

Lección del Círculo de Gracia para los de Secundaria Realizar en Casa - COVID

A.C.C.I.O.N.- Pasos Necesarios para Cuando las Preocupaciones no Desaparecen



Padres y jóvenes,

La Iglesia enseña que las relaciones humanas están destinadas a ser experiencias de Amor Divino. Vemos la imagen de Dios reflejada en los demás y en nosotros. El *Círculo de Gracia* nos ayuda a entender la relación entre el amor de Dios, nuestro amor propio y el amor hacia otros.

- Dios nos da a cada uno un *Círculo de Gracia* en el cual Él está siempre “Presente”. ¿Cómo sabemos que está “Presente”?
- Dios está “Presente” porque Él desea una relación con nosotros. ¿Cómo es una relación con Dios?

Gracias por realizar esta lección del Círculo de Gracia juntos, por ayudar a entender tanto el mundo en el que viven nuestros jóvenes y el amor de un padre y su necesidad de proteger a su hijo.

- Reconocer las maneras en que los jóvenes son presionados a ignorar el tomar acciones en situaciones no seguras.
- Identificar las respuestas apropiadas cuando uno se enfrenta con interacciones o violaciones inapropiadas.

Para Empezar

Hoy vamos a hablar sobre cómo tomar acción en situaciones inseguras. Algunas veces es difícil saber qué hacer cuando se está en una situación incómoda. Es posible que nos preocupemos por lo que piensen los demás, al hacer que alguien se enoje o al no ser popular por ir en contra de la multitud. Miremos el acrónimo A.C.C.I.O.N. Esto nos va a ayudar a identificar y hablar sobre qué hacer en situaciones inseguras.

A – Atención: ¿POR QUÉ estás incómodo?
C – Conciencia: ¿QUÉ te está diciendo?
C – Confía en tus instintos: El Espíritu Santo nos INCITA a estar seguros.
I – Información: ¿Qué están diciendo los familiares y los amigos sobre la persona/situación?
O – Opciones: Mira las OPCIONES. ¿Cuáles te van a mantener seguro?
N – Nadie está solo: ¡BUSCA la ayuda de un adulto de confianza!

Hablemos sobre cada una de las letras en el acrónimo.

Atención: ¿POR QUÉ estás incómodo?

Presta atención a la persona o situación que te hacen sentir incómodo. ¿Estás incómodo por lo que alguien más está diciendo o haciendo? ¿Es una actividad o una situación? ¿Alguien más cambió de planes sin decírtelo?

Ejemplo: Tú les dices a tus padres que vas a ir a ver una película con una amiga. Cuando el amigo te recoge ella te dice que los planes han cambiado y que ahora las dos van a ir a una fiesta. ¿Cuáles son otros ejemplos? Elige uno que muestre la manera más segura de salir de esta situación, y otro que sea una mala elección que no termina bien.

Conciencia: ¿QUÉ te está diciendo?

¿Está alguien pidiéndote que hagas algo que tú sabes, muy dentro de ti, que está mal?

Ejemplo: Unos amigos están en tu casa. Un amigo sugiere que se metan en la página de red social de un compañero no popular y que pretendan ser alguien que está “interesado” en él/ella. Tú sabes que esto es mentir y que puede herir a alguien, pero te preocupa lo que tus amigos van a pensar. ¿Por qué es tan difícil luchar por lo que es correcto? ¿Cuáles son otros ejemplos? Elige uno que muestre la manera más segura de salir de esta situación, y otro que sea una mala elección que no termina bien.

Confía en tus instintos: El Espíritu Santo nos INCITA a estar seguros.

Si tú piensas que no es seguro entonces probablemente no es seguro. Estos pensamientos y presentimientos son avisos del Espíritu Santo para ayudarnos a estar seguros. Préstale atención a los signos de advertencia internos de que alguien o algo no es seguro.

