida



Las sesiones de
este módulo son:

♥ Sesión 1:

Todas y todos somos iguales

♥ Sesión 2:

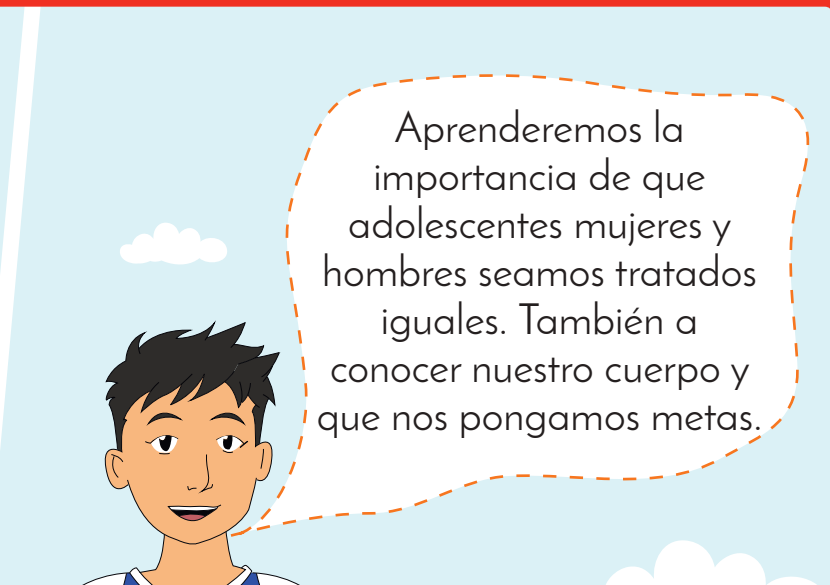
Mi sexualidad ¿Qué es y
cómo la cuido con ternura?

♥ Sesión 3:

Tengo planes para mi vida



Antonio,
¿qué
aprenderemos
en el Módulo
II?



Aprenderemos la
importancia de que
adolescentes mujeres y
hombres seamos tratados
iguales. También a
conocer nuestro cuerpo y
que nos pongamos metas.



¡Qué bien!
¿Y sabes qué?
Queremos presentarte
a una amiga y
un amigo.



Y yo soy
Alberto.



¡Hola! Yo soy
Selena.

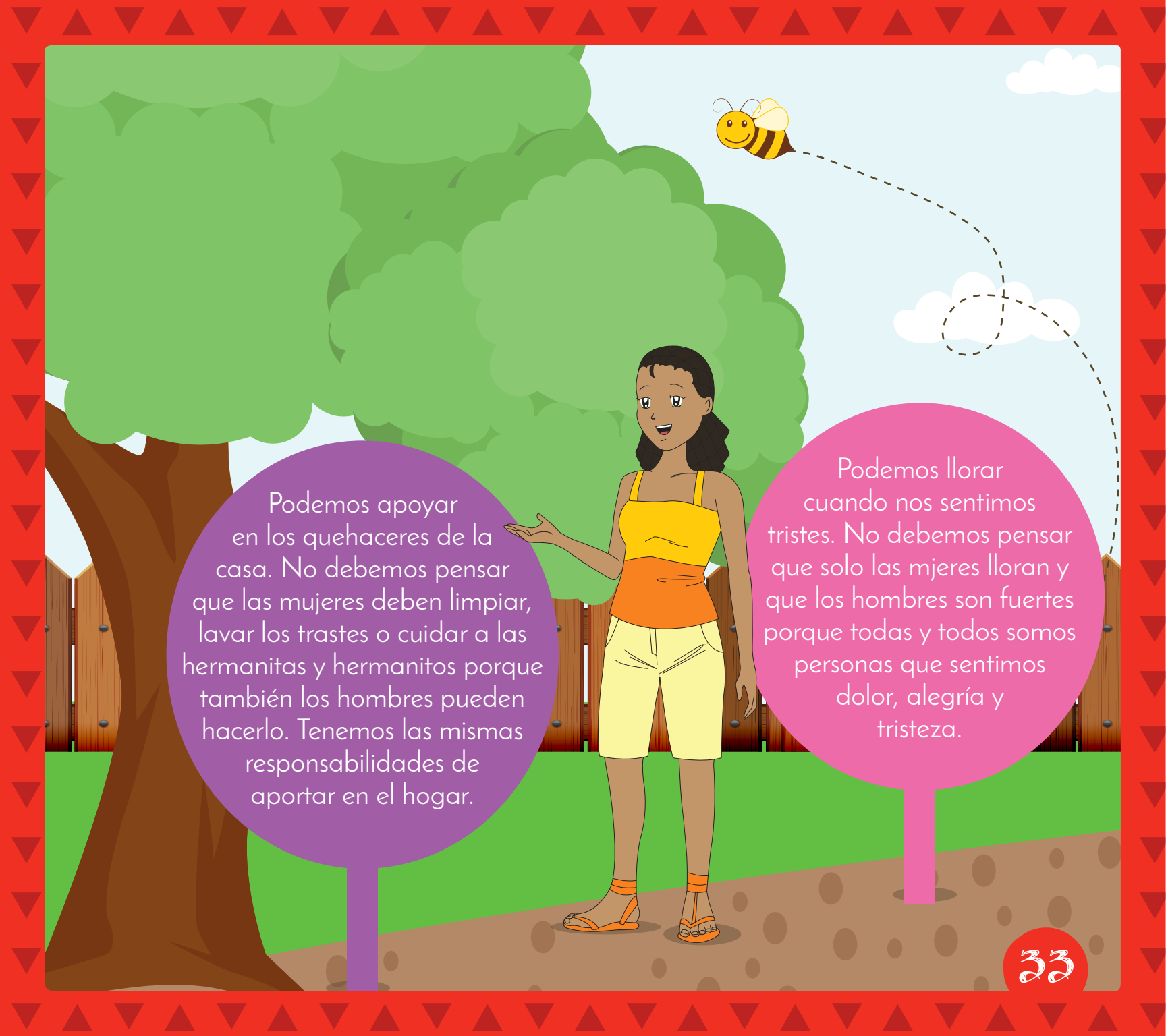
Sesión 1

Todas y Todos Somos Iguales

Recordemos que tanto mujeres
como hombres:

Podemos usar
todos los colores
que queramos, el
color rosado no es solo
para mujeres ni el color
celeste solo para
hombres, son colores
para todas y
todos.

Podemos jugar
fútbol, béisbol o
cualquier otro deporte o
juego. No debemos decir
que las mujeres juegan
deportes más débiles y los
hombres deportes más
fuertes o pesados. Todas y
todos podemos jugar el
deporte que más nos
guste.



Podemos apoyar
en los quehaceres de la
casa. No debemos pensar
que las mujeres deben limpiar,
lavar los trastes o cuidar a las
hermanitas y hermanitos porque
también los hombres pueden
hacerlo. Tenemos las mismas
responsabilidades de
aportar en el hogar.

Podemos llorar
cuando nos sentimos
tristes. No debemos pensar
que solo las mjerres lloran y
que los hombres son fuertes
porque todas y todos somos
personas que sentimos
dolor, alegría y
tristeza.

Ejercicio 1: "Verdadero O Falso"

En las siguientes oraciones, escribí "V" cuando consideres que la oración es verdadera o escribí "F" cuando consideres que es falsa

1

Las mujeres no pueden participar en todos los deportes porque algunos son más difíciles

4

Solo las mujeres pueden tener la nota más alta en el aula

7

Solo las mujeres deben ser fieles, los hombres pueden tener muchas parejas

2

Las mujeres y los hombres pueden elegir la carrera universitaria que quieran

5

Los hombres son los que deben tener el control en una relación de pareja

8

Los hombres no deben limpiar ni lavar su ropa, los quehaceres de la casa solo son para mujeres

3

El líder en el aula de clases debe ser siempre una mujer porque son más inteligentes

6

Las mujeres y los hombres tienen los mismos sentimientos y emociones

9

Los hombres que lloran son débiles

10

Las mujeres y los hombres tienen los mismos derechos y responsabilidades

1.F 2.V 3.F 4.F 5.F 6.V 7.F 8.F 9.F 10.V
Respuestas correctas:



¡Bien hecho!

Ejercicio 2: "El Crucigrama De La Igualdad"

Completa el crucigrama

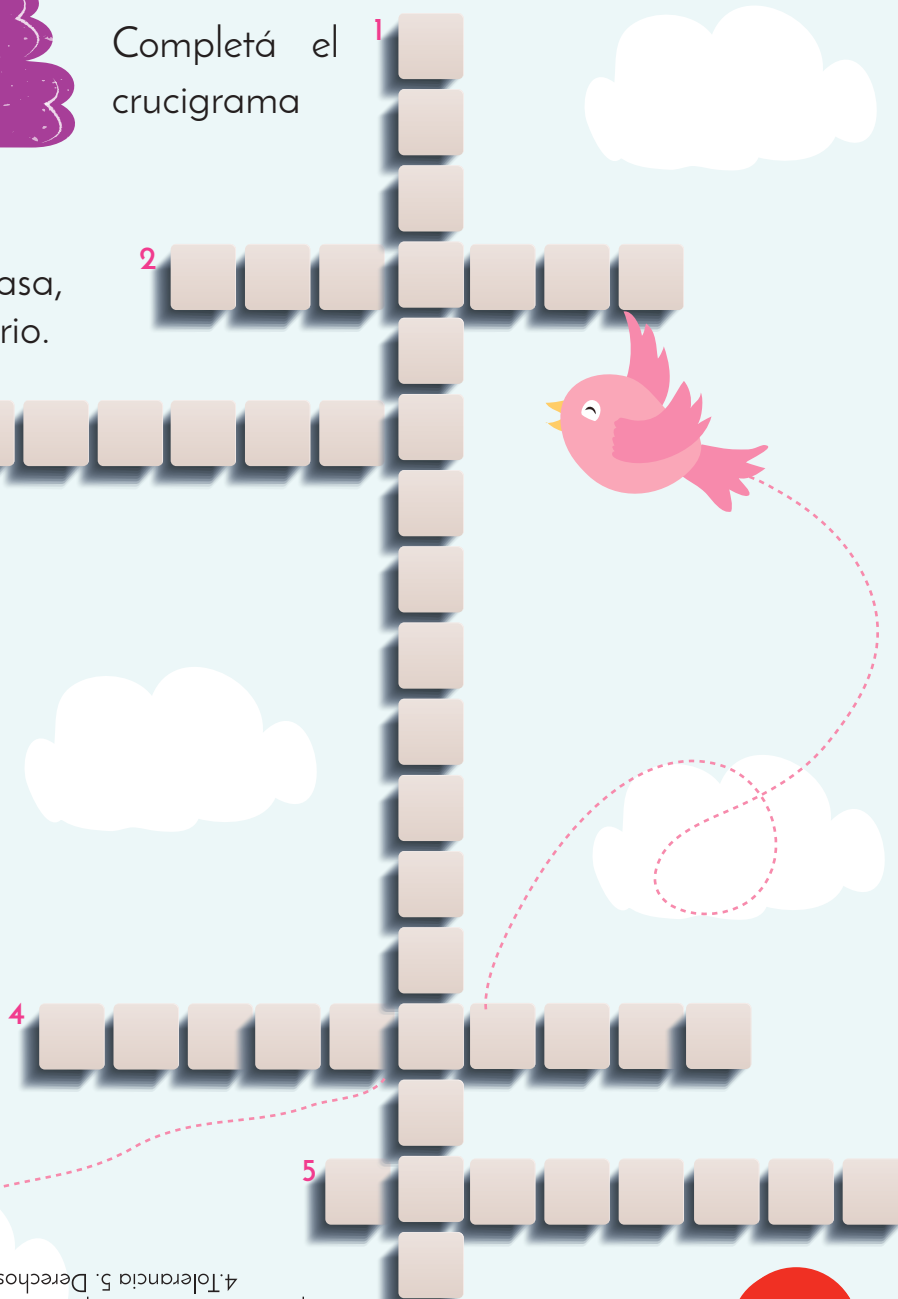
Abajo

1. Las que debemos cumplir en la casa, la escuela, la comunidad o el barrio.

Cruzada

2. Cuando acepto que todas las personas somos diferentes y las trato bien estoy practicando el...
3. Cuando entendemos algo o alguien según las circunstancias que se viven.
4. Cuando respetamos las opiniones, ideas o actitudes de las demás personas aunque sean diferentes a las nuestras.
5. Los tenemos todas las personas y nos protegen.

Respuestas correctas:
1. Responsabilidades 2. Respeto 3. Comprensión
4. Tolerancia 5. Derechos.



Igualdad

Ejercicio Práctico

"Uso Mi Voz Por La Igualdad"

Promové y habla de la igualdad en todos los espacios donde veás que no se da. Recordá algunas de las oraciones del ejercicio 1. Vos podés

Regresá al camino y marcá la sesión que estás terminando.

