SAFER, SMARTER TEENS

PERSONAL POWER

CARTA A LOS PADRES 1: AUTOESTIMA Y PODER PERSONAL

En nuestra primera lección de ***Safer, Smarter Teens: Poder personal***, su hijo conoció a Lauren Book, una maestra y defensora, quien compartió brevemente su historia sobre el abuso infantil a fin de preparar el escenario para debatir sobre la seguridad personal. Lauren presentó el concepto del poder personal positivo, que incluye el poder de reconocer el peligro, el poder de decir "no", el poder de obtener ayuda y el poder de establecer límites corporales personales. Definió "abuso sexual" y presentó un resumen del plan de estudios. Se realizó un montaje fotográfico de alumnos de escuela secundaria, con etiquetas que describían sus situaciones personales y familiares, tales como "No estoy seguro/a de que pertenezca allí" y "Preocupado porque se ríen de él." Muchas de sus historias serán representadas y tratadas en los videos que se mostrarán en las siguientes cinco lecciones. Lauren presentó el tema "Sé el cambio" de *Safer, Smarter Teens* y cómo actuar con nuestro poder personal realizando "acciones de poder".

PARTICIPACIÓN DE LOS PADRES:
Esta lección prepara el escenario para todo el programa, al presentar la idea de que todos tenemos un poder personal en nuestro interior para realizar elecciones y tomar decisiones que nos mantengan seguros. Podemos utilizar ese poder para reconocer señales de alerta sobre situaciones peligrosas que nos involucren a nosotros o a los demás.

La lección de hoy es fundamental porque la adolescencia temprana es un período difícil tanto para los niños como para los padres. A medida que los niños se esfuerzan por crecer y ser independientes (un importante paso para el desarrollo), aún no poseen la madurez o las estrategias emocionales para manejar las situaciones difíciles a las que se podrían enfrentar. Mantener las líneas de comunicación abiertas con su hijo es una parte importante del rol como uno de sus adultos de confianza a quienes pueda acudir. Los abusadores, generalmente, buscan adolescentes jóvenes porque a menudo son inseguros, pueden estar explorando su sexualidad y se mueven más allá de la observación constante de sus padres.

CONSEJOS PARA AMPLIAR LA LECCIÓN DE HOY:
Pregúntele a su hijo sobre los diferentes temas presentados con los alumnos en el video. ¿Alguno se parece a algo que haya encontrado o sentido? ¿Cómo lo manejó o resolvió? Los alumnos participaron en actividades relacionadas con la construcción de la autoestima. Pídale a su hijo que comparta lo que piensa sobre la lección del día y las actividades relacionadas que se realizaron en el aula.