

# Guía de Juventud para Relaciones Seguras y Saludables | Seguimiento Familiar

## Sesión 1

Estimados miembros de la familia,

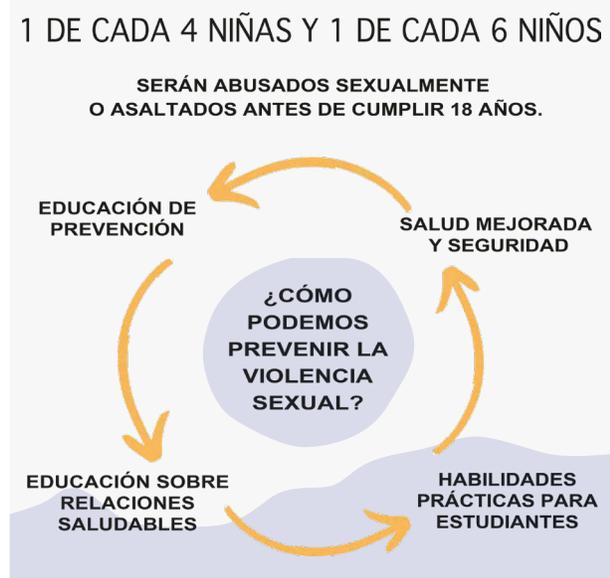
Puede que se pregunten: “¿Por qué nuestra iglesia está enseñando a nuestros hijos sobre relaciones seguras y saludables? ¿Es algo que deberían estar comunicando en la Clase de Confirmación o en el Grupo Juvenil? ¿De qué están hablando?”



Cherish All Children ha estado proveyendo educación, herramientas y participación con adultos y jóvenes desde el 2005, trabajando con ustedes para que nuestros hijos crezcan educados en relaciones seguras y saludables, libres de explotación sexual y trata de personas. Comenzamos como un ministerio dentro de la ELCA y luego nos unimos a Lutheran Social Service of Minnesota en 2017 para continuar apoyando a iglesias y grupos comunitarios en la protección de los jóvenes.

Nuestro trabajo ha evolucionado a medida que las necesidades de los jóvenes han cambiado, especialmente con el aumento del uso de Internet a través de las redes sociales, los juegos, aparatos escolares y todas las demás formas en que los jóvenes se conectan en línea. Además, la pandemia ha creado un mayor aislamiento en muchos jóvenes, abriendo más ampliamente la puerta para que los explotadores se enfoquen en los jóvenes.

Creemos que nuestras comunidades de fé ofrecen una oportunidad única para conectar con los jóvenes en un espacio seguro, al mismo tiempo que refuerzan su valor como hijos de Dios. Iniciar estas conversaciones con adultos de confianza y participar en actividades de desarrollo con sus compañeros en la iglesia puede ayudarlos como miembros de la familia a continuar estas conversaciones en casa.



Estamos comprometidos a prevenir todas las formas de violencia sexual y sabemos que la educación preventiva es una herramienta poderosa. Aquí hay una imagen de uno de nuestros socios comunitarios, [la Coalición de Minnesota contra el Asalto Sexual \(MNCASA\)](#), que muestra la realidad de por qué este trabajo es tan importante.

Estas cuatro sesiones en las que su hijo/a participará fueron creadas con mucho cuidado por Joy McElroy, directora de Cherish All Children, y Diaconisa Erica Larson, líder de Formación de Fe en el Sínodo del Área de Minneapolis, ELCA. ¡Gracias al artista joven Sarah Zaepfel por su obra de arte!

Por favor, comuníquense con cualquier pregunta a [info@cherishallchildren.org](mailto:info@cherishallchildren.org).

# Sesión 1: Relaciones Saludables

**PADRES/CUIDADORES:**  
¿QUIÉN LES CONVERSÓ SOBRE CÓMO TENER  
RELACIONES SALUDABLES CUANDO ESTABAN CRECIENDO?



## Cualidades de Relaciones Saludables y No Saludables

En esta primera sesión, los jóvenes explorarán las cualidades que conducen a una amistad o relación saludable. Trabajando en grupos pequeños, identificarán cualidades de relaciones saludables y no saludables, y aprenderán algunas señales de alerta que pueden indicar que algo no está del todo bien o que podría estar yendo en la dirección equivocada.