¡Hasta la próxima sesión! 😊

Anotá Cómo Te Fue Usando Tu Voz Por La Igualdad

Recordá Que Adolescentes Debemos
Ser Tratadas Y Tratados Por Igual



Sesión 2

Mi Sexualidad ¿Qué Es Y Cómo La Cuido con Ternura?

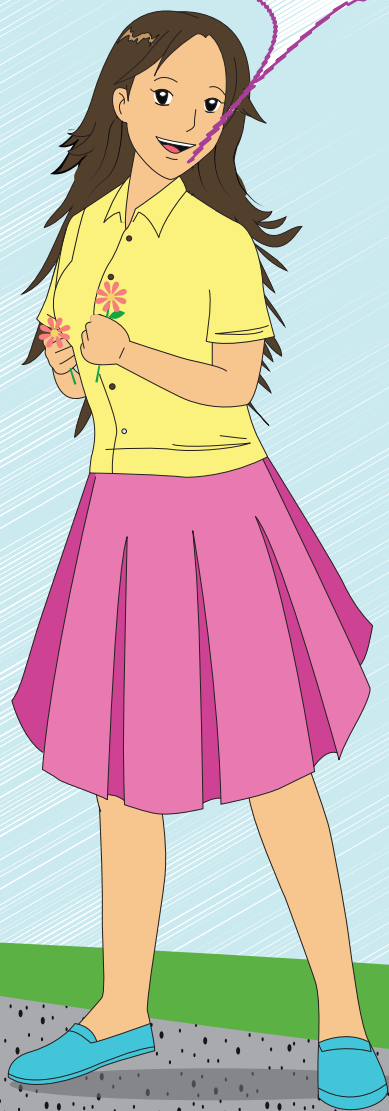
La sexualidad es conocer nuestro cuerpo, nuestros sentimientos y emociones, es como nos relacionamos con las demás personas y con todo lo que nos rodea, es la forma de vestirnos, movernos y expresarnos.

Según el Código de la Niñez y la Adolescencia, considera como adolescentes a los que se encuentren entre los 13 años cumplidos y los 18 años no cumplidos.

En esta etapa, las personas crecemos física, emocional y mentalmente para pasar de ser niña o niño, a una persona adolescente. La adolescencia se divide en: adolescencia media y adolescencia tardía.



A continuación, algunas características:



Adolescencia media

-  Finalizan algunos cambios de las características sexuales secundarias, por ejemplo: vellos en las partes íntimas, axilas y cara (en el caso de los hombres).
-  Continúa la búsqueda de la propia identidad, más preocupación por diferenciarse de las personas adultas (en la forma de hablar, de vestirse y de ser).
-  Establecen relaciones de amistad con personas de ambos sexos, a veces con mayor intimidad.

Adolescencia tardía

-  En esta etapa se han completado los cambios físicos para pasar a la etapa de la juventud.
-  Son capaces de identificar y definir su vocación y plan de vida, así como lo que necesitan para alcanzarlo.
-  Es posible que en este momento se establezcan las primeras relaciones de noviazgo más estables.

Ejercicio 1: "Antes y Ahora"

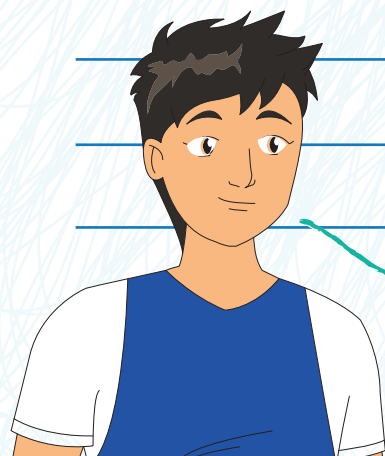
Escribí qué cambios has notado desde hace dos años en tu cuerpo, forma de vestir, forma de ser y de expresarte

Cuerpo

Forma De Vestir

Forma De Ser Y De
Expresarte

Anotá cómo te sentís con esos cambios:



¡Bien Hecho!

Ejercicio 2: "Selecciono Lo Que Pienso"

Colorea todo lo que puede hacer que termine una relación de noviazgo.

Jugar
béisbol

El novio o la
novia quiere
controlar lo
que el otro
hace

El novio
o la novia
exige que
hagan cosas
que el otro no
quiere

No decir la
verdad y
ocultar
información

Peleas muy
seguidas y
sin motivo

Incomprensión

Desconfianza

Cantar

Irrespeto
entre la
pareja

Escribí cómo podrías establecer
relaciones de noviazgos basadas en la
ternura

← ♥ →
¡Excelentes ideas!

Si tenés una novia o un novio o estás pensando
tener, recordá que no deben existir elementos
negativos que promuevan noviazgos peligrosos.

Elegí bien, elijamos relaciones de noviazgos
basadas en la ternura.





Sexualidad

Ejercicio Práctico

"Reflexiono Y Decido"



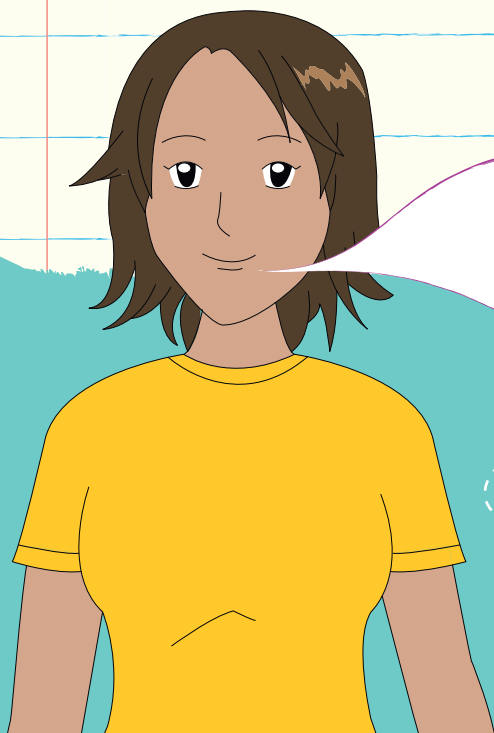
Si tenés una novia o un novio hacé una lista con las características que tiene. Luego compará si son similares o diferentes a lo que escribiste en el ejercicio anterior (relaciones de noviazgo basadas en la ternura). Reflexioná si eso que escribiste te hace sentir bien y respetada o respetado. Si no es así, terminá esa relación de la mejor manera. Elegí estar bien.

Si no tenés novia o novio, pero te gusta alguien, también podés hacer una lista con las características y cualidades que tiene y seguí los mismos pasos. Vos también podés elegir estar bien.

Si no te gusta nadie, podés hablarle del tema a tus amigas y amigos para que puedan elegir relaciones de noviazgo basadas en la ternura.

Lista de Características y Cualidades

Anotá Qué Elegiste Después De La Reflexión Y
Comparación De Características Y Cualidades



Vivamos Una Sexualidad
Sana Y Responsable.

Andá al camino y marcá la sesión que
acabás de terminar.

Nos vemos pronto



Sesión 3

Tengo Planes Para Mi Vida

Un plan de vida nos ayuda a tener siempre presente lo que queremos lograr o cumplir cuando seamos grandes, cuando tengamos más edad o seamos mayores.

Un plan de vida tiene que ver con nuestros sueños, nos orienta en cada paso y con cada decisión que tomemos. Algunas de las preguntas que podemos hacernos para iniciar un plan de vida son: ¿Con qué tipo de personas quiero relacionarme? ¿A qué edad quiero terminar mi bachillerato? ¿Qué carrera quiero estudiar? ¿Cuáles son las personas que pueden ayudarme? ¿Qué quiero cambiar? entre otras.

Para cumplir estos planes o sueños, nos debemos proponer metas y pensar en los recursos que necesitamos para, poco a poco, irnos acercando a ellos hasta alcanzarlos.



Mirá este ejemplo:

Meta:

- 1 Pasar el año.
- 2 Asistir a clases.
- 3 Hacer las tareas

PLAN DE VIDA:

Ser una profesora

Ser un
Enfermero

Recursos:

- 1 Apoyo de mi familia.
- 2 Querer lograr la meta.
- 3 Cuadernos y lápices para hacer las tareas.

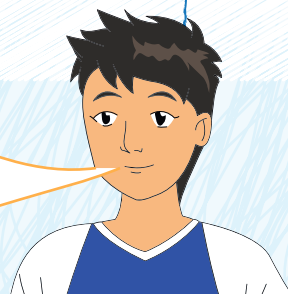
Ejercicio 1: "Hago Mi Plan De Vida"

Hacé tu plan de vida tomando en cuenta lo que aprendiste en la sesión. Pensá en eso que querés ser cuando seás mayor de edad, cuando tengas 25 años o más para tu bienestar.

Herramienta para construir un plan de vida

Ámbito de nuestras vida	 Meta	Tiempo a cumplir 	¿Qué necesito? 
Personal			
Familiar			
Escolar			
Social			

¡Muy bien! Gran plan de vida.



Ejercicio 2: "Pienso En Las Ventajas Y Las Consecuencias"

Leé las siguientes situaciones y escribí las ventajas y las consecuencias que podrían tener estos adolescentes en su plan de vida si eligen el camino correcto o equivocado.

Luis tiene 15 años, desea ser ingeniero y quiere tener relaciones sexuales con su novia Martha de 14 años de edad.

¿Qué puede pasar con su plan de vida?

Juan quiere terminar su bachillerato, prefiere abstenerse de tener relaciones sexuales aunque su novia Karla se lo proponga

¿Qué puede pasar con su plan de vida?

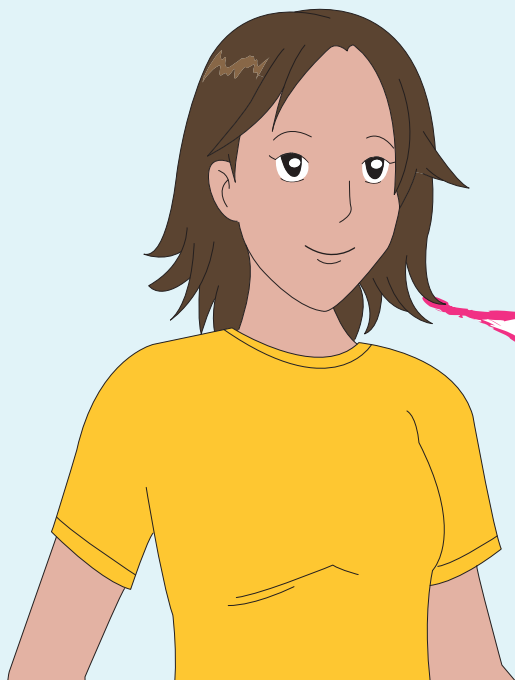


Alicia quiere continuar en la escuela, aunque no le guste mucho

¿Qué puede pasar con su plan de vida?

Aurora últimamente se sale de clases, no hace las tareas, ha dejado 4 clases

¿Qué puede pasar con su plan de vida?



¡Bien hecho!

¡Vos elegís el futuro que querés! Pensemos en positivo, actuemos en positivo.



Metas

Ejercicio Práctico

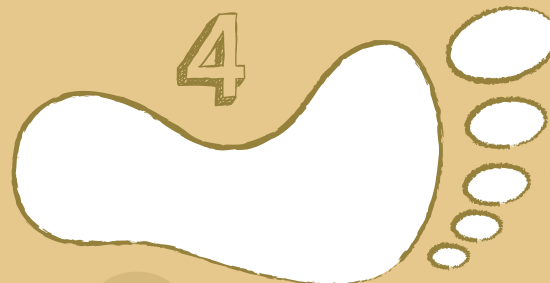
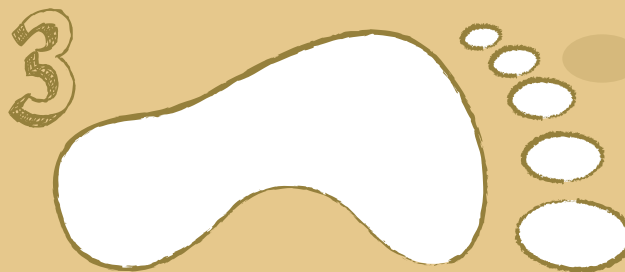
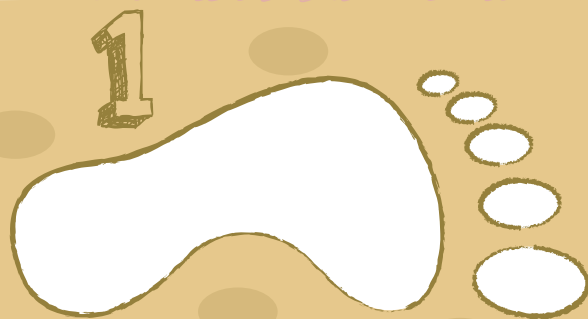
"Cumpla Una De Mis Metas"



Elegí una de las metas que te planteaste en el ejercicio 1 de esta sesión y colocá los pasos para cumplirla. Colorea el paso por el que vas a empezar esta semana.

