Comprendiendo las Amistades

Un Plan de Estudio de Derechos, Respeto, Responsabilidad: Currículo K-12

Fomentando el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

Estándares de Salud de CA

Crecimiento, Desarrollo y Salud Sexual

Estándar 3: Acceso a Información Válida **– 3.1.G:** Reconocer padres, madres, tutores, y otros adultos de confianza como recursos para tener información sobre la pubertad.

Estándar 4: Comunicación Interpersonal **– 4.1.G:** Usar habilidades de comunicación efectivas para hablar con los padres, madres, tutores y otros adultos en quien confían acerca de los cambios que ocurren durante la pubertad.

ALINEAMIENTO NSES:

Al final de 5º grado, los estudiantes serán capaces de:

HR.5.CC.1 – Describir las características de las relaciones sanas (ej.: familia, amigos, compañeros).

HR.5.INF.1 – Comparar maneras positivas y negativas en que los amigos y compañeros pueden influenciar las relaciones.

HR.5.AI.1 – Identificar a los padres/madres y otros adultos en quien confíen para hablar sobre relaciones.

TIEMPO: 60+ minutos

MATERIALES NECESARIOS:

- "Healthy and Unhealthy Friendships Quiz" – uno por estudiante
- "Healthy and Unhealthy Friendships – Answer Key" – uno para el maestro
- "Trusted Adults" – uno por estudiante
- Tareas: "Circles of Trusts" – uno por estudiante
- Papel prensa/pizarra y rotuladores/tiza
- Rotuladores/tiza
- "Positive and Negative Influences on Relationships" – uno por estudiante
- Computadora con acceso a internet y altavoces, con la página web,
- Looking at Relationships https://tinyurl.com/ycdptjaf

PREPARACIÓN POR ADELANTADO PARA LA LECCIÓN:

- **Recursos Opcionales de Vídeo:**
  - Tener el vídeo preparado al inicio para evitar anuncios o retrasos al comienzo.
  - Ingresar en ed1stop y hacer clic en Learn360 antes de hacer clic en los enlaces de los recursos opcionales de vídeo que hay a continuación.
    - Enlace al Segmento de Vídeo: Mirando a las Relaciones (5:39)

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al final de esta lección, los estudiantes serán capaces de:

1. Describir al menos 3 características sanas y 3 características nocivas de las relaciones. [Conocimiento]
2. Comparar al menos 2 maneras positivas y 2 negativas en que los amigos y compañeros pueden influenciar las relaciones. [Conocimiento]
3. Identificar al menos dos adultos de confianza con los que hablarían sobre una relación. [Conocimiento]

PROCEDIMIENTO:

PASO 1: Decir a los estudiantes que hoy van a hablar sobre aspectos sanos y nocivos de las relaciones, y con quién pueden hablar sobre ellos. Preguntar a los estudiantes: "¿En qué piensan cuando digo la palabra 'relación?'". Si los estudiantes responden que significa salir con alguien o un romance, preguntar: "¿Una relación siempre tiene que significar dos personas saliendo juntas?". (No). "¿Cuáles son algunos de los diferentes tipos de relaciones que la gente puede tener?". (Posibles respuestas incluyen: amistad, románticas, relación entre familiares o entre un niño y un adulto, como un padre o madre, maestro/a, entrenador/a, doctor/a, etc.). Decir a los estudiantes que para esta clase, quiere centrarse en relaciones que los niños o adolescentes puedan tener entre sí, independientemente de si son relaciones de amistad o de salir juntos. (3 minutos)

PASO 2: Decir a los estudiantes que van a ver un vídeo sobre relaciones sanas y nocivas. Luego, repartir el Control de Relaciones Sanas y Nocivas y pedir a los estudiantes que se emparejen con alguien y lo completen.
juntos. Luego hacer que las parejas hablen sobre aquellas cosas con las que no estén de acuerdo. (10 minutos)

PASO 3: Volver a reunir a los estudiantes en gran grupo. Revisar el control pidiendo voluntarios para que den la respuesta correcta y que expliquen los motivos para sus respuestas. Si hay desacuerdos o malentendidos, proporcionar explicaciones de las respuestas correctas incluidas en la clave de respuestas. Luego decir: "Ahora que sabemos algunas de las características de las relaciones sanas y nocivas, pensemos sobre modos mediante los que los amigos y compañeros pueden influir en una relación de maneras positivas y negativas." Repartir la hoja de actividades "Influencias Positivas y Negativas en las Relaciones".