Ejemplo: Tu amiga ha estado distante últimamente. Ella parece estar deprimida y ha dejado de participar en la mayoría de las actividades. Tú has notado que ella está usando camisetas con manga larga incluso cuando está haciendo calor afuera. Tú estás preocupada de que ella de pronto se esté cortando. ¿Qué deberías hacer?, ¿Deberías escuchar el aviso del Espíritu Santo o ignorarlo?,

¿Qué otra información necesitas? ¿Cuáles son otros ejemplos? Elige uno que muestre la manera más segura de hacer lo que está bien, y otro que sea una mala elección que no termina bien.

Información: ¿Qué están diciendo tus amigos y familiares sobre la persona/situación?

Es importante escuchar los avisos del Espíritu Santo y a aquellas personas en nuestras vidas que se preocupan por nosotros.

Ejemplo: En la actualidad estás “saliendo” con un compañero de una clase superior. Una de tus amigas lo vio besando románticamente a alguien más. Si tu amiga te lo contara, ¿le creerías? ¿Qué te diría uno de tus adultos de confianza con respecto a esto? ¿Cuáles son otros ejemplos? *Elige uno que muestre la manera más segura de hacer lo correcto, y otro que sea una mala elección que no termina bien.*

Opciones: Mira todas tus OPCIONES, ¿cuáles opciones te mantendrán seguro(a)?

Es importante mirar todas las opciones cuando se está en una situación difícil. Puede haber varias opciones seguras.

Ejemplo: Estás en una fiesta con un amigo y con mucha otra gente que no conoces. Alguien empieza a tomar fotos con un teléfono pidiendo poses sugestivas. Cuando te lo piden a ti, tú dices algo chistoso para salirte de esa situación. ¿De qué otras maneras podrías manejar esa situación? ¿Cuáles son otros ejemplos? *Elige uno que muestre la manera segura de salir de la situación, y otro que sea una mala elección que no termina bien.*

Nadie está solo: BUSCA la ayuda de un adulto de confianza.

Muchos adolescentes piensan que nadie entiende por lo que están pasando. Cuando estás confundido(a) o estás en una situación incómoda es importante hablar sobre esto con un adulto en quien confíes.

Ejemplo: Tu familia ha estado pasando por un momento difícil últimamente y ha habido muchas peleas en la casa. Esto ha interrumpido tu sueño y está siendo difícil concentrarte en la escuela. Finalmente tienes el valor para hacer una cita con el consejero de la escuela. ¿Con cuáles otros adultos podrías contar? ¿Qué le dirías a un amigo que hiciera si tuviera este mismo problema? ¿Cuáles son otros ejemplos? *Elige uno que muestre la manera segura de hacer lo correcto, y otro que sea una mala elección que no termina bien.*

Discusión:



¿Qué tan difícil es tomar decisiones seguras?, ¿Ven los adultos la seguridad de manera diferente que los jóvenes?, ¿Por qué o por qué no?, ¿Crees tú que el Espíritu Santo nos puede avisar a estar seguros como nos lo dice el concepto del *Círculo de Gracia*?

Es importante que los jóvenes entiendan que el Círculo de Gracia siempre está presente y nunca nos abandona. Recuerda que el estar abiertos para tener una relación íntima con Dios nos va a permitir

escuchar el aviso del Espíritu Santo más claramente en situaciones inseguras.

Resumen Final:

A continuación, encontrarás algunas maneras en que un joven busca ayuda si están bajo presión o experimentan violaciones de sus límites personales.

Por favor, tanto los jóvenes y los padres compartan ideas sobre cómo estar seguros en cada uno de los siguientes:

- Escucha tu instinto, éste es el Espíritu Santo avisándote de que algo está mal. Aprende a reconocer los entornos y las interacciones que te pueden poner en situaciones incómodas.
- Cuando alguien te presione, trata de salirte de esa situación.
- Te puedes liberar de las relaciones dañinas al buscar la ayuda de un adulto de confianza.
- Dile a alguien que te pueda ayudar. Habla con alguien en quien confíes – uno de tus padres, un profesional, un consejero u otro adulto de confianza.
- Junto con uno de tus padres, elige tres Adultos de Confianza que podrías contactar para pedirles ayuda en caso de que tus padres no pudieran estar ahí para ayudarte.
- Si tiene preguntas sobre la lección del *Círculo de Gracia*, por favor comuníquese con la escuela o la parroquia para recibir ayuda.