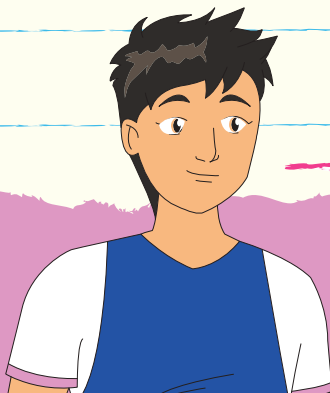
¡Podés iniciar desde ya con los pasos! Siempre recordá buscar el apoyo y los recursos que necesitéis.

Andá al camino y marcá la sesión que acabás de terminar.



Nos vemos pronto 😊

Anotá Cómo Te Fue Cumpliendo Tu Meta

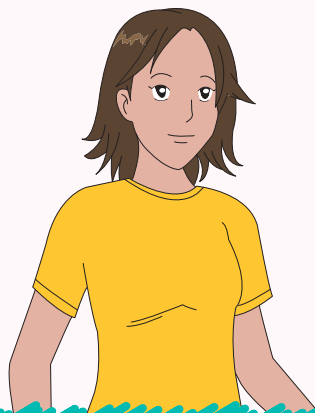


Recordá Lo Importante De Ponernos Metas Y De Planificar Para Cumplirlas.



ABRIENDO CAMINOS DE
PROTECCIÓN Y TERNURA

Módulo



Vivo en un Ambiente de
Paz y Ternura



Las sesiones de
este módulo son:

♥ Sesión 1:

Convivo en Armonía
y Ternura

♥ Sesión 2:

Resuelvo desacuerdos de manera
amigable

♥ Sesión 3:

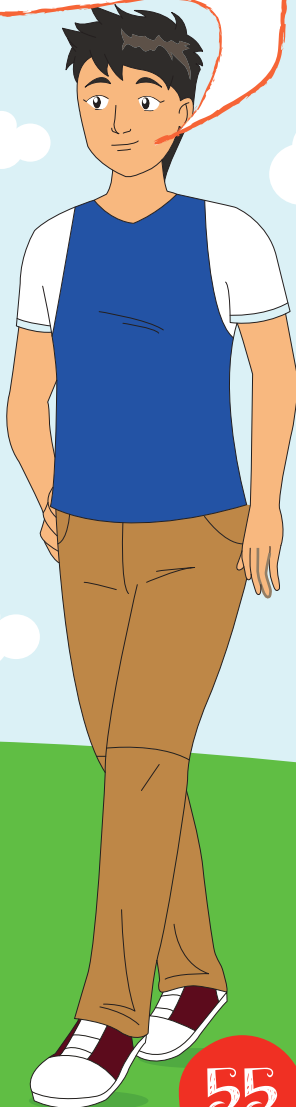
Digo No al bullyin y Sí a la
ternura



Alberto, ¿qué
aprenderemos en el
Módulo III?



Aprenderemos la
importancia de que
adolescentes nos
llevemos bien,
resolvamos desacuerdos,
no hagamos bullying y
lo denunciemos.



Continuemos leyendo
para ver qué nos trae
este módulo.

Sesión 1

Convivo en Armonía y Ternura

La convivencia es llevarnos bien con las demás personas, para eso, debemos cumplir algunas normas de convivencia con ternura en diferentes lugares, como la casa, la escuela, la iglesia, la comunidad o el barrio.

En la casa

- 👍 Demos los buenos días o buenas noches, despedirnos y también saludar cuando llegamos a casa.
- 👍 Siempre que necesitemos algo, pidámoslo prestado.
- 👍 Apoyemos a nuestros familiares en los quehaceres del hogar.





En la escuela

- 👍 Pidamos la palabra sin interrumpir y esperar nuestro turno.
- 👍 Respetemos las diferencias y las opiniones de las demás personas.
- 👍 Entreguemos los útiles escolares que no sean de nosotras y nosotros.
- 👍 Ayudemos a los demás cuando lo necesiten.

En la iglesia,
comunidad o barrio

- 👍 Ayudemos a las personas mayores en caso que nos necesiten.
- 👍 No rayemos ni pintemos los muros o paredes de las casas o de cualquier otro lugar.
- 👍 Cuidemos el medio ambiente. Es importante que botemos la basura en su lugar.

NO OLVIDÉS DECIR



Ejercicio 1: "Mi Receta De La Convivencia Con Ternura"

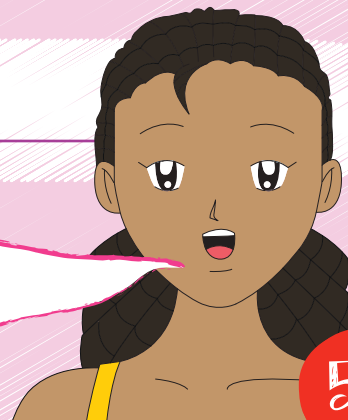
Creá una receta de la convivencia con ternura con todos los ingredientes que prefirás. Esperamos que te quede muy rico tu plato.



Una cucharadita de buen trato

¿Cuál es el nombre de tu receta? Escríbilo y compártilo con la persona que elijás.

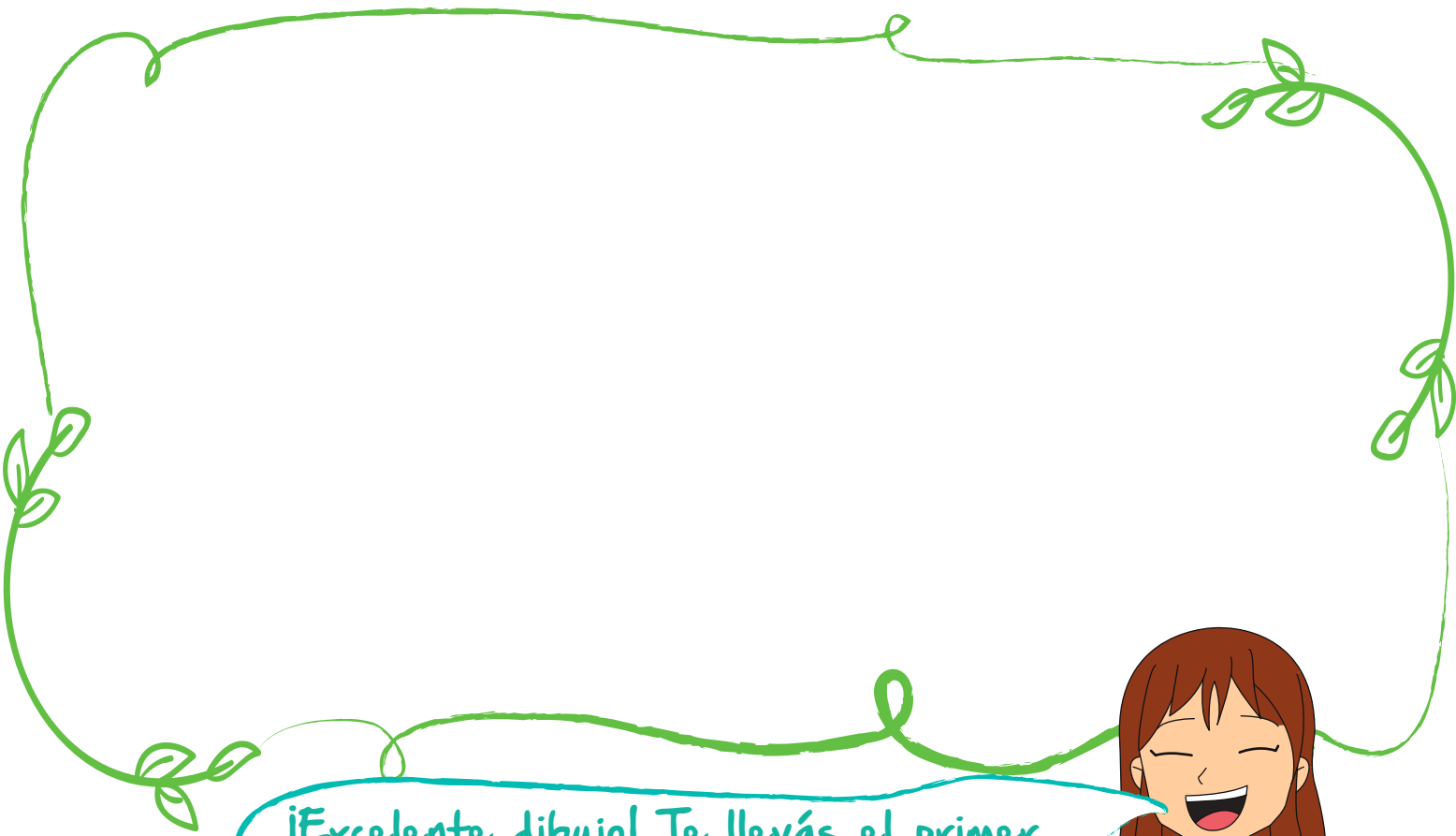
¡Así Se Hace!



Ejercicio 2: "Mi Dibujo De La Convivencia Con Ternura"

Imaginá que estás en una competencia de dibujos. Dibujá lo mejor que podás algo que demuestre

la convivencia con ternura, puede ser en tu familia, tu escuela, el medio ambiente, tu iglesia, tu comunidad o barrio o lo que voselijás. ¡Manos a la obra!



¡Excelente dibujo! Te llevás el primer lugar en esta competencia.

Convivencia

Ejercicio Práctico

"Mi Norma De Convivencia Con Ternura"



Elegí la norma de convivencia con ternura que menos practicás.

¿Cuál? _____

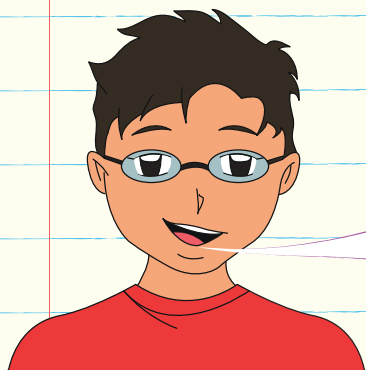
Ahora ponela en práctica todos los días hasta la próxima sesión. Dejá pistas en tu casa o tu escuela que te hagan recordarla.

Regresá al camino y marcá la sesión que acabás de terminar.

¡Hasta la próxima!



Anotá Cómo Te Fue Practicando La Norma
Que Elegiste



Recordá Que Debemos Llevarnos
Bien Con Las Y Los Demás

Sesión 2

Resuelvo Desacuerdos De Manera Amigable

Algunas ideas de cómo
podemos resolver los
desacuerdos:



Comunicarnos
tranquilamente, sin gritar.



Querer y respetar a las y
los demás.



Aprender a trabajar en
equipo con los demás.



Decir lo que sentimos.

Un desacuerdo es cuando no pensamos o actuamos igual que las demás personas, ya sea con nuestra familia, amigas, amigos, compañeras, compañeros o vecinos.

Los desacuerdos no son malos ni buenos. Nos pueden ayudar a comprender lo que piensan y sienten los demás, tomando en cuenta que todas y todos somos diferentes.



Ejercicio 1: "Me Comunico Asertivamente"

Tendrás una columna de comunicación pasiva y agresiva. A la par de cada una, escribí cómo cambiarías esa situación poniendo en práctica la comunicación asertiva y afectiva.

Comunicación Pasiva	Comunicación Asertiva Y Afectiva
Mis compañeros de clase siempre me exigen que borre la pizarra. No quiero hacerlo, pero de todas maneras les diré que lo haré.	
Juan me empujó por gusto cuando íbamos al parque. Ni siquiera le dije que me había lastimado porque no quería problemas.	
No participo en el grupo de deporte porque mis amigos dicen que no soy buena y creo que tienen razón. Mejor no lo intento.	

Comunicación Agresiva

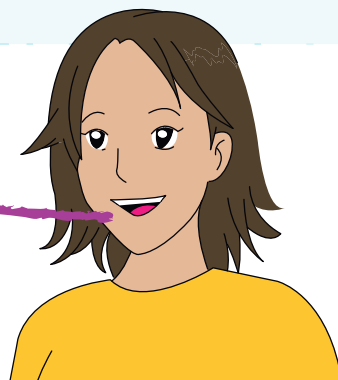
Hoy en el colegio le grité a mi amigo porque cortó varias hojas de mi cuaderno sin haber pedido permiso.

Le grité a mi hermano que estoy harta de que ponga música a todo volumen cuando estoy estudiando.

Obligué a mi amiga Karla que me hiciera la investigación de historia. Le dije que lo tenía que hacer porque yo soy la que mando.