## ¿Qué es el Consentimiento?

Los jóvenes verán un breve video sobre el consentimiento, elegido por el líder, basado en la edad y nivel de madurez de los jóvenes. Definimos el consentimiento como “permiso para que algo ocurra o acuerdo para hacer algo”. Las discusiones pueden volverse bastante profundas sobre este tema, ya que los jóvenes han experimentado diferentes niveles de consentimiento en muchos aspectos de sus vidas, ya sea con amigos, familiares, interacciones en línea, desconocidos o una pareja.

## Preguntas de Discusión

Cada sesión incluye preguntas de discusión que el líder puede elegir. ¡También puede usar estas en casa! Idealmente, estas sesiones abrirán la puerta para que tenga conversaciones abiertas y relajadas con su hijo/a mientras navegan por sus relaciones.

- ¿Qué has aprendido de aquellos a quienes admiras sobre las relaciones saludables? ¿Cuál es el mejor ejemplo de una relación saludable que conoces? ¿Qué la hace tan buena?
- ¿Qué nos hace vulnerables a entrar en relaciones no saludables?
- ¿Cómo sería nuestro mundo si nos honráramos intencionalmente mutuamente, simplemente debido a nuestro valor y dignidad como seres humanos e hijos de Dios?
- ¿Qué es algo que aprendiste durante esta sesión y que deseas recordar?

## Cierre y Recursos

Se alienta al líder a cerrar con una oración y Caja de Reflexiones para comentarios anónimos. También se provee sitios de web para visitar y redes sociales para seguir buscando más información y apoyo relacionados con los temas de cada sesión. Puede ver la sesión completa y los recursos en [Issmn.org/cherishallchildren/safeandhealthyrelationshipsguides](http://Issmn.org/cherishallchildren/safeandhealthyrelationshipsguides).

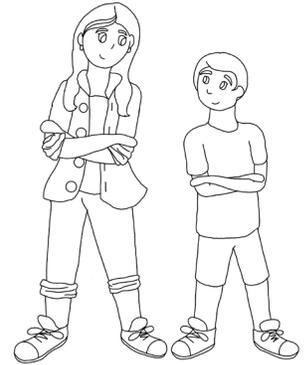


# Guía de Juventud para Relaciones Seguras y Saludables | Seguimiento Familiar

## Sesión 2

Estimados miembros de la familia,

Esperamos que hayan tenido la oportunidad de conversar con su hijo/a después de su primera sesión sobre Relaciones Saludables. Si no, ¡cualquier momento es bueno para comenzar estas conversaciones!



La sesión de hoy se trata de la seguridad en línea. Queremos reconocer las formas en que el mundo en línea de un joven es una parte importante de su socialización con amigos y familiares y su crecimiento, siempre y cuando les demos las herramientas para mantenerse seguros. Los objetivos de esta sesión incluyen que los jóvenes aprendan y detecten peligros potenciales en línea, tengan un espacio abierto para hablar sobre esto y que identifiquen personas seguras a las que puedan recurrir si es necesario.

Una declaración de apertura que el líder podría compartir con los jóvenes es, *"A veces, las relaciones y amistades pueden ser confusas, y cuando estás hablando con alguien en línea, puede ser aún más complicado."*

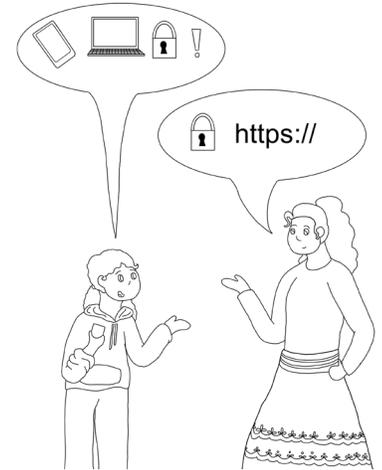
Aunque es posible que no comprendamos completamente el panorama siempre cambiante del mundo en línea – redes sociales, juegos, mensajes directos y más - los jóvenes nos necesitan como su red de seguridad. Incluso los jóvenes anhelan la conexión, aunque a veces nos alejan (esto es parte del crecimiento y desarrollo normal.) Conectar a los jóvenes con adultos seguros y saludables que puedan guiarlos en este mundo complicado de las relaciones y ayuda a que estén mejor equipados para mantenerse seguros. Desarrollar habilidades para relaciones saludables es importante tanto para las relaciones en persona como en línea.