Permitir a los estudiantes cinco minutos para cumplimentarlas. Luego, volver a reunir a la clase y pedir a los estudiantes que compartan algunos ejemplos de sus hojas.

Nota para el Maestro: *Las hojas de actividades individuales tienen propósito de evaluación. Después de cumplimentarlas, los estudiantes pueden añadir ideas en ellas a medida que la lección progresa y siguen aprendiendo. Después de la lección, hacer que los estudiantes las entreguen.*

Decir: "¿Cuáles son algunos ejemplos de cosas que los amigos pueden hacer o decir que pueden ayudar a una amistad de manera positiva? ¿Que la mantenga sana?".

Nota para el Maestro: *Algunas posibles respuestas son: Guardan un secreto; te ayudan a aprender un juego nuevo; no se molestan si no puedes hacer cosas que ellos sí pueden hacer; te incluyen en juegos y otras actividades; se quedan contigo cuando estás triste; escuchan tus ideas incluso si son diferentes de las suyas; respetan turnos en los juegos o para decidir qué hacer; son honestos contigo; les importan tus sentimientos, etc.*

Luego decir: "¿Cuáles son algunos ejemplos de cosas que los amigos y compañeros pueden hacer o decir que pueden influenciar a una relación de manera negativa? ¿Que la haga nociva?".

Nota para el Maestro: *Algunas posibles respuestas son: Ignoran tus sentimientos si estás triste o molesto; se cuelan delante de ti en la fila; usan tus cosas sin preguntar; no te invitan a jugar cuando hay un grupo; hieren tus sentimientos y no piden perdón; te fastidian incluso si les pides que no lo hagan; no hacen nada si estás sufriendo acoso, y no se lo dicen a nadie; dicen cosas de ti a tu espalda; te mienten; te presionan para hacer cosas que no quieres hacer, etc.). (20 minutos)*

PASO 4: Decir a los estudiantes: "A veces puede ser difícil saber si estamos en una relación sana o nociva. Puede ser confuso. Como decíamos, incluso las personas que tienen relaciones sanas y positivas discuten y pueden estar en desacuerdo. Asimismo, pueden herir los sentimientos de otras personas sin querer. ¿Qué pueden hacer si tienen un problema con una relación?". Pedir respuestas a los estudiantes. Estas pueden incluir: Decir a la otra persona cómo te sientes; poner fin a la relación; hablar con alguien sobre esto. Después de reunir algunas respuestas, decir a los estudiantes que quiere centrarse en hablar con alguien sobre esto.

Nota para el Maestro: *Si los estudiantes no tienen esta idea ellos mismos, sugiérasela y luego empiece la conversación de seguimiento a continuación. (2 minutos)*

PASO 5: Decir a los estudiantes que hay muchas personas diferentes con las que pueden hablar si están teniendo problemas con una amistad o en otra relación. A veces las personas hablan con otros amigos o compañeros de clase, pero a veces puede ser realmente útil hablar con un adulto en quien confíen. Pasar el folleto "Adulto de Confianza". Leerlo y revisarlo con los estudiantes, luego pedir a los estudiantes que piensen en algunos adultos de su vida a los que les han hecho alguna pregunta o planteado un problema, o con quién se imaginan que pueden compartir un problema
en el futuro. Dividir la pizarra/papel prensa en tres categorías: Familia, vecinos y amigos adultos, y ayudantes adultos de la escuela y la comunidad. Preguntar a los estudiantes: "¿Qué tipos de personas posiblemente podrían ser adultos de confianza en su vida?" A medida que los estudiantes hagan sugerencias mediante tormenta de ideas, registrar sus respuestas bajo las columnas apropiadas.