Comunicación Asertiva Y Afectiva

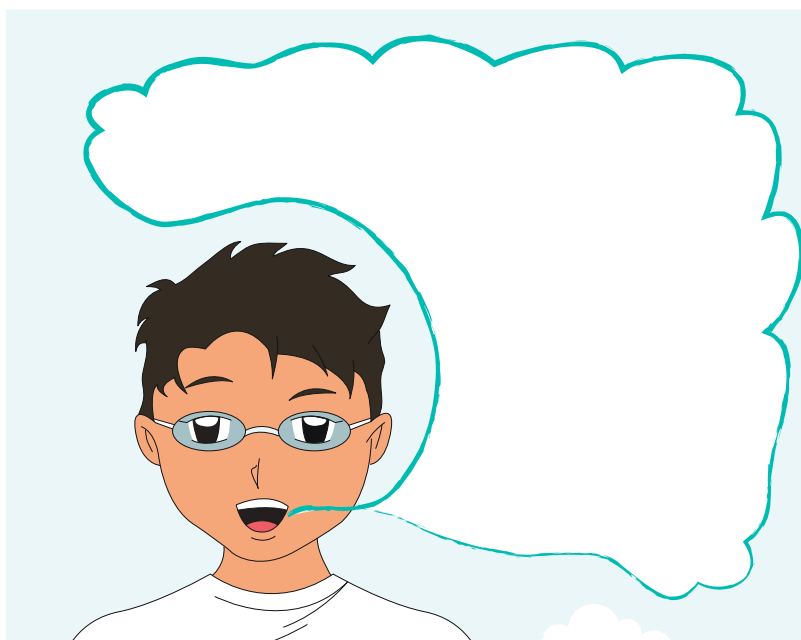
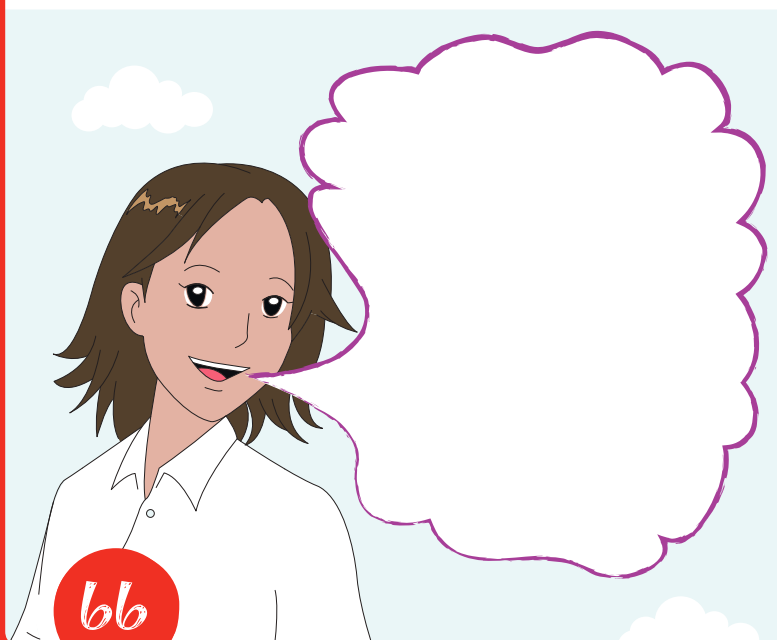
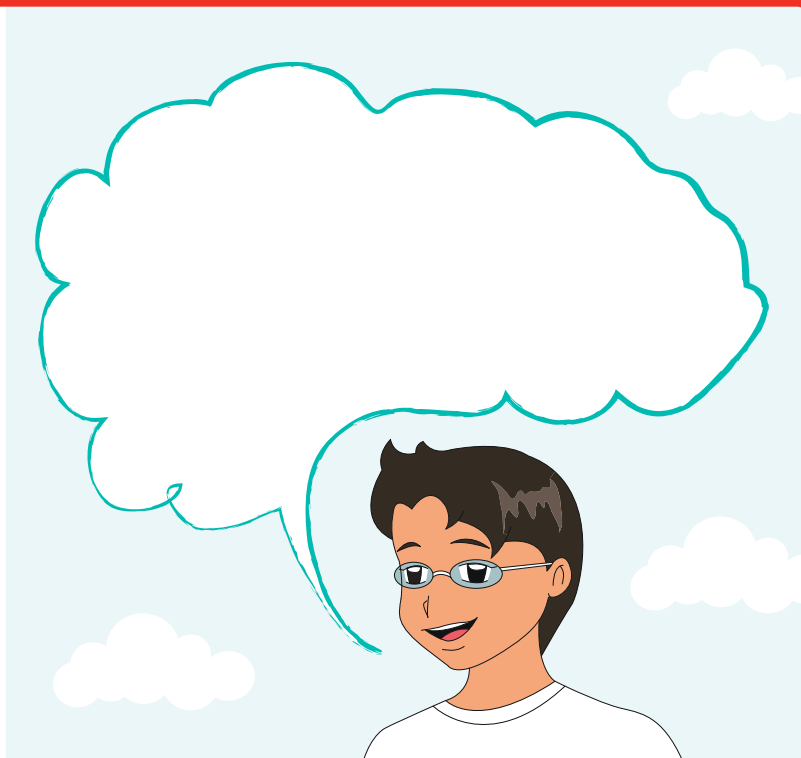
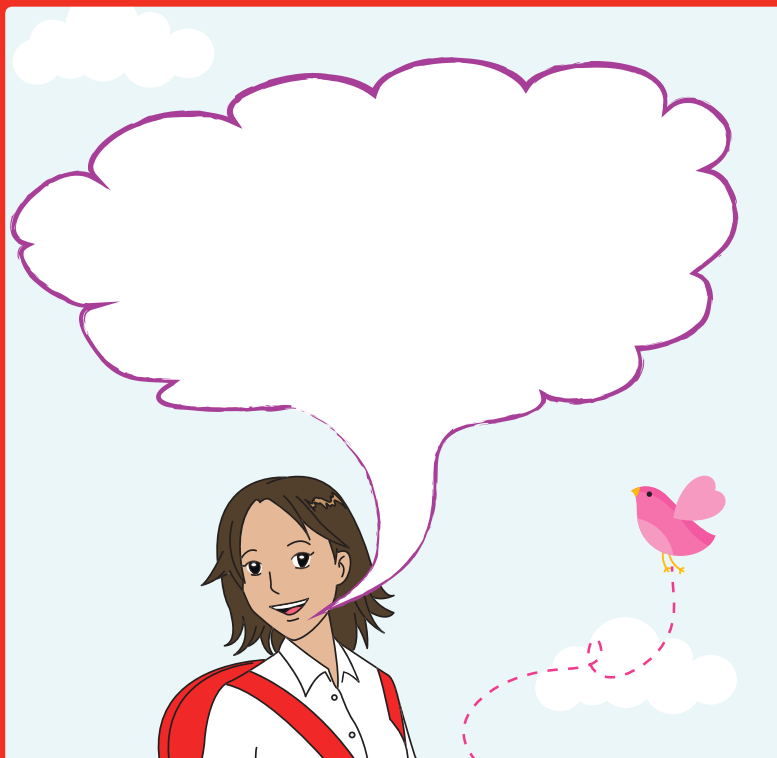
¡Felicidades!
Así se hace.

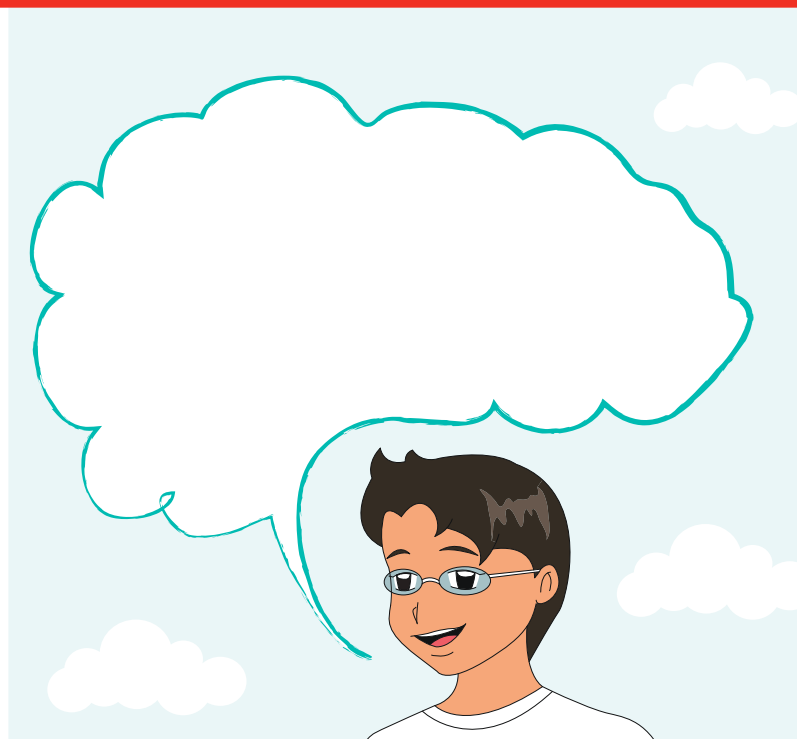
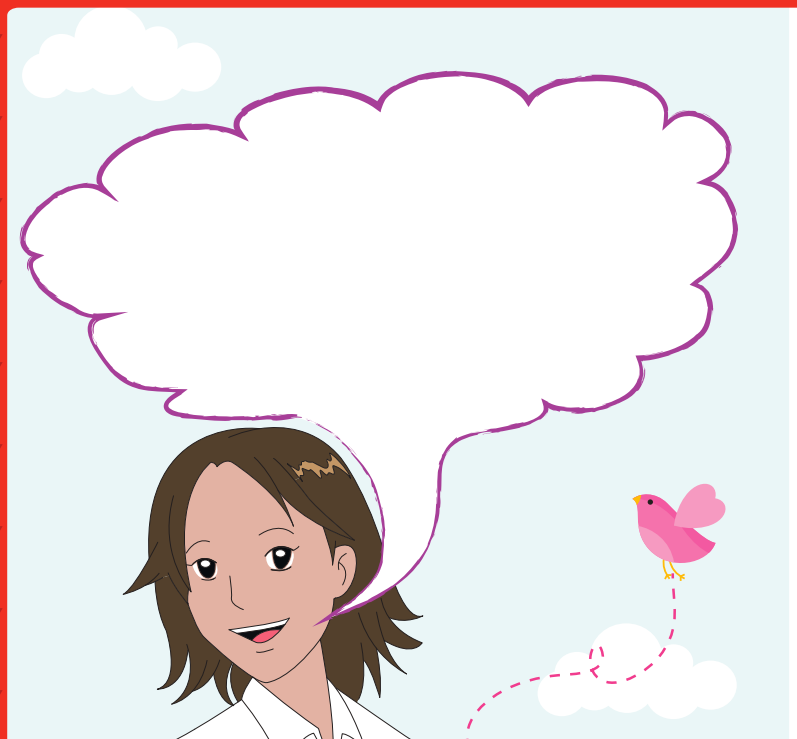


Ejercicio 2: Construyo Mi Propia Historieta Resolviendo Desacuerdos

Usá tu gran imaginación y creá entre los personajes una situación donde se ponga en práctica la negociación y resolución de desacuerdos. Podés usar las nubes de diálogo para escribir la situación y crear una historieta. Te dejo un ejemplo con Walkiria y Antonio.



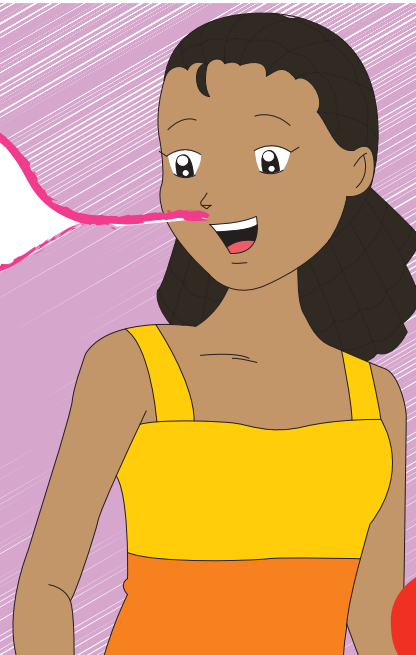




Podés hacer el diálogo tan largo
como querás. Al final, podés
compartir tu historieta con quien
vos elijás.



¡Muy bien! Buena
negociación y decisión.



Amistad

Ejercicio Práctico

"Me Comunico Amigablemente"



Desde hoy, hasta la próxima sesión, poné en práctica la comunicación asertiva y afectiva, haciendo lo siguiente:

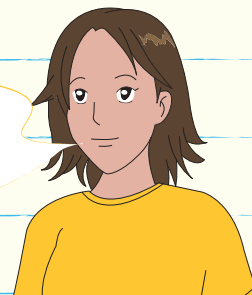
- ♥ Cuando se presente un desacuerdo, seré una de las y los que dé una solución de manera positiva.
- ♥ Evitar decir palabras que hagan sentir mal a las y los demás.