Ustedes, como padres, abuelos, cuidadores u otros miembros de la familia, también pueden necesitar apoyo para comprender algunas de las señales de advertencia de alguien que busca explotar a un joven. Muchas veces, estas personas trabajan durante un período de tiempo para construir una relación con el/la joven e incluso extenderla a otros miembros de la familia. Usan un proceso de preparación para obtener confianza. Incluso, esto puede suceder tanto en línea como en persona. Cherish All Children ofrece educación para adultos para que comprendan mejor este problema, ya sea a través de una presentación o proporcionando recursos confiables. El internet está inundado de desinformación sobre la explotación sexual y la trata de personas. Podemos ayudar a los jóvenes a navegar por este laberinto informándonos cuidadosamente con información objetiva, disipando mitos y temores injustificados. No es necesario que tengan todas las respuestas, solo que estén listos para unirse en el trayecto con su hijo/a.

Por favor, no duden en comunicarse para obtener información adicional a [info@cherishallchildren.org](mailto:info@cherishallchildren.org).

# Sesión 2: Seguridad en Línea

**PADRES/CUIDADORES:**  
¿SE SIENTEN EQUIPADOS PARA AYUDAR A  
MANTENER A SU HIJO SEGURO EN LÍNEA?



## ¿Sabes...?

Esta sesión comienza con los jóvenes aprendiendo términos relacionados con la explotación en línea, incluido el catfishing, el sexting, la sextorsión, la pornografía de venganza y el grooming. Es posible que los jóvenes ya sepan sobre esto. Discutirlo abiertamente en el espacio seguro del grupo juvenil les da la oportunidad de hablar sobre cualquier experiencia que hayan tenido y evitar que vuelvan a suceder en el futuro.

## Video: “El Destino de Tu Foto”

Los jóvenes ven un video corto que muestra con qué rapidez una foto sexual compartida de manera confidencial puede extenderse por la escuela, las redes sociales, a los miembros de la familia e incluso a la dark web, donde un explotador puede vender la foto. Las discusiones se centran en lo que se podría haber hecho de manera diferente para cambiar esta situación, qué papel pueden desempeñar y quién puede ayudar si esto sucede. La construcción de habilidades ocurre cuando los jóvenes escriben en sus guías y discuten lo que le dirán a alguien que les pida que compartan algo con lo que no se sienten cómodos.

## Mantenerse Seguro en Línea — Cinco Cosas Que Puedo Hacer

Trabajando en grupos pequeños, los jóvenes reflexionarán sobre lo que han aprendido hoy y elaborarán una lista de lo que pueden hacer personalmente para mantenerse seguros en línea.

## Preguntas de Discusión

El líder puede elegir entre las siguientes preguntas, y ustedes también pueden usarlas en casa para continuar conversaciones abiertas y relajadas con su hijo/hija mientras pasan por estas sesiones.

- ¿Cuáles son algunas señales de alerta de las que puedes estar atento con alguien que conoces en línea?
- ¿Sabes a quién acudirías si necesitaras hablar sobre algo incómodo o inseguro que sucede en línea?
- ¿Qué impresiones e ideas sobre la sexualidad obtenemos de los videojuegos, las redes sociales y otros contenidos en línea?
- ¿Qué es una cosa que aprendiste durante esta sesión que quieres recordar?