Nota para el Maestro: *Las posibles respuestas pueden incluir: Debajo de "Familia" – padres, madres o tutores, abuelos, hermanos o primos mayores, tías y tíos; debajo de "Vecinos y amigos adultos" – amigos de la familia, vecinos de la puerta de al lado, padre o madre de un amigo; debajo de "Ayudantes adultos de la escuela o comunidad" – maestros, directores, profesionales de enfermería de la escuela oficiales de policía, doctores, religiosos. Decir a los estudiantes que recuerden que lo más importante es ir siempre a un adulto que les haga sentir seguros y cómodos; alguien que sea fiable. Si una persona en quien confía hace algo que les hace sentir incómodos o inseguros, siempre hay otros adultos de confianza a los que ir. (8 minutos)*

PASO 6: Pasar la hoja de actividades de tareas "Círculos de Confianza". Decir a los estudiantes que el propósito de esta actividad de tarea es mostrarles que están rodeados de adultos que se preocupan por ellos y que pueden ayudarles a resolver un problema que tal vez sea demasiado grande para que puedan solucionarlo ellos solos. Decir a los estudiantes que el
círculo central está indicado como "Yo". Decir: "A su alrededor, tienen a su familia, y cada familia es única. Como tarea, escriban los nombres de las personas de su familia con las que puedan hablar si tienen un problema con un amigo o una relación, o algún otro problema. El siguiente círculo es "Vecinos y amigos adultos". En este círculo, escriban los nombres de los adultos de confianza que estarían en esta categoría, a los que pueden dirigirse

para hablar sobre un problema con una amistad o una relación, o algún otro problema. El círculo externo está indicado como "Ayudantes adultos de la escuela y de la comunidad". Estas son las personas que les rodean cuando están lejos de casa. Escriban los nombres de las personas de la escuela y de la comunidad a quienes

puedan pedirles tratar un problema sobre relaciones o algún otro problema." En la parte inferior del folleto, hacer que los estudiantes cumplimenten el siguiente enunciado:

"Si quisiera hablar con alguien sobre un problema con un amigo u otro problema sobre relaciones que esté teniendo, las dos personas de mis círculos a las que seguramente iría primero son:"

Animar a los estudiantes a compartir sus tareas con un miembro de la familia de confianza. (2 minutos)

Nota para el Maestro: *Animar a los estudiantes a cumplimentar la hoja de actividades "Círculos de Confianza" consultando a un familiar, pero diciéndoles que esto no es un requisito. Es posible que un estudiante no tenga un adulto de confianza en su hogar o familia. En tal caso, el estudiante debería sentirse empoderado para cumplimentar la hoja de actividades solo.*

EVALUACIÓN RECOMENDADA DE OBJETIVOS DE APRENDIZAJE TRAS LA FINALIZACIÓN DE LA LECCIÓN:

El objetivo de aprendizaje uno será medido a través de las respuestas estudiantiles al Control de Relaciones Sanas y Nocivas.

El objetivo de aprendizaje dos será evaluado a través de la hoja de actividades: "Influencias Positivas y Negativas en las Relaciones" que los estudiantes completan en el Paso 3.

El objetivo de aprendizaje tres será evaluado a través de la finalización de los estudiantes de la hoja de actividades de tarea del Círculo de Confianza.

TAREAS:

Hoja de actividades "Círculos de Confianza" que se describe anteriormente.

ADULTOS DE CONFIANZA

¿Quién es un adulto de confianza? Un adulto de confianza es alguien con quien puede hablar sobre cualquier cosa; alguien con quien le gusta
estar; alguien que sabe escuchar; o alguien que le ha ayudado anteriormente.

¿Qué tipo de cosas le puede contar a un adulto de confianza? Cualquiera que usted quiera; cosas que le asusten, que le hagan sentir incómodo, o confuso; un problema que esté teniendo, inclusive un problema con una amistad u otra relación. Un adulto de confianza intentará ayudarle independientemente de cuál sea el problema.