Antes de seguir, andá al camino y marcá la sesión que estás terminando.

¡Nos vemos pronto! 😊

Anotá Cómo Te Fue Comunicándote Amigablemente

Hablemos Y Escuchemos A Las Demás
Personas Con Respeto, Seamos Asertivas
Y Asertivos



Sesión 3

Digo No al bullying y Sí a la ternura



El bullying es agredir, humillar, inventar cosas feas, hacer sentir mal a alguien, ignorar, causar miedo a otras y otros adolescentes de forma repetida, es decir, todos los días.

El bullying empieza en la escuela, pero puede seguir en el internet, el celular, en el barrio o la comunidad.





El bullying, hace mucho daño y debemos detenerlo.

¿Qué podemos hacer para detenerlo? Veamos lo siguiente.

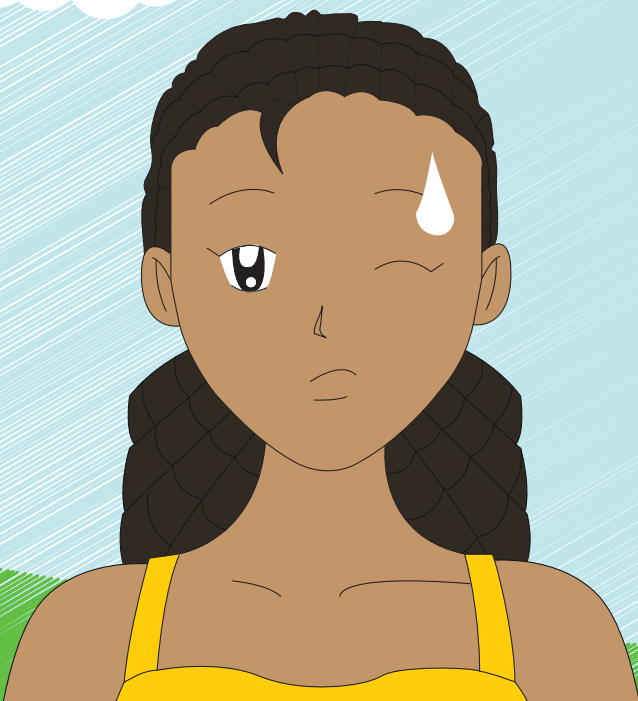
- ▶ No te quedés callada o callado.
- ▶ No hagás daño a nadie por ser diferente a vos.
- ▶ Pedí ayuda cuando sepás que están molestando a otra u otro adolescentes.
- ▶ Pedí que en tu escuela hablen sobre bullying para que todas y todos aprendan sobre eso.
- ▶ Llamá a la línea 133 del MIFAN para denunciar un caso de bullying.
- ▶ Compartí la información que aprendiste con tus familiares, amigas y amigos de tu escuela, iglesia, comunidad o barrio para ayudar a detener el bullying.

Ejercicio 1: "Reflexiono Con Historias De La Vida"

Conozcamos la historia de Selena, una historia como muchas.

Selena es una adolescente de 14 años que vive en la Comunidad San José desde hace 6 meses. Ella estudia en el instituto de esa misma comunidad y está ubicado a unas 6 cuadras de su casa. Cursa noveno grado y es nueva en el instituto, pues antes vivía en la comunidad Las Lomas.

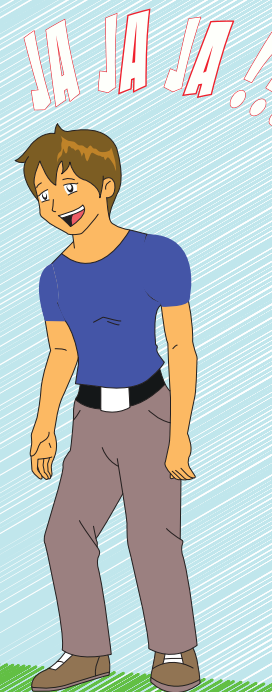
A Selena le gusta estudiar mucho, es tímida y no le gusta salir. En el recreo, hace algunas tareas que les dejan en clases para avanzar. Pero hace unas semanas, se ha sentido muy triste porque unas compañeras de su clase todos los días le dejan papelitos en su silla diciendo que es una fea y amargada, que no quieren a nadie que venga de otra comunidad. Todos los días al salir del instituto le gritan que se vaya porque tampoco quieren a las chavalas que estudian mucho.





Algunas veces, sus compañeras y compañeros no la dejan andar en el patio del instituto porque dicen que ella no merece estudiar en el instituto y tampoco usar el patio. Otras veces, la esperan después de clases para tirarla y botarle sus cuadernos. Se los dejan sucios, le rompen las hojas y también se burlan de ella.

Selena ya no quiere ir a la escuela, está bajando sus notas y no quiere hablar con nadie. No quiere estudiar y dice que no quiere tener amigos, compañeros y compañeras nunca más.



✓ ¿Pensás que es una historia muy extraña? ¿O sucede muy seguido?

✓ Si fueras compañera o compañero de Selena, qué harías si sabés que le hacen bullying?

✓ ¿Conocés personas que hagan cosas así?

✓ Imaginá un buen final, donde todo termine bien. ¿Cómo sería?

✓ ¿Qué consecuencias negativas puede tener lo ocurrido para Selena?



¡Muy buenas respuestas!

Ejercicio 2: "Cuánto Sé Acerca Del Bullying"

Encerrá la respuesta que considerás correcta en cada situación.



- 1 Un grupo de amigos y amigas tuyos molesta siempre a uno de tus compañeros de clases. Le hacen bromas pesadas, lo empujan al salir de la escuela, le quitan sus cosas. Vos...
- a Ves la situación pero no te metés; no estás de acuerdo con este tipo de actitudes.
 - b Te unís a tus amigos. Si no lo hacés podrías quedar fuera del grupo.
 - c Intervenís cuando esto pasa, pidiendo a tus amigos que dejen de hacerlo porque no está bien.
- 2 Uno de tus compañeros de clase habló con todos los profesores y le contó que una amiga está sufriendo el maltrato de algunos compañeros ¿Qué pensás?
- a Creo que es un soplón que va con el cuento a los profesores.
 - b Me parece necesario en este caso pedir ayuda a un adulto.
 - c Me parece que si la amiga necesita ayuda debe pedirla ella misma. Los de afuera no debemos meternos



3 Para vos el bullying es...

- a Algo normal que pasa mientras crecemos.
- b Una broma, un juego.
- c Es un abuso y causa dolor.

4 A diario, tus compañeros te molestan y te amenazan con golpearte si no hacés lo que ellos dicen. Vos...

- a Le contás a tu papá, mamá o a una persona de confianza para que te ayuden.
- b Te aislás, hacés de cuenta que no importa.
- c Agredés a tus compañeros y muchas veces terminás a los golpes con ellos.

5 ¿A quién afecta el bullying?

- a A los niños, niñas o adolescentes que sufren el bullying
- b A los niños, niñas o adolescentes que lo ven, los testigos.
- c A los que atacan.
- d A todos.

6 ¿Cuáles son algunas de las consecuencias del bullying? (marca todas las que correspondan)

- a Sentir miedo.
- b Abandonar la escuela.
- c Bajas calificaciones.
- d No tiene consecuencias.



6 ¿Qué puedo hacer para parar el bullying? (marca todas las que correspondan).

- a Quedarme callado y mirar para otro lado.
- b Junto a mis compañeros y compañeras, decirle al agresor que pare.
- c Decirle al maestro o a algún adulto de la escuela.
- d Decirle a mi papá y mamá.

Respuestas correctas y puntajes

- 1. c (1 punto)
- 2. c (1 punto)
- 3. c (1 punto)
- 4. a (1 punto)
- 5. d (1 punto)
- 6. a, b, c (3 puntos)
- 7. b, c, d, e (4 puntos)

Si tenés:

4 puntos: Podés leer nuevamente la cartilla y reflexionar sobre el tema.

8 puntos: Podés leer nuevamente tu cartilla junto con tus familiares, amigas y amigos. Sabés mucho sobre Bullying.

12 puntos: Sos una o un adolescente que previene el Bullying. Seguí así y pasá a tus familiares, amigas y amigos lo que aprendiste de la sesión y de tu cartilla.





Bullying

Ejercicio Práctico

"Mi Pacto Contra El Bullying"



Realizá tu pacto contra el Bullying y compartilo con tus amigas y amigos para que hagan un pacto también.

Yo puedo ayudar a detener el bullying en mi escuela o instituto. Aquí está mi compromiso:

-  **No me quedaré callada o callado.** Cuando vea a una niña, niño, preadolescente o adolescente que esté siendo humillada o lastimada, diré algo. Voy a hablar sobre bullying con mis amigos y los adultos que forman parte de mi vida para que todo el mundo sepa que molestar a otras y otros está mal.
-  **Seré un modelo a seguir.** Con lo que haga cada día, voy a demostrar que podemos convivir en la escuela, resolviendo nuestros desacuerdos de forma pacífica. No voy a maltratar o excluir a nadie ni voy a contar rumores en persona o a través del celular, computadora o tablet.



¿Qué otras agregarías?

Parar el bullying empieza por nosotras y nosotros mismos. Firmar este pacto puede cambiar mi vida y la de otra persona. Lo voy a compartir a mis amigos, amigas y familiares para **¡No quedarme callada o callado ante el bullying!**

Nombre: _____

Firma: _____

Fecha: _____

Marcá en el camino la sesión que acabás de pasar.

Anotá Cómo Te Fue Con Tu Pacto

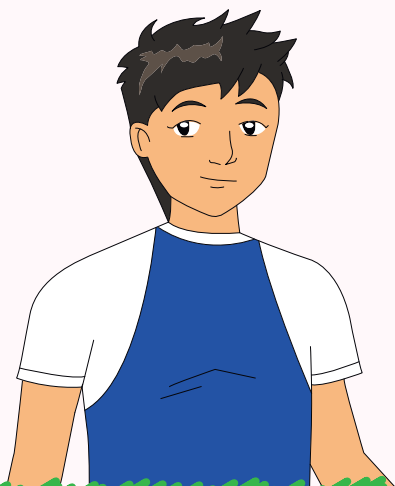


Recordá Que
Adolescentes Decimos
"No Al Bullying"



ABRIENDO CAMINOS DE
PROTECCIÓN Y TERNURA

Módulo



IV

Me protejo en
mi entorno



Las sesiones de este módulo son:

🔊 **Sesión 1:**

Identifico el peligro y me protejo

🔊 **Sesión 2:**

Prevengo la trata de personas

🔊 **Sesión 3:**

Hago uso seguro de las redes sociales y la tecnología digital



Antonio ¿Qué
aprenderemos
en el Módulo
IV?

The illustration shows a woman with short brown hair, wearing a yellow t-shirt and purple pants, standing on the left. She is looking towards a man on the right. The man has dark hair and is wearing a blue tank top over a white t-shirt and brown pants. He is looking back at the woman. They are in a room with a light blue wall and a window with blue and white diagonal stripes. A brown door is behind the woman. The floor is a light tan color. The entire scene is framed by a red border with a repeating triangle pattern.

Aprenderemos a
autoprotegernos
del peligro,
prevenir la trata de
personas y hacer
buen uso de las
redes sociales y la
tecnología digital.

Sesión 1

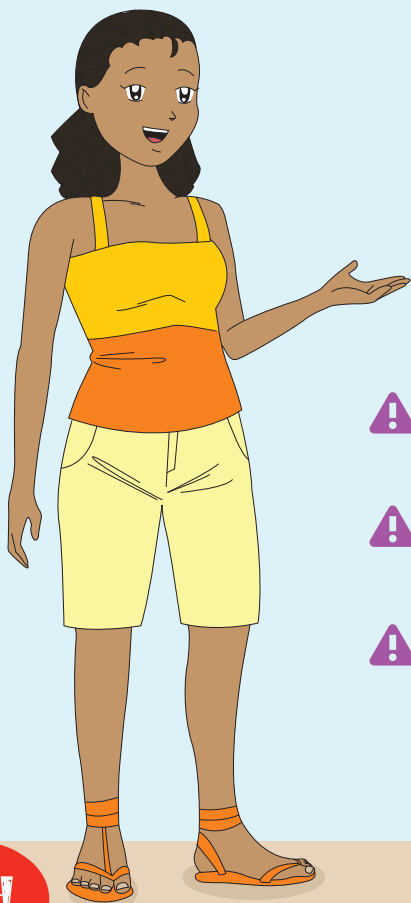
Identifico el peligro y me protejo

¿Qué son los factores de peligro?

Es cuando algo o alguien puede dañar nuestro cuerpo, nuestras emociones y sentimientos. Entre esos factores de peligro podemos encontrar personas, lugares y situaciones. Veamos de qué se trata cada una.