## Cierre y Recursos

Se alienta al líder a cerrar con una oración y Caja de Reflexiones para comentarios anónimos. A los jóvenes también se les proporcionan sitios web relacionados para visitar y redes sociales para seguir. Pueden ver la sesión completa y los recursos en [Issmn.org/cherishallchildren/safeandhealthyrelationshipsguides](https://www.issmn.org/cherishallchildren/safeandhealthyrelationshipsguides).

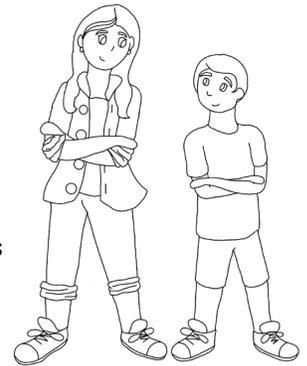


# Guía de Juventud para Relaciones Seguras y Saludables | Seguimiento Familiar

## Sesión 3

Estimados miembros de la familia,

Su hijo/hija ahora ha participado en dos sesiones para aprender y participar en actividades sobre relaciones seguras y saludables. Con suerte, también han tenido algunas buenas conversaciones de apertura en casa, y estas se convertirán en una parte normal de su relación a medida que su hijo se desarrolle.



La sesión de hoy continúa las discusiones del trabajo de seguridad en línea que hicieron en la última sesión, ayudando a los jóvenes a comprender qué son la explotación sexual y la trata de personas, y cómo ocurren tanto en línea como en persona. Esta sesión podría generar emociones más difíciles si alguien ha experimentado alguna forma de abuso o violencia sexual o conoce a alguien que la ha sufrido. Se alienta a los jóvenes a tomar un descanso si es necesario y/o a hablar con el líder más tarde si así lo desean.

Como parte de estas sesiones, se les proporciona a los líderes una declaración sobre ser un denunciante obligatorio para leer al comienzo de cada sesión. Las palabras que hemos proporcionado son, *"Juntos aprenderemos sobre formas en las que puedes mantenerte seguro y participar en relaciones saludables. También es mi trabajo ayudarte a mantenerte seguro. Si me dices que alguien está lastimándote o a alguien que conoces, o si vas a hacerte daño a ti mismo, es mi trabajo reportar esto de manera confidencial y con tu conocimiento. Juntos encontraremos el apoyo necesario."*

A los líderes se les proporciona información sobre cómo manejar una posible revelación de un joven que ha experimentado o está experimentando cualquier forma de abuso, explotación o trata. Algunos de estos elementos clave incluyen escuchar con respeto de una manera sin prejuicios, recordarles su responsabilidad como denunciante obligatorio, que la confidencialidad es parte de esa responsabilidad, y que no es su papel investigar la situación sino ser un adulto de apoyo confiable.

Cherish All Children cree que es nuestra responsabilidad como personas de fe proteger a todos los niños de Dios, y estamos aquí para apoyarlos. Comuníquese con cualquier pregunta a [info@cherishallchildren.org](mailto:info@cherishallchildren.org).

# Sesión 3: Comprensión y Prevención Explotación y el Tráfico Sexual



## **PADRES/CUIDADORES:**

**¿TIENE SU HIJO ADULTOS DE CONFIANZA (ADEMÁS DE USTED) A LOS QUE PUEDAN ACUDIR Y HABLAR SOBRE CUALQUIER COSA DIFÍCIL QUE PUEDA ESTAR PASANDO EN SUS VIDAS?**

## Vulnerabilidades

En esta sesión, estamos discutiendo las vulnerabilidades de una manera diferente a “ser vulnerables los unos con los otros en una relación saludable”. Definimos una vulnerabilidad como “algo que puede facilitar que alguien se aproveche de otro o que sea dañado física o emocionalmente”. Identificar algunas de sus propias vulnerabilidades puede ayudar a los jóvenes a comprenderse mejor a sí mismos, a mantenerse más seguros y a buscar un apoyo saludable y positivo cuando sea necesario.

## ¿Qué es la Explotación y el Tráfico Sexual?

Estos términos se definen para que los jóvenes puedan identificar situaciones en las que ellos o sus amigos podrían meterse y que podrían conducir a la explotación, ya sea en línea o en persona. Además, para obtener una comprensión más profunda de cómo mantenerse a salvo o apoyar a un amigo/a que podría estar en riesgo.

## ¿Quiénes Son Mis Personas de Confianza?

A los jóvenes se les da tiempo para identificar de 2 a 3 adultos de confianza y de 1 a 3 amigos de confianza en sus vidas: personas a las que pueden acudir y hablar sobre cualquier cosa difícil que pueda estar sucediendo.

## Hablando Sobre los Daños de La Pornografía

A los líderes se les proporciona información para compartir sobre el daño grave y creciente del material de abuso sexual infantil en línea (conocido como pornografía infantil). A los jóvenes se les proporciona la CyberTipline nacional para denunciar incidentes junto con un enlace para obtener apoyo. Visita [missingkids.org/es/gethelpnow/cybertipline](https://missingkids.org/es/gethelpnow/cybertipline).

## Mis Fortalezas

Esta sesión termina con un ejercicio de fortalezas individuales, ayudando a los jóvenes a identificar cómo sus fortalezas individuales pueden actuar como una barrera protectora para mantenerlos seguros en diversas situaciones de sus vidas.

## Preguntas de Discusión

Hay una pregunta clave de discusión para que el líder la use si el tiempo lo permite y una adicional para que aprenda sobre a quién considera su hijo/a sus personas de confianza.

- ¿Qué es algo nuevo que aprendiste hoy que podrías compartir con un adulto o amigo de confianza?
- Veo que hablaste sobre adultos y amigos que consideras tus personas de confianza en la sesión de hoy. Me encantaría saber quiénes son si estás dispuesto a compartir y apoyarte en estas relaciones.

## Cierre y Recursos

La sesión se cierra con una oración, Caja de Reflexiones y recursos para los jóvenes. Puedes ver la sesión completa y los recursos en [lssmn.org/cherishallchildren/safeandhealthyrelationshipsguides](https://lssmn.org/cherishallchildren/safeandhealthyrelationshipsguides).

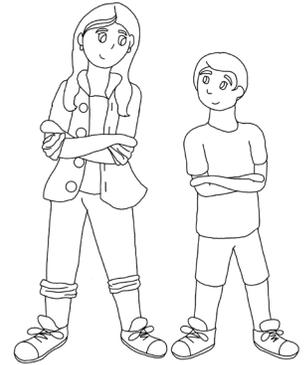


# Guía de Juventud para Relaciones Seguras y Saludables | Seguimiento Familiar

## Sesión 4

Estimados miembros de la familia,

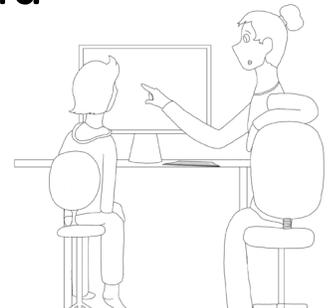
Esperamos sinceramente que estas sesiones hayan brindado una oportunidad para tener conversaciones abiertas y significativas con su hijo/a sobre relaciones seguras y saludables. Esta sesión los ayudará a resolver problemas y crear su propio plan de seguridad, que incluye identificar su red de apoyo. También se proporciona una lista de numerosos recursos que pueden ser útiles ahora y en el futuro. Bendiciones continuas mientras apoya a su hijo/a a través de su desarrollo hacia relaciones saludables.



Comuníquese con cualquier pregunta a [info@cherishallchildren.org](mailto:info@cherishallchildren.org).

## Sesión 4: Creando un Plan de Seguridad y Recursos Adicionales

**PADRES/CUIDADORES:**  
¿TIENE LOS RECURSOS PARA APOYAR  
A SU HIJO A MANTENERSE SEGURO?



### Situaciones Desafiantes

Los jóvenes discutirán situaciones de la vida real en grupos pequeños, dándoles la oportunidad de hablar sobre cómo manejarían algo que surge en la escuela, una fiesta, en línea o incluso en el grupo de jóvenes.