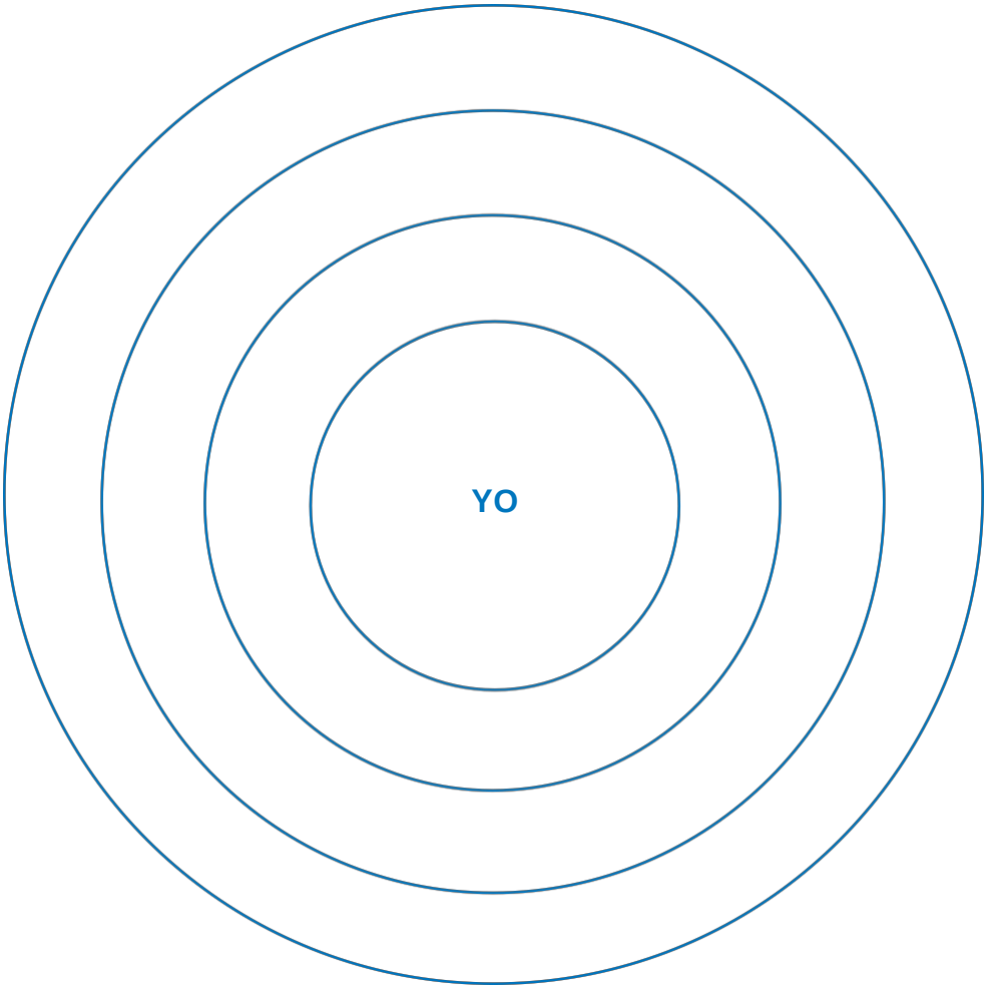
¿Qué haría un adulto de confianza si le dice que algo malo o peligroso le pasó a usted, o si le preocupa que algo pueda sucederle? Un adulto de confianza intentaría ayudarle a resolver el problema, sería comprensivo, conseguiría ayuda y se esforzaría por hacer que usted estuviese a salvo.

¿Solo necesito un adulto de confianza en mi vida? Algunas personas tienen una persona con la que pueden hablar sobre cualquier asunto o problema que tengan. Algunas personas tienen diferentes adultos de confianza con los que hablan dependiendo del tema. Es positivo poder identificar con quién hablar en diferentes situaciones.

Círculos de Confianza

Nombre: _____

Instrucciones: En cada círculo que rodea a “Yo”, escribir los nombres de los adultos de confianza a los que podría acudir para hablar sobre un problema con una amistad o una relación, o algún otro problema.