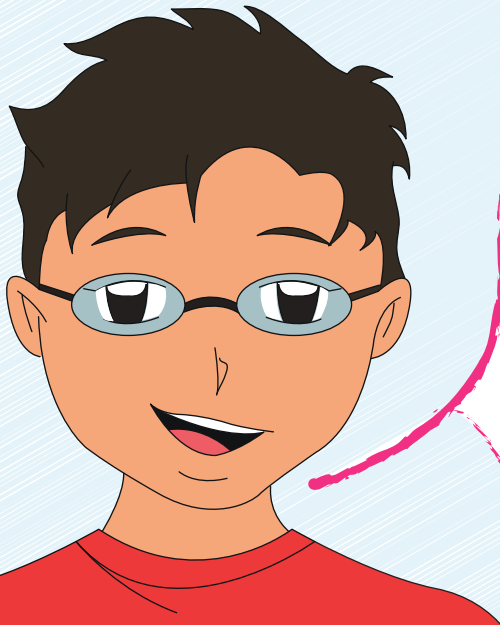
Personas de peligro

- ! Personas que nos hacen sentir incómodas e incómodos porque miran y tocan nuestro cuerpo.
- ! Personas que nos maltratan, gritan y dicen cosas que nos hacen sentir mal.
- ! Personas que nos piden guardar secretos malos, que nos hacen sentir incómodas o incómodos. **Por ejemplo:** “no le digás a nadie que te di este regalo”, “no le digás a nadie lo que pasó”.



Lugares de peligro

- ⚠ **En la casa:** lugares solitarios como cuartos o baños al fondo de los patios.
- ⚠ **En la escuela:** Lugares solitarios, lugares alejados de las aulas y a veces, los servicios sanitarios.
- ⚠ **En la comunidad o barrio:** callejones, parques solitarios, sin luz o con poca luz, bares, billares, puestos de traga monedas, mercados, canchas y aéreas verdes solitarias, casas, locales o esquinas de consumo de alcohol y drogas.



Situaciones de peligro

Algunas son:
Bullying, maltrato físico,
maltrato emocional, abuso
sexual, trata de personas,
alcoholismo y drogadicción.



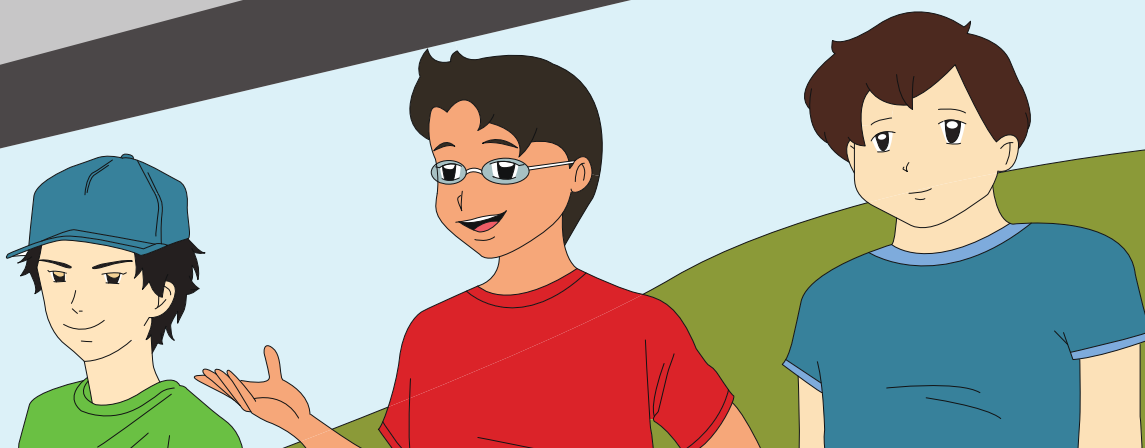
Para Protegernos

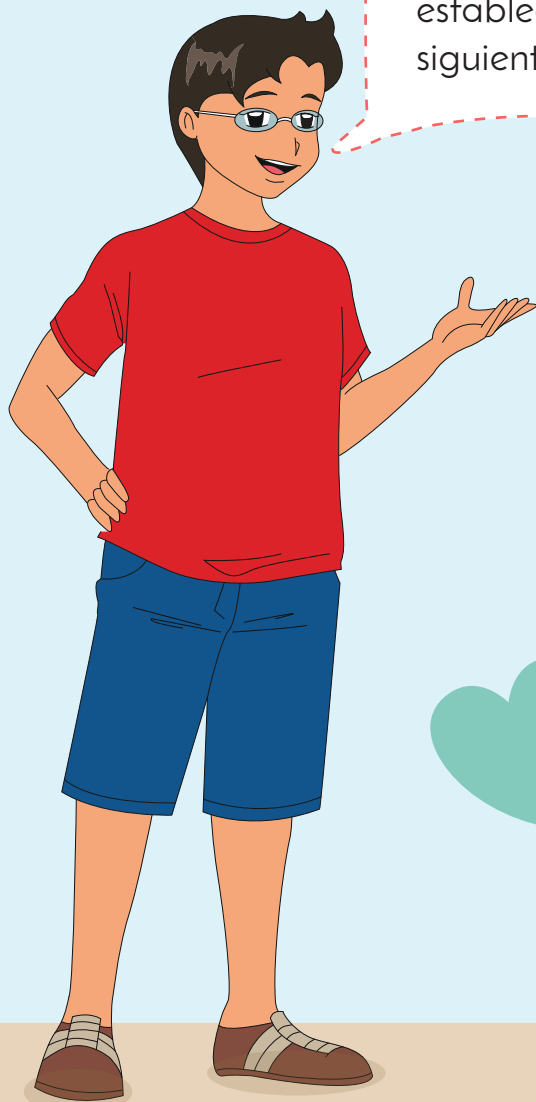
Para protegernos ante los peligros, contamos con lo siguiente:

La Autoprotección

Es una forma de cuidarnos y mantenernos a salvo, de sentirnos seguras y seguros, libres de personas, lugares y situaciones de peligro.

La autoprotección también es conocer las partes privadas de nuestro cuerpo, las cuales son las que no mostramos a los demás, que están debajo de nuestra ropa y que NADIE debe tocar.





Debemos establecer la autoprotección como una actividad que debemos realizarla día a día para protegernos y establecerlas como hábitos o rutinas. Tomemos en cuenta los siguientes elementos que podemos retomar para protegernos:

Pensemos de manera positiva de nosotras y nosotros mismos. Por ejemplo: Soy inteligente, soy importante, yo puedo, soy buena o bueno para las manualidades.

Pensemos que no es nuestra culpa si se dan este tipo de situaciones, no debemos avergonzarnos ni dejar que nos pidan nada a cambio, nosotras y nosotros no tenemos responsabilidad ante las cosas malas que nos hacen.



Identifiquemos las personas, lugares y situaciones de peligro.

Mantengámonos alejadas y alejados de las personas, lugares y situaciones de peligro.

No guardemos secretos con personas que nos hacen sentir mal y nos dicen que no le contemos a nadie.

Identifiquemos a personas de confianza. Es importante tener memorizado el número de celular de nuestra persona de confianza.



Digámosle a nuestra persona de confianza cuando algo o alguien nos hace sentir mal, incómodas o incómodos.



Tengamos amigas o amigos que no nos ofrecen alcohol o drogas, que respetan nuestras decisiones, que no nos dicen que hagamos cosas malas, como rayar las paredes, tirar piedras, matar los animales o cometer otros delitos.

Conozcamos los lugares seguros de nuestra casa, escuela, iglesia y comunidad o barrio.

No hablemos con desconocidos o desconocidas en la calle, por el celular o por internet.

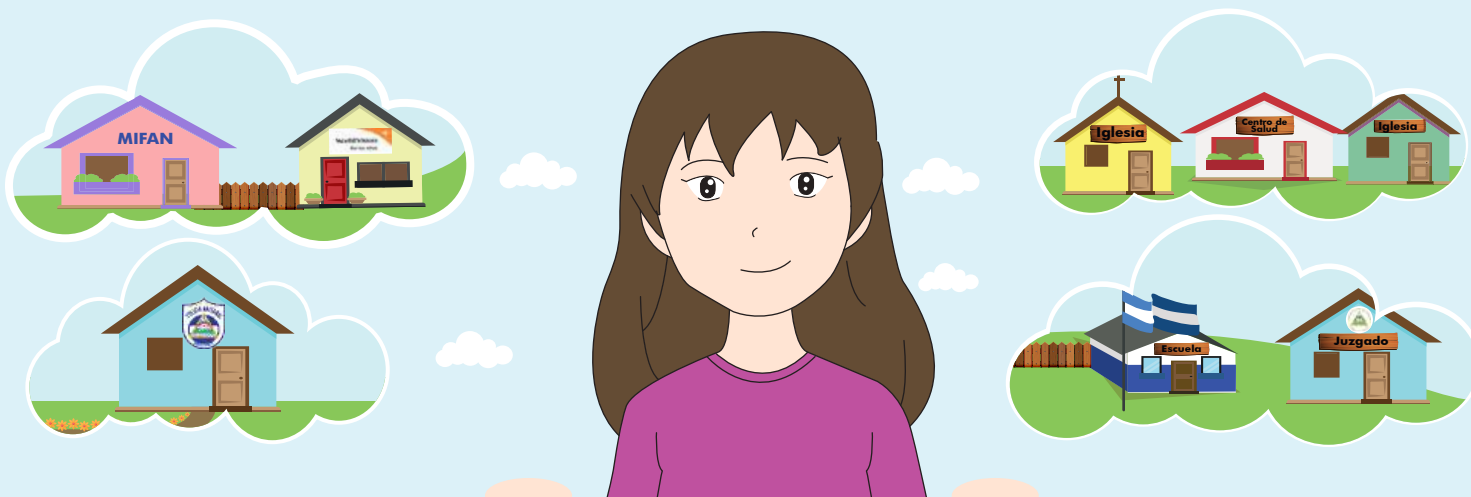
No debemos hacerle caso a personas desconocidas que nos ofrecen llevarnos a casa en algún vehículo (carro, moto, carreta, bicicleta, caballo, otros).



Personas Que Nos Protegen

Puede ser nuestra persona de confianza, que es quien nos demuestra respeto, cariño y confianza. Alguien que nos escucha y a quien podemos contarle nuestras cosas, alguien que no toca nuestro cuerpo y no nos pide guardar secretos que nos hacen sentir mal o hace que nos sintamos incómodas o incómodos, es alguien que se preocupa por nuestro bienestar.

La persona de confianza puede ser nuestra mamá o nuestro papá, una tía o un tío, nuestro profesor o profesora, nuestro abuelito o abuelita o a quienes nosotras y nosotros elijamos.



Lugares Que Nos Protegen

Los lugares donde nos protegen son aquellos donde nos tratan bien, nos sentimos cómodas o cómodos, donde hay personas que nos escuchan, nos enseñan sobre el autocuidado y la convivencia, donde no corremos riesgos porque nos cuidan y garantizan el cumplimiento de nuestros derechos. Estos lugares pueden ser:

- ♥ Nuestro hogar
- ♥ La escuela
- ♥ La iglesia
- ♥ Instituciones como el MIFAN, POLICÍA NACIONAL, MINED, MINSA, Instituto de Medicina Legal y Juzgados.
- ♥ Otras organizaciones.



Si en algún momento nos sentimos en peligro o alguien nos hizo daño, debemos hacer lo siguiente:



- ▶ Gritar
- ▶ Correr
- ▶ Buscar un lugar donde hayan personas que puedan ayudarnos.
- ▶ Contarle a una persona de confianza.
- ▶ Si nos cuesta decir las cosas, podemos escribirlas y entregarle la nota a nuestra persona de confianza.
- ▶ No guardar secretos que nos hagan sentir mal.
- ▶ No sentirnos culpables.
- ▶ No hablar con desconocidas o desconocidos.
- ▶ Llamar a la línea 133 del Ministerio de la Familia o al 118 de la Policía Nacional.
- ▶ Llamar al 128 de la Cruz Roja Nicaragüense.
- ▶ Llamar al 115 de los Bomberos.
- ▶ Llamar al número de nuestra persona de confianza.



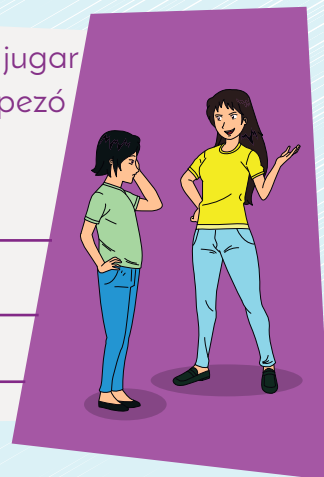
Ejercicio 1: "¿Qué Debo Hacer?"

Te presentamos algunas situaciones de nuestras amigas y amigos, Juan, Karla, Luis y Ana. Ellas y ellos necesitan que les ayudes escribiendo qué pueden hacer ante algunas situaciones.



