

Tomando decisiones SMART/DHALLP¹

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.
Promoviendo el respeto y la responsabilidad a través de la educación sexual apropiada para la edad.

ALINEACIÓN NSES:

Al final del 8° grado los alumnos podrán:

PD.8.DM.1 – Demostrar el uso de un modelo para la toma de decisiones, y evaluar las posibles consecuencias de las decisiones que los adolescentes puedan tomar.

PR.8.DM.1 – Aplicarle el modelo para la toma de decisiones a varias decisiones relacionadas con la salud sexual.

GRADO META: Grado 7
Lección 8

TIEMPO: 50 Minutos

MATERIALES:

- Marcadores para pizarra blanca u hojas para rotafolio
- Hojas para rotafolio si no hay pizarra blanca disponible
- Cinta adhesiva
- Volante: “Tomando Decisiones SMART (Guía para el Maestro)”, una copia para el maestro
- Volante: “Tomando Decisiones SMART (Volante para Alumnos)”, uno por alumno
- Volantes: Tomando Decisiones SMART Escenarios 1 a 3, uno por grupo de tres alumnos
- Tarea: Tres asignaciones, una para cada alumno:
 - i. “Todo es Distinto, Nada Ha Cambiado”, Cuestionario para Alumnos
 - ii. “Todo es Distinto, Nada Ha Cambiado”, Cuestionario para Padres o Cuidadores
 - iii. Hoja de tarea con tres preguntas para reflexionar

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Aplicar el modelo SMART/ DHALLP en la toma de decisiones, para determinar si quieren estar en una relación sexual. [Conocimiento, Habilidad]
2. Demostrar su comprensión de cómo aplicar el modelo SMART/ DHALLP para la toma de decisiones en situaciones de la vida real. [Conocimiento, Habilidad]

UN APUNTE SOBRE EL LENGUAJE:

El lenguaje es muy importante e intencionalmente hemos tenido mucho cuidado acerca del lenguaje usado a lo largo de todo este currículo. Podría notar un lenguaje menos familiar a lo largo del currículo: el uso del pronombre “ellos” en lugar de “ella” o “él”; el uso de nombres de género neutros en escenarios y dramatizaciones, y referencias a “alguien con una vulva” en lugar de “chica” o “mujer”. Esto pretende que el currículo sea inclusivo para todos los géneros e identidades de género. Necesitará determinar por sí mismo cuánto y qué tan a menudo puede hacerlo en su colegio y aula, y deberá realizar los ajustes de acuerdo con eso.

PROCEDIMIENTO:

PASO 1: A veces, simplemente entrando de lleno a una historia puede agarrar la atención de los alumnos. Camine hacia el frente del aula y comience la clase diciendo lo siguiente:

“digamos que ustedes están en la cafetería aquí en el colegio y ven a dos alumnos que claramente no se agradan uno al otro. Comienzan echándose miraditas a medida que van por sus alimentos y a sentarse; luego, uno de ellos hace un comentario sobre el otro en una voz un poquito muy alta. El otro alumno se levanta, camina hacia el primer alumno y le pregunta, también en voz alta: ‘¿estás hablando CONMIGO?’. El segundo alumno se levanta y dice: ‘seguro que sí; ¿qué vas a hacer al respecto?’”.

Sobre la pizarra u hoja de rotafolio al frente del aula escriba: ‘¿Qué pueden hacer?’. Pregúnteles a los alumnos: “¿cuáles son TODAS las cosas distintas que POSIBLEMENTE puedan hacer en esta situación? No se preocupen si suenan poco realistas, o si no son cosas que USTEDES harían. Solo díganme cuáles son todas las opciones posibles”.

Anote las respuestas sobre la pizarra blanca o la hoja grande. Las posibles respuestas podrían incluir:

Tomando decisiones SMART/DHALLP

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

- Salir de la cafetería
- