Lección 4

Alcanza tu meta: Poniendo límites para permanecer en camino

Resumen

Lección 4: Objetivos de aprendizaje

En la Lección 4: Alcanza tu meta: Poniendo límites para permanecer en Camino, los estudiantes podrán:

- Discutir sobre las señales de advertencia y cómo los atajos y desvíos pueden afectar su camino;
- Reconocer la presión que enfrentan los adolescentes para tener sexo no deseado y/o sexo sin protección;
- Reconocer factores externos y situacionales que pueden conducir hacia el sexo no deseado o sin protección; y
- Describir los retos asociados con ser padres jóvenes.

Mensajes Clave

- **Programa El Camino**
  - Tú estás a cargo de poner y alcanzar tus metas.
  - Para alcanzar tu meta utiliza **PARA**: **P**on tu meta; **A**naliza los pasos; **R**eafirma tu camino; **A**lcanza tu meta.
  - Ser firme te ayudará a permanecer en tu camino y alcanzar tus metas.
- **Lección 4**
  - Ten sexo solamente cuando estés listo.
  - Experimenta los atajos y desvíos de la vida e identifica los recursos que te ayuden a alcanzar tu camino.

MATERIALES PARA ESTA LECCIÓN

- Cinta adhesiva de pintor
- Marcadores gruesos
- Rotafolio (Tabla Inteligente, PowerPoint)

UN VISTAZO A LA LECCIÓN

4A. ¡Bienvenidos a la Lección 4! (2 min)

4B. Revisión de **PARA** (5 min)

4C. Novela de Sofía y Santiago: La fiesta de Pedro (continuación) (15 min)

4D. Vota con tus pies: Evaluación realista de la paternidad adolescente (17 min)

4E. Lema y cierre (3 min)

Preparación para adaptación virtual

1. Familiarícese con las siguientes diapositivas PPT:
   - Acuerdos de Grupo (ver Actividad 4A)
   - Mensajes Clave (ver Actividad 4A)
   - PARA (ver Actividad 4B)
   - Encuentro con Amanda y Sebastián (ver Actividad 4C)
   - Preguntas para la Discusión (ver Actividad 4C)
   - Lección 4 – Puntos Clave (ver Actividad 4D)

2. Antes de que los estudiantes ingresen a Zoom:
   - Prepare las diapositivas PPT, cuaderno de trabajo, y otros documentos que vaya a usar durante esta lección.
   - Escriba un mensaje divertido de bienvenida en el Recuadro del Chat antes de que los estudiantes inicien sesión.
   - Organice su tablero de Zoom de la manera que le guste.

Procedimientos Lección 4

MATERIALES

- ☐ **Rotafolio 1.2**: Acuerdos de grupo de El Camino

FOLLETOS DEL ESTUDIANTE

- ☐ **Lección 4:** Mensajes clave

Actividad 4A: ¡Bienvenidos a la Lección 4! (2 minutos)

1. **Dé la bienvenida** a los estudiantes a la Lección 4.

2. **Revise los objetivos de aprendizaje para que los estudiantes sepan lo que van a hacer en esta lección.**

3. **Diga a los estudiantes**: *Tenga en cuenta que esta lección puede contener imágenes gráficas de los sistemas reproductores de personas con penes y personas con vaginas. También puede ser que no te sientas cómodo si otros escuchan la discusión. Si no te sientes cómodo de que otros escuchen nuestra discusión, por favor usa auriculares.*

4. **Revise los acuerdos de grupo.**

5. Pida a los estudiantes que consulten **Lección 4: Mensajes clave de su cuaderno de trabajo.**

6. **Pida un voluntario** que lea el nuevo mensaje clave de la Lección 4.

Adaptación virtual

Siga las recomendaciones en la Lección 1 para comenzar las lecciones de El Camino en Zoom.

Muestre la diapositiva PPT titulada “Lección 4: Resumen” mientras el estudiante lee los objetivos de aprendizaje y la diapositiva titulada “Mensajes Clave” mientras el estudiante lee el mensaje clave.

Actividad 4B: Revisión de PARA (5 minutos)

REVISIÓN DE LOS CUATRO PASOS (5 minutos)

1. **Diga a los estudiantes:**
   - *El propósito de la siguiente actividad es repasar brevemente los cuatro pasos de la técnica **PARA** que hemos discutido en las cuatro últimas lecciones. Recuerden que el propósito de la técnica **PARA** es que te puedas poner una meta y permanecer en tu camino.*

2. Exhiba el **Rotafolio 1.3: Mapa de El Camino con definición de PARA**.

Adaptación virtual

En lugar de un rotafolio que se mostraría en la instrucción cara a cara, muestre la diapositiva PPT titulada "PARA" mientras repasa la definición.

3. **Diga a los estudiantes** que usted leerá la definición y quiere que ellos den un ejemplo**.**

4. **Lea cada definición**. En caso de ser necesario, anime a los estudiantes a pensar en posibles ejemplos.
   a. **PON** tu meta – (¿qué quieres estar haciendo cuando tengas 25 años?)
   b. **ANALIZA** los pasos – (obtener buenas calificaciones, graduarme de la escuela preparatoria)
   c. **REAFIRMA** tu camino – (¿qué son las señales de advertencia y qué necesitas hacer para permanecer en tu camino?)
   d. **ALCANZA** tu meta – (¿cómo sabrás cuando alcances tu meta?)

Adaptación virtual

Permita que los estudiantes respondan verbalmente o usando el **Chat**. Si los estudiantes envían su respuesta por chat, asegúrese de leerlas en voz alta. Si el comentario no es claro pida al estudiante que aclare verbalmente, si se siente cómodo.

MATERIALES

- ☐ **Rotafolio 1.3**: Mapa de El Camino con definición de PARA

FOLLETOS DEL ESTUDIANTE

- ☐ **Folleto 1.1**: Mapa de El Camino con definición de PARA

5. **Diga a los estudiantes:**

   - *El enfoque de hoy será **ALCANZA TU META** y discutiremos maneras en que pueden sufrir desvíos y cuáles herramientas o recursos pueden usar para seguir en camino. Los desvíos no significan que no pueden alcanzar su meta, pero es posible que tome más tiempo.*

6. **Diga a los estudiantes:**

   - *Para permanecer en camino o regresar a su camino hay muchas herramientas o recursos disponibles para ustedes, incluyendo amigos de confianza, familia, maestros y consejeros escolares, clases extras como la preparación para el SAT, pasantías, becas. También tienen herramientas dentro de ustedes mismos, como habilidades, conocimiento, experiencias. Continuaremos aprendiendo sobre herramientas o recursos disponibles para ustedes que los ayuden a permanecer en su camino.*

7. **Diga a los estudiantes** que continuaremos haciendo referencia a **PARA** a lo largo de las siguientes siete lecciones.

Actividad 4C: Novela de Sofía y Santiago: La fiesta de Pedro (continuación) (15 minutos)

FOLLETOS DEL ESTUDIANTE

- ☐ **Folleto 4.1:** Novela de Sofía y Santiago: La fiesta de Pedro: Encuentro con Amanda y Sebastián

REPASO DE LA LECCIÓN (2 minutos)

1. **Pida a los estudiantes** que hablen sobre la experiencia de Sofía en la fiesta de Pedro. Recuerde a los estudiantes que en la lección anterior hablamos de 'señales de advertencia'.

Adaptación virtual

Permita que los estudiantes respondan verbalmente o usando el **Chat**.

2. **Diga a los estudiantes** que hoy hablaremos de la experiencia de Santiago en la fiesta de Pedro.

3. **Pida a los estudiantes** que abran su cuaderno de trabajo en el **Folleto 4.1. Novela de Sofía y Santiago: La fiesta de Pedro: Encuentro con Amanda y Sebastián.**

Adaptación virtual

Mientras los estudiantes localizan sus folletos, muestre las diapositivas PPT tituladas "Encuentro con Amanda y Sebastián". Haga clic en estas diapositivas con el texto del juego de roles mientras los estudiantes las leen en voz alta.

ENCUENTRO CON SEBASTIÁN Y AMANDA (JUEGO DE ROLES) (8 minutos)

1. **Pida a cuatro estudiantes voluntarios** que adopten los roles de Sebastián, Amanda, Santiago y el narrador.

Adaptación virtual

Hay varias formas de pedir a los estudiantes que indiquen si les gustaría ser voluntarios: 1) levanten sus manos frente a su cámara web, 2) usen la función de **Reactions** de Zoom, 3) escriban el papel que les gustaría desempeñar en el **Chat.**

2. **Dé un minuto a los voluntarios** para que revisen sus roles.

Narrador: Sofía invitó a Santiago a la fiesta de cumpleaños de Pedro. Santiago trabaja en la tienda de sus padres y espera poder ir a la escuela de negocios y tener su propio negocio en el futuro. Cuando Santiago llega a la fiesta, ve a Sebastián y a Amanda – dos de sus amigos de la escuela media a quienes no ve desde hace tiempo.

Santiago: Hola Sebastián y Amanda, ¿cómo han estado? Hace tiempo que no nos vemos.

Amanda: (Le da a Santiago un breve abrazo) Qué gusto verte aquí. Estoy viviendo con mi papá desde el año pasado, y sólo he venido a visitar a mi mamá durante el fin de semana.

Santiago: ¡Qué buena fiesta, eh! Quiero presentarles a un par de amigos.

Sebastián: Sí, claro. Pero primero ven con nosotros al patio de atrás por unos minutos, para ponernos al día.

Santiago: (Encoge los hombros) Está bien.

Narrador: Santiago, Sebastián y Amanda salen al patio trasero de Pedro. Una vez afuera, Sebastián saca un poco de marihuana y la enciende. Amanda fuma un poco y se la pasa a Santiago.

Santiago: (Dudoso) Bueno, está bien. (Santiago respira hondo).

Amanda: (Se acerca a Santiago). Esta fiesta está muy aburrida. ¿Por qué no tomamos una botella de algo bueno y vamos de regreso a casa de mi mama? Mi novio llegará allí después del trabajo. Ella estará trabajando toda la noche. Y nada de autobús esta noche – tengo el auto (saca las llaves del auto).

Santiago: Bueno… pero necesito llegar a casa pronto para ayudar a cerrar el negocio.

Sebastián: Ándale. No te he visto en un año. Ellos pueden cerrar la tienda una noche sin tu ayuda.

Narrador: Amanda recoge la cajetilla de cigarros que está en la mesa del patio. Enciende uno para ella y le ofrece la cajetilla a Santiago.

Mientras tanto, Sebastián entra a la casa rápidamente y regresa con una botella de licor. Amanda y Sebastián empiezan a caminar hacia la calle, mientras Santiago se queda detrás de ellos. Santiago está indeciso acerca de ir con Amanda y Sebastián.

PREGUNTAS PARA LA DISCUSIÓN (5 minutos)

1. **¿Cómo se siente Santiago cuando Amanda le pasa la marihuana? ¿Cómo podrían ser afectadas las decisiones que tome Santiago más tarde si fuma marihuana?

2. Amanda, Sebastián y Santiago han estado tomando y fumando marihuana. ¿Cómo podría eso afectar lo que suceda cuando se vayan a la casa de Amanda?

3. **¿Siente Santiago algunas "señales de advertencia?

4. **¿Cuáles recursos (conocimiento, habilidades, experiencia) podría usar Santiago para tomar una decisión?

5. Piensen en la meta de Santiago. ¿Qué podría suceder esta noche que le cause un desvío a Santiago?

6. ¿Qué podría suceder esta noche que le cause un desvío a Amanda?

Nota para el (la) Facilitador(a):
Las preguntas que incluyen asterisco (**) en la parte delantera son las preguntas a priorizar en esta discusión, en caso de que se esté acabando el tiempo.

Cuando se hable de recursos, recuerde a los estudiantes de los distintos tipos de recursos:

- Fortaleza, conocimiento, habilidades, experiencias personales
- Personal escolar (facilitadores, consejeros)
- Adultos de confianza (padres, guardianes, hermanos[as] mayores, otros parientes)
- Compañeros(as) (amistades con intereses similares, primos[as] u otros parientes de la misma edad)
- Internet/Sitios web
- Personal médico (proveedores de servicios de salud, consejeros)

Actividad 4D: Vota con tus pies: Evaluación realista de la paternidad adolescente **(17 minutos)**

INTRODUCCIÓN (2 minutos)

1. Algunos estudiantes comentan que convertirse en padre o madre se convierte en un reto para lograr sus metas.

2. **Diga a los estudiantes:**

   - *Hoy hablaremos sobre algunos retos asociados con el embarazo y la paternidad en la adolescencia. Sabemos que ustedes pueden tener amigos o familiares que fueros padres jóvenes. En esta actividad queremos que piensen y discutan sobre cómo el tener un bebé afecta la vida de una persona joven.*

   - *Vamos a "votar con tus pies" y discutir preguntas sobre los retos para padres jóvenes.*

   - *Después de que yo lea una pregunta, párense junto al letrero que representa de mejor manera su respuesta. Al igual que antes, si no están seguros, puede permanecer en el centro del salón. También pueden cambiar de opinión basado en lo que escuchen durante la discusión y moverse a una nueva posición.*

MATERIALES

- ☐ **Recurso del facilitador 4.1:** Vota con tus pies: Evaluación realista de la paternidad adolescente
- ☐ Letreros "SI" y "NO"

Adaptación virtual

Explique a los estudiantes por qué esta actividad se llama "Vota con Tus Pies" (o Vota con Zoom) y cómo se ha adaptado para aprendizaje virtual. Recuerde a los estudiantes que queremos saber de ellos y que está bien cambiar su respuesta si alguien cambia de opinión.

Cada clase tendrá distintas necesidades y preferencias de participación. Hemos desarrollado 4 opciones principales para facilitar esta actividad.

Opción 1: Pida a los estudiantes que usen la función de **Reactions** de Zoom. Si están de acuerdo con una declaración deben hacer clic en el ícono de 👍 "thumbs up". Si no están de acuerdo con la declaración, deben hacer clic en la reacción de 😯 "surprised face". A continuación debe pedir a los estudiantes que compartan verbalmente por qué están de acuerdo o no

están de acuerdo. Alternativamente, el facilitador puede decir a los estudiantes que usen la reacción que prefieran para responder a la declaración. Los facilitadores pueden entonces pedir a los estudiantes que declaren verbalmente por qué usaron esa reacción.

Opción 2: Los estudiantes pueden responder a través del chat usando palabras o *emojis*. Tenga en cuenta que a veces los estudiantes responden directamente al presentador. Si tiene diapositivas en el modo de presentador, es posible que no pueda ver el chat. Puede indicar a los estudiantes que envíen mensaje a su cofacilitador o usted puede elegir monitorear activamente el chat.

Opción 3: Hemos incluido signos de "si" y "no" en el cuaderno de trabajo. Los estudiantes pueden sostener el cartel con el que quieran responder. Esta opción sólo funcionaría en una clase donde la mayoría de los estudiantes estén en la cámara.

Opción 4: Si no hay respuestas de ningún tipo usted puede llamar a los estudiantes y pedirles que compartan si están de acuerdo o no.

Recuerde que al igual que en la versión cara a cara de esta actividad, los estudiantes pueden cambiar de opinión.

Pida a cada estudiante que responda a lo que otros estudiantes están diciendo. ¿Qué piensan sobre lo que dicen los otros estudiantes?

EVALUACIÓN REALISTA DE LA PATERNIDAD ADOLESCENTE Y DISCUSIÓN (15 minutos)

1. **Lea cada pregunta** del **Recurso del facilitador 4.1: Vota con tus pies—Evaluación realista de la paternidad adolescente.** Es importante que los facilitadores lean estas preguntas tal como están escritas y no se desvíen de este guión. Promueva una discusión para cada grupo (el grupo "SI" y el grupo "NO") siguiendo las indicaciones después de las principales preguntas en el **Recurso del facilitador 4.1: Vota con tus pies—Evaluación realista de la paternidad adolescente**.

2. Después de la actividad, **repase los siguientes puntos**:
   - *Convertirse en padre o madre en la adolescencia no significa que no podrán graduarse de la escuela preparatoria o que no tendrán un buen trabajo en el futuro – solamente significa que podrían enfrentar más retos.*

- *La única manera de prevenir al 100% un embarazo no intencional es no tener relaciones sexuales. Para parejas heterosexuales, si deciden tener sexo, deben usar anticonceptivos cada vez que tengan sexo para prevenir el embarazo. Para todas las parejas, para evitar infecciones de transmisión sexual deberán usar condón de manera consistente.*

- *Existen algunos métodos anticonceptivos muy efectivos para adolescentes. Durante las próximas sesiones de El Camino, vamos a aprender más acerca de estos métodos. Esta información sobre embarazo y métodos anticonceptivos te ayudarán a seguir en tu camino y a **ALCANZAR TU META**.*

Adaptación virtual

Muestre la diapositiva PPT titulada "Lección 4 - Puntos Clave" mientras repasa los puntos clave de arriba.

Actividad 4E: Lema y cierre (opcional) (3 minutos)

UN LEMA PARA LA CLASE DE HOY Y CIERRE (3 minutos)

1. **Dígales a los estudiantes que completen las siguientes oraciones:**
   - Hoy aprendí….
   - Mi parte favorita del día de hoy fue….

2. **Recuerde a los estudiantes** los mensajes clave de la Lección 4.

3. En el rotafolio, anote las contestaciones de los estudiantes.

4. **Diga a los estudiantes** que en la siguiente lección comenzaremos a hablar más sobre embarazo, sexo y anticonceptivos.

Adaptación virtual

Después de dar a los estudiantes un minuto para pensar en lo que aprendieron hoy o cuál fue su parte favorita de la clase, pídales que (1) escriban su idea en el **Chat** o (2) lo compartan verbalmente. Proporcione retroalimentación positiva.

Recurso del facilitador 4.1

Vota con tus pies: Evaluación realista de la paternidad adolescente

Antecedentes

Durante este ejercicio, quiero que te imagines que eres el padre o madre de un bebé sano de 6 mesas de edad. Estás en décimo grado y obtienes buenas calificaciones. Todo está en orden para graduarte a tiempo y quieres ir a la universidad.

Si ya has tenido la experiencia de ser padre o madre, piensa en dicha experiencia. Si no has sido padre o madre, piensa en cómo tener un bebé podría afectar tu vida.

Preguntas

1. ¿Vivirás en casa con tu familia?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO SÍ**: ¿Tus padres/guardián permitirían que tu pareja viva en casa contigo? ¿Cómo te sientes al respecto?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO NO**: ¿Dónde vives? ¿Qué harías para pagar un lugar para vivir fuera de la casa de tus padres?

2. ¿Sigues asistiendo a la escuela?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO SÍ**: ¿Quién cuida a tu bebé durante el día? ¿Cuándo tendrás tiempo para estudiar?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO NO**: ¿Cómo crees que obtendrás un diploma de la escuela preparatoria o un diploma en Educación General (GED) después?

3. ¿Tienes un trabajo?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO SÍ**: ¿Quién cuida a tu bebé mientras vas a trabajar?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO NO:** ¿Cómo pagas los pañales y la ropa del bebé?

4. Cuando tu bebé se enferma, ¿faltas a la escuela y al trabajo?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO SÍ**: ¿Qué harías si tu bebé se enferma el día que tienes un examen importante?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO NO**: ¿Quién cuida a tu bebé cuando se enferma?

5. ¿Pasas tiempo con tus amigos(as) los fines de semana?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO SÍ**: ¿Qué tipo de cosas hacen tus amigos(as) los fines de semana? ¿Estas actividades son adecuadas para un bebé de 6 meses?

    - **ENCUESTA PARA EL GRUPO NO:** ¿Qué haces entonces los fines de semana?

Materiales del cuaderno de trabajo:

- Lección 4: Mensajes clave
- Folleto 4.1: Novela de Sofía y Santiago: La fiesta de Pedro: Encuentro con Amanda y Sebastián

Esta página se dejó en blanco intencionalmente.