Juan tiene 15 años. Si alguien conocido o desconocido intenta tocar las partes privadas del cuerpo de Juan. ¿Qué debe hacer él y por qué?

Karla tiene 17 años. Ella se fue al parque que está en su barrio a jugar con sus amigos. Una persona que no conoce se le acercó y le empezó a preguntar varias cosas. ¿Qué debe hacer ella y por qué?





Luis tiene 14 años y le gusta mucho el fútbol. Él y sus amigos quieren jugar un partido a las 5 de la tarde, pero la cancha de su comunidad queda alejada y oscura. ¿Qué deben hacer Luis y sus amigos? ¿Por qué?

Ana tiene 16 años y va al instituto de su comunidad. Los servicios sanitarios quedan un poco alejados de las aulas. Ella necesita ir a los servicios sanitarios antes de ir a su casa, pero como sonó el timbre de salida, casi todas sus compañeras y compañeros se fueron. ¿Qué debe hacer Ana? ¿Por qué?



¡Gracias por la ayuda! ¡Bien hecho!



Ejercicio 2: "Diagrama De Araña"

Dibujá una araña siguiendo estos pasos:

- 1 En el centro de la página hacé un círculo donde podás escribir tu nombre en grande que represente el cuerpo de la araña.
- 2 Luego dibujá las patas de la araña. Cada pata es una situación de peligro que enfrentás o podrías enfrentar en la casa, la escuela, la comunidad o el barrio.
- 3 Dibujale pies a la araña, que significarán las personas o instituciones a las que recurrís o podrías recurrir en busca de ayuda. Las personas que ayudan mucho se pueden ver dibujando un pie más grande.

La araña puede tener tantas patas como querás dibujar. ¡Adelante!





Protección

Ejercicio Práctico

"Me Protejo Del Peligro"

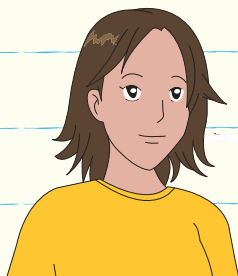


Cada vez que una persona quiera hacerte daño, te grite o quiera tocar las partes privadas de tu cuerpo vas a alejarte y contarle a una persona de confianza.

Recordá marcar en el camino esta sesión.

¡Nos vemos pronto! 😊

Anotá Cómo Te Fue Protegiéndote Del Peligro



Podemos Cuidarnos Del Peligro, Pero También Necesitamos Que Nos Cuiden

Sesión 2

Prevengo La Trata De Personas

¿Qué es la trata de personas?

Es cuando personas, llamadas tratantes, buscan engañar a otras personas para llevarlas a otro lugar y explotarlas sexual, laboral y económicamente o para vender sus órganos (corazón, riñones, hígado, otros).

¿Quiénes pueden ser las tratantes y los tratantes?

- ❓ Hombres y mujeres conocidos o desconocidos, jóvenes o adultos.
- ❓ Pueden vivir lejos o cerca de nuestros hogares.
- ❓ Pueden ser de otro país o de nuestro país.



¿Cómo podemos evitar la trata de persona?

- ▶ No hablemos con desconocidos ni les demos información de nuestra familia o de nosotras y nosotros mismos.
- ▶ No aceptemos regalos de personas desconocidas.
- ▶ No vayamos a ningún lugar sin decirle a nuestra mamá, papá o persona que nos cuide.
- ▶ Si nos sentimos en peligro debemos contarle a una persona de confianza.
- ▶ Debemos aprendernos el número de nuestra persona de confianza.
- ▶ Conocer del tema y compartir la información.
- ▶ Llamar a la línea 133 del MIFAN o al 118 de la Policía.

Ejercicio 1:

"Trata de personas, una historia para compartir"

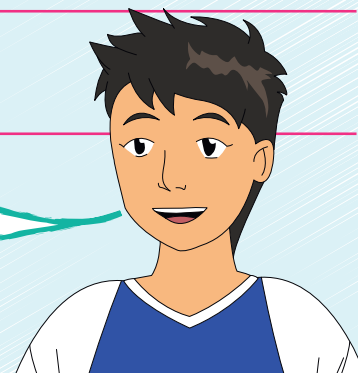
En este ejercicio, podés crear una historia acerca de la trata de personas. La historia debe tener un buen final, retomando las acciones para evitar la trata de personas. Hacé una historia que ayude a otras y otros adolescentes a reflexionar sobre este delito. **¡Manos a la obra!** Podés hacer tu historia con la persona que elijás.



Había una vez un muchacho de 15 años....



¡Muy buena historia! Compartila con todas tus amigas y amigos. ¡Vale la pena aprender y alertar a los demás!

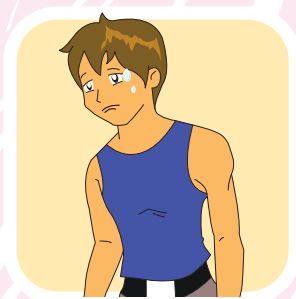


Ejercicio 2: "Identifico la ruta de la trata de personas"

Según lo que aprendiste en la sesión acerca de la ruta de la trata de personas, identificá cada paso y escribí si es engaño, traslado o explotación. ¡Empecemos!

















¡Muy bien! ¡Así se hace!



Prevengo

Ejercicio Práctico

"NO HABLO CON PERSONAS DESCONOCIDAS"



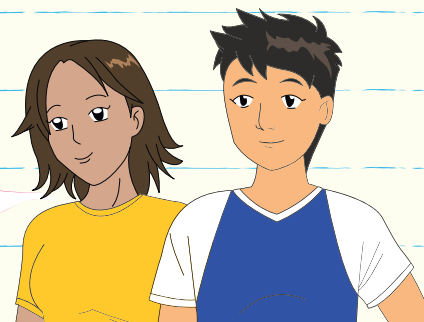
Cada vez que alguna persona desconocida se te acerque, te pida información, te ofrezca regalos sin ningún motivo, deberás huir y contarle a una persona de confianza.

Antes de finalizar esta sesión, andá marcarla al camino de aventura y aprendizaje.

¡Hasta otro día! 😊

Anotá cómo te fue cuidándote de
personas desconocidas

No hablemos ni confiemos en personas
que nos ofrecen cambiarnos la vida
fácilmente



Sesión 3

Hago Uso Seguro de las Redes Sociales y la Tecnología Digital



Las redes sociales y la tecnología digital tienen muchas ventajas, como:

9:02 am

- 👍 Acceso a información de cualquier tipo y noticias de todo el mundo.
- 👍 Comunicación en tiempo real y desde cualquier lugar.
- 👍 Sitios de entretenimiento.

9:04 am

Sin embargo, también existen riesgos de los que debemos prestar atención.

9:05 am



Conocé algunos a continuación:

9:06 am

Grooming o Ciberacoso sexual a niños, niñas y adolescentes:

Es cuando un adulto o adulta nos escribe por medio de las redes sociales o el celular para hacer amistad con nosotros y nosotras pero con malas intenciones. A este adulto o adulta se le llama acosador.

9:06 am

No usa su propia identidad, sino que se hace pasar por alguien de nuestra misma edad para ganar nuestra confianza fácilmente y tener control de nuestras emociones.

9:06 am



Vamping

Es cuando usamos el celular o la computadora hasta altas horas de la noche o la madrugada.

10:30 pm



Esto nos trae muchas consecuencias en las calificaciones escolares, la salud y la seguridad.

10:30 pm



Algunas acciones que podemos tomar en cuenta para estar seguros y seguras en las redes sociales y la tecnología digital son:



SIEMPRE

- 👍 Configuremos nuestro perfil en "PRIVADO", para que sólo nuestros amigos, amigas y familiares tengan acceso a nuestras fotos y publicaciones.
- 👍 Bloqueemos a cualquier persona que nos moleste en las redes sociales o a través del celular.
- 👍 Pensemos antes de publicar algo en las redes sociales o lo que vayamos a enviar en un mensaje de texto.

9:10 am

EVITEMOS

-  Brindar nuestros datos personales en redes sociales, menos a personas que no conocemos, pueden utilizarlos para crear cuentas falsas en Internet o para saber fácilmente quienes somos.
-  Aceptar solicitudes de amistad de personas que no conocemos, para sentirnos seguros y seguras al compartir nuestra información con amigos, amigas y familiares.
-  Aceptar ir a lugares que alguien desconocido en las redes sociales nos indique, puede ser una trampa para hacernos daño.

9:10 am



Ejercicio 1: "SÍ O NO"

Contestá SÍ o NO a las siguientes preguntas.

- 1 ¿Le darías tu número de celular a un adulto que acabás de ver en la calle? _____
- 2 ¿Le darías la dirección de tu casa a una persona que le gusta perseguir adolescentes para hacerles cosas malas? _____
- 3 ¿Regalarías muchas de tus fotos personales y familiares a todas las personas que se encuentran en un parque? _____
- 4 ¿Les darías fotos sexys a todas las personas que se encuentran en una fiesta, en la iglesia o en alguna plaza? _____
- 5 ¿Confiarías en una persona que se hace pasar por otra para dañarte o dañar a tus amigos y familiares? _____
- 6 ¿Le contarías tus secretos, esos que no querés que nadie sepa, a una persona que acabás de conocer en el parque y que sabés que puede contarle tus secretos a todo el mundo? _____
- 7 ¿Te sentirías bien si alguna de tus amigas o amigos pusiera una foto tuya donde mostrás partes de tu cuerpo en la puerta de la escuela, la iglesia, el salón de clases y en otros lugares públicos? _____

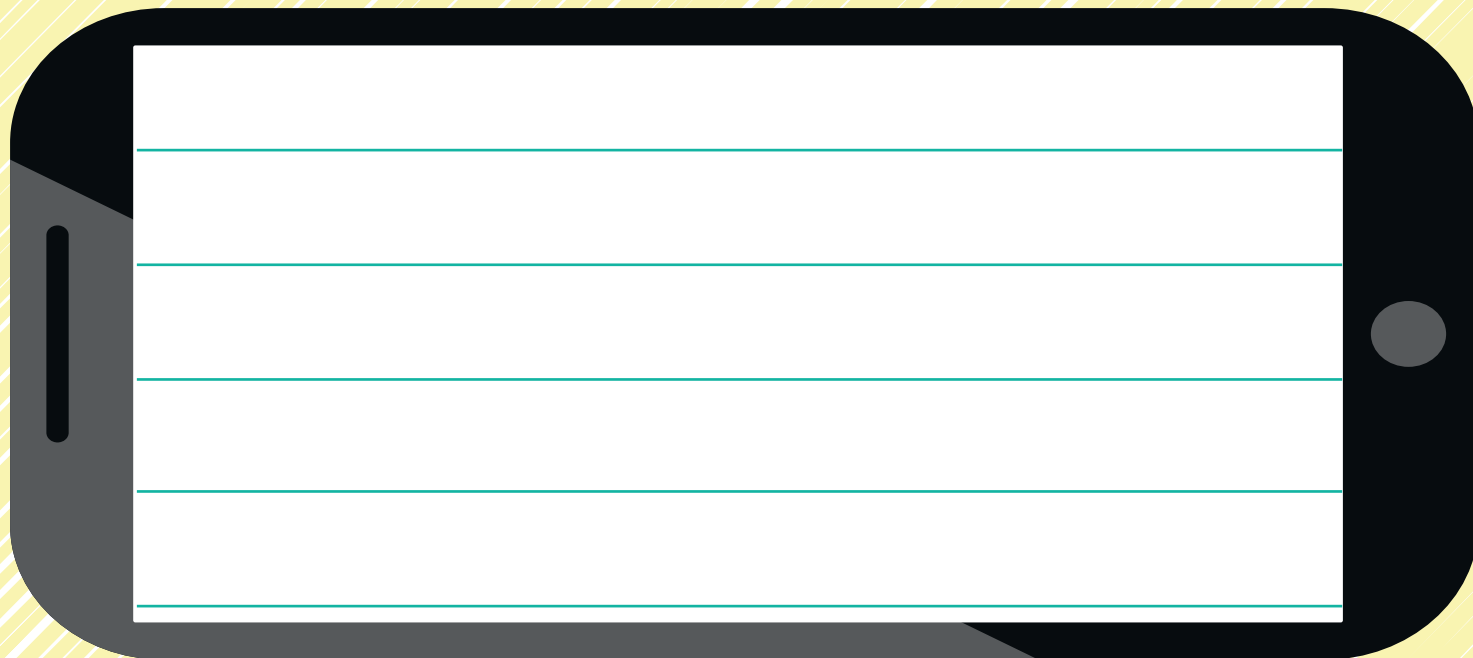
¿Cuántos SÍ y cuántos NO tenés?

SÍ

NO

De todas las preguntas anteriores, ¿cuántas hacés en las redes sociales? ¿Cuántas veces? ¿Con cuántas personas?