### Mi Plan de Seguridad

Los jóvenes responden preguntas en sus guías que pueden ayudarlos a reducir el riesgo de ser lastimados por otra persona, evitar situaciones peligrosas y conocer la mejor manera de reaccionar si sienten que pueden estar en peligro.

### Preguntas de Discusión

- ¿Cómo te comunicas con otra persona cuando ves señales de alerta en la relación?
- ¿Cómo te alejas o proteges de relaciones poco saludables?

### Cierre y Recursos

La sesión se cierra con una oración, Caja de Reflexiones y recursos para los jóvenes. Vea la sesión completa y los recursos en [lssmn.org/cherishallchildren/safeandhealthyrelationshipsguides](https://lssmn.org/cherishallchildren/safeandhealthyrelationshipsguides).

## Números y Sitios Web Importantes en los Estados Unidos

- **Número de emergencia:** Siempre llama a este número primero si estás en peligro inmediato. Marca **911** en tu teléfono
- **MN 2-1-1 United Way:** Información gratuita y confidencial para acceder a servicios como apoyo alimentario y de vivienda, salud mental, abuso de sustancias, programas para jóvenes y más. Solo marca **211** en tu teléfono o en línea [211unitedway.org/about-211/spanish](https://211unitedway.org/about-211/spanish)
- **Minnesota Safe Harbor Day One Hotline:** Recurso estatal de apoyo para refugios locales y servicios para víctimas potenciales o actuales de explotación o trata [dayoneservices.org](https://dayoneservices.org) / **1.866.223.1111** o **envía un mensaje de texto al 612.399.9995**
- **Centro Nacional de Niños Desaparecidos y Explotados:** Ayudar a encontrar niños desaparecidos, reducir la explotación sexual infantil y prevenir la victimización infantil. [missingkids.org/es/home](https://missingkids.org/es/home) / **1.800.843.5678**
- **Línea Nacional de Trata de Personas:** Si usted o alguien que conoce se encuentra en una posible situación de trata de personas, llame o envíe un mensaje de texto a esta línea directa para obtener ayuda y servicios. [humantraffickinghotline.org/es](https://humantraffickinghotline.org/es) **1.888.373.7888** o **envíe un mensaje de texto con la palabra "HELP" al 233733**
- **Esperanza United:** Ofrece experiencia en todos los problemas relacionados con la juventud y brinda recursos, apoyo y conexiones para ayudar y dar esperanza. Línea de crisis bilingüe en Minnesota **651.772.1611** en línea [esperanzaunited.org/es/](https://esperanzaunited.org/es/)  
Numero nacional **1.800.799.7233** [espanol.thehotline.org/](https://espanol.thehotline.org/)  
envíe un mensaje de texto con "START" al 88788
- **NAMI (Alianza Nacional de Enfermedades Mentales):** Proporciona defensa, educación, apoyo y conciencia pública para que todas las personas y familias afectadas por enfermedades mentales puedan construir mejores vidas. [nami.org/Home](https://nami.org/Home) (botón para traducir en Español disponible) **1.800.950.NAMI (6264)** o, en caso de crisis, envíe un mensaje de texto con "NAMI" al 741741
- **Línea Nacional de Prevención del Suicidio: Ahora llamado 998 lifeline:** Soporte gratuito y confidencial para personas en angustia, prevención y recursos de crisis para usted o sus seres queridos. Marca 988 en tu teléfono o chat en línea [988lifeline.org](https://988lifeline.org)
- **RAINN (Red Nacional de Violación, Abuso e Incesto):** prevenir la violencia sexual y ayudar a los sobrevivientes. Opera la línea directa Nacional de Asalto Sexual. **1.800.656.HOPE (4673)** o chat en línea [rainn.org](https://rainn.org)
- **Proyecto Trevor México:** Línea directa para jóvenes LGBTQIA+ que brinda servicios de intervención en crisis y prevención del suicidio; envíe un mensaje de texto con "COMENZAR" al 67676, por WhatsApp al número **55.9225.3337** o chat en línea [TheTrevorProject.MX/Ayuda](https://TheTrevorProject.MX/Ayuda)