Si quisiera hablar con alguien sobre un problema con un amigo u otro problema sobre relaciones que esté teniendo, las dos personas de mis círculos a las que seguramente iría primero son:

_____

_____

Influencias Positivas y Negativas en las

Hoja de Actividad

Nombre: _____

Cosas que amigos y compañeros pueden hacer o decir que pueden influenciar una relación de manera positiva o sana.

_____

_____

_____

_____

_____

Cosas que los amigos y compañeros pueden hacer o decir que pueden influenciar una relación de manera negativa o nociva.

_____

_____

_____

_____

_____

CONTROL DE AMISTADES SANAS Y NOCIVAS

Verdadero o Falso: *En una relación sana los amigos y/o parejas románticas...*

1. _____Se presionan para hacer algo que tal vez uno no quiera hacer.

2. _____Se interesan por qué siente la otra persona, comparten información personal y confían mutuamente.

3. _____Hacen lo que la otra persona quiere para que no se enfade.

4. _____No se sienten insultados ni se lo toman en serio cuando la otra persona bromea (como llamarle "estúpido" o "vago", o le insulta).

5. _____Siempre piensan del mismo modo y nunca discuten.

6. _____Hacen lo que la otra persona quiere hacer incluso si no quieren o no creen que sea buena idea.

7. _____Se apoyan y se animan mutuamente, y se defienden mutuamente si alguien les fastidia o acosa.

Verdadero o

Clave de Respuesta

CONTROL DE AMISTADES SANAS Y NOCIVAS

1. **VERDADERO.** Las personas en relaciones sanas no insisten para que la otra persona haga lo que ellos quieren. Presionar a alguien para hacer algo no es señal de respeto ni amistad.

2. **VERDADERO.** Las personas en relaciones sanas con frecuencia comparten preocupaciones personales, historias y experiencias entre sí, que no compartirían con otras personas que tal vez no sean amigos cercanos o que no conozcan bien. Deberían poder tener la expectativa de que la otra persona mantendrá en privado esa información personal y no se la dirá a nadie, a menos que consideren que guardar el secreto pueda ser dañino o peligroso para su amigo, en cuyo caso se lo pueden decir a un adulto responsable.

3. **FALSO.** Las relaciones sanas son relaciones de igualdad, lo que significa que ambas personas tienen voz sobre lo que hacen juntas. Si una persona se enfada porque la otra no hace lo que quiere, eso no es respetuoso y no es una relación de igualdad. Uno puede estar molesto con alguien que no quiere hacer lo que a uno le apetece, pero eso no significa que la otra persona tenga que ceder si están en contra de ello.

4. **FALSO.** Las personas con relaciones sanas nunca deberían insultarse ni fastidiarse entre sí con palabras que puedan ser dañinas. Hacer bromas de manera sana no incluye insultos, menosprecios ni amenazas.

5. **FALSO.** Los desacuerdos son normales y perfectamente sanos. Sería más nocivo si nunca hubiese desacuerdos, porque esto podría sugerir que una persona consigue siempre lo que quiere, y que la otra persona cede siempre. Las personas con relaciones sanas hablan sobre sus puntos de vista y sentimientos juntos para alcanzar una solución.

6. **FALSO.** Al igual que no está bien presionar a alguien para hacer algo que no quieren hacer, no es sano hacer lo que otra persona quiere si uno no quiere hacerlo. Está bien llegar a acuerdos a veces, pero si algo suena como una idea realmente mala (o peligrosa, o incorrecta, o nada interesante), no debería hacerlo.

7. **VERDADERO.** Puede ser realmente difícil para alguien, incluso un buen amigo, defender a alguien que está siendo fastidiado o acosado, porque tiene miedo de ser acosado también. Cuando los amigos se defienden, sin embargo, tienen menos probabilidad de ser acosados. Si es imposible defenderse porque no se sienten seguros, es importante encontrar a un adulto que pueda intervenir. Ayudar a un amigo cuando está en problemas es muy importante para una relación sana.