Reflexioná en base a tus respuestas y escribí las diferencias y semejanzas que existen entre hablar con desconocidos en las redes sociales y hablar con desconocidos en la calle o en cualquiera lugar.



¡Felicidades! Muy buena reflexión.

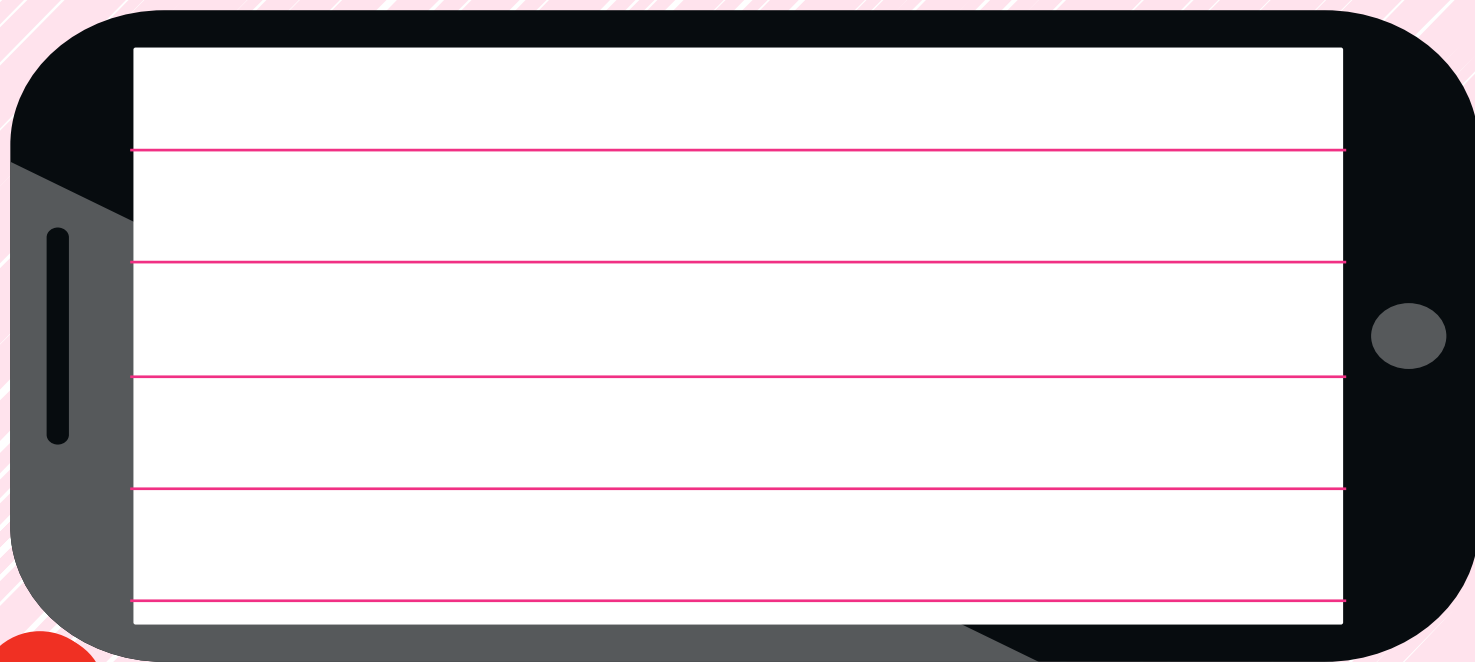


Ejercicio 2: "#Campaña"

Armá tu propia campaña de seguridad en línea, a través de la red social que más utilicés. Inventá coplas, editá imágenes, usá hashtag, creá memes, emojis, encuestas, otros.

¿Qué hashtag podrías utilizar? Anotalo a continuación

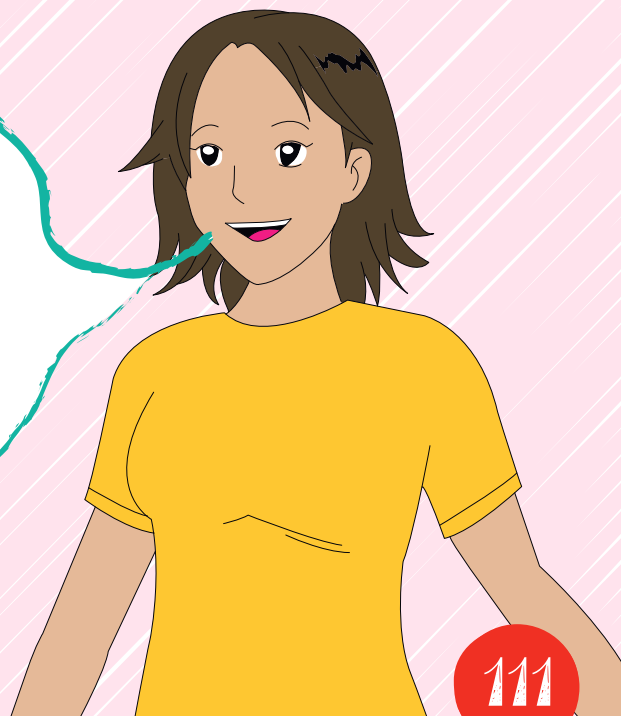
¿Qué frases podrías compartir en tus estados para promover el uso seguro de las redes sociales y la tecnología digital?



¿Qué memes o emojis utilizarías? Tratá de dibujarlos



¿Qué esperás para empezar?
¡Manos a la obra! Podés ayudar
a muchas de tus amigas y amigos
con tu campaña. Pediles que se
unan también.





Protección

Ejercicio Práctico

"ME PROTEJO EN LÍNEA"

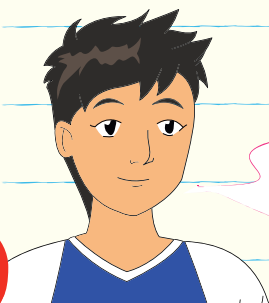


Si tenés una red social, eliminá de tu lista de amigos a todas aquellas personas que no conozcás, que no sean de tu comunidad, barrio o escuela y no volvés a aceptar a personas desconocidas.

Si no tenés una red social, pero te gusta usar mucho el celular, tablet, computadora o te gusta jugar nintendo dejando para después tus responsabilidades en la casa o la escuela, proponete cumplir con tus responsabilidades antes de jugar o usar la tecnología digital.

Recordá marcar en el camino, la sesión que acabás de pasar.

Anotá cómo te fue Protegiéndote en Línea



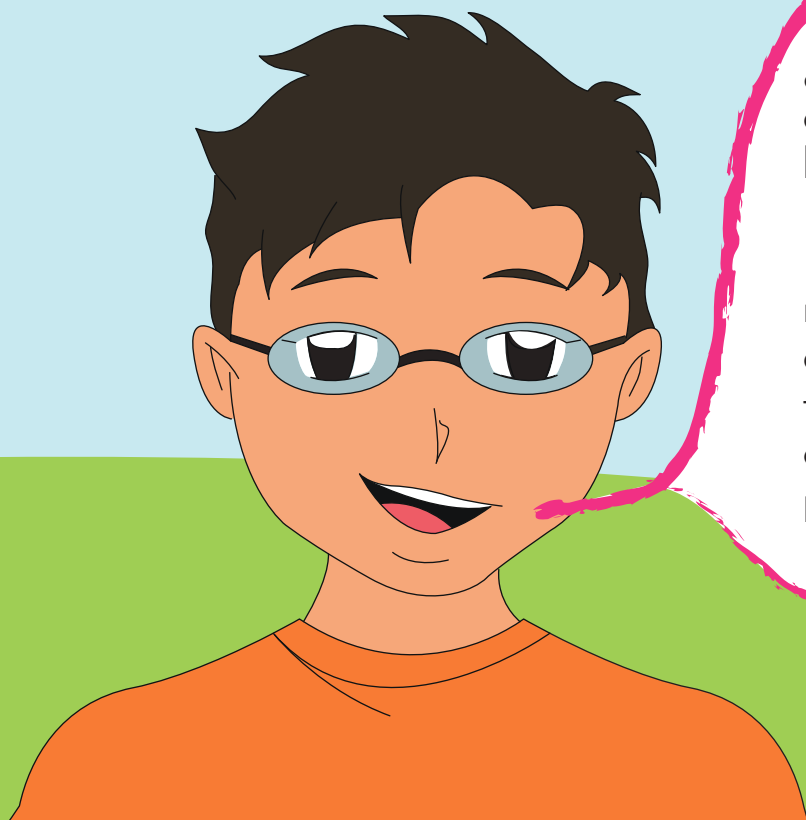
Yo Hago Uso Seguro de las Redes Sociales y la Tecnología Digital

¡Llegaste al Final!

¡Felicidades!

¿Cómo te sentís ahora que terminaste el camino? Muchas gracias por haber hecho todo bien, con amor y alegría.

Llegó el momento de despedirnos, nos sentimos muy contentas y contentos de haber estado con vos en toda esta aventura. No dudamos que aprendiste muchísimo y que lo vas a poner en práctica.





Compartí lo que sabés y lo que
más te gustó con todas las
personas que querás.

Te convertiste en una gran
exploradora o explorador.
Queremos y esperamos que
nunca olvides lo importante y
especial que sos, que tenés
derechos y también respon-
sabilidades, que debés cono-
certe primero para conocer a
las demás personas y que
podés lograr todo lo que te
propongás.



Tampoco olvidés que existen normas que nos ayudan a convivir con ternura y que somos capaces de resolver desacuerdos. Tené presente que somos diferentes y debemos respetarnos.

También recordá que debemos cuidarnos de todos los peligros que nos rodean y podemos lograrlo teniendo a una o varias personas de confianza, no hablando con desconocidos y decir las cosas que nos hacen sentir mal.



¡Nos Podés
Hacer el
Cambio!

Participantes de Consulta



Departamento de Managua

Bryan López Flores

Ana Rizo Méndez

Samuel Daniel Salmerón Álvarez

María de los Ángeles Acevedo

Oscar Joaquín Sánchez Rodríguez

Jenny Mercedes Vásquez Molinares

Leslie Gabriela Gurdian Soza

José Luís Reyes

Luis Ramón Sánchez

Maryury Patricia López Sánchez

Jimmy Antonio Matus Cruz

Danilo Antonio Ardila Solís

Departamento de León

Esther Carolina Guido Lezama Azaria

Roxana Mercedes Mesa

Marvin Antonio Chávez Rodríguez

Adela del Carmen Mejía

Gloria de la Concepción

Eduar José Vásquez

Fátima del C Salmerón

José Tomás Romero Hernández

José Vidal Olivas

Víctor Manuel Sandoval Hernández

Luis Enrique Rodríguez

Félix Benito Rubio G

Mariela Vanessa rivera Hernández

Adriana Rebeca Guido Lezama

Enyeling Tatiana Mendoza Amador

Darling Medrano Vilchez

Mauricio Eduardo Delgadillo Urcullo

Participantes de validación



Departamento de Rivas

Bryan Geovanny Aguilar Pasos
Carlos Alonso Palacios Sánchez
Geovanny Antonio Aguilar Pasos

Departamento de Carazo, Municipio de San Marcos, Comunidad Dulce Nombre y San Pedro

Joseling Lideth Gago
David Alexander Navarros
Jaroc Abel Sequeira
José Adán Velázquez
Karina Cortez
Danilo José Martínez
Armel Gutiérrez Espinoza
Marvin José Romero Méndez
José Domingo Molina
Jonathan Alfonzo Oviedo
Mariela del Carmen Mercado Molina
Daniela de los Ángeles García Vado

Departamento de León, Municipio de Telica, Comunidades: 3 de Julio, La Cruz, San Jacinto, Telica, El Panal y Paso de Lajas

Eyquel Tamara Escoto
Jehson Alfredo Hernández
María Gabriela Hernández
Maykeling Julissa Morán
Lenin José
Jennifer Ruiz
Francisco Olivas Zelaya
Allan Áreas
Jackeling Valverde
Katherin Olivas
Katerin Pérez
Eykel Hernández
Brandon José Calero
Hilcie Torrez
Eliezer Escoto
Leonidas Silva
Francis Rocha
Josué Ruiz
Eliezer Parrales



**ABRIENDO CAMINOS DE
PROTECCIÓN Y TERNURA**

World Vision

World Vision Nicaragua, es una Organización no Gubernamental sin fines de lucro, con principios cristianos, que forma parte de la Confraternidad de World Vision International, que tiene como premisa el Bienestar integral y sostenido de la Niñez, Adolescencia, sus familias y comunidades

Misión

Seguir a Jesucristo, nuestro Señor y Salvador, trabajando con los pobres y oprimidos para promover la transformación humana, buscar la justicia y testificar de las buenas nuevas del Reino de Dios.

Visión

Para cada niño y niña, vida en toda su plenitud, nuestra oración para cada corazón, la voluntad para hacer esto posible.

Nuestra Causa

“Una niñez tiernamente protegida, promotora de una sociedad más justa y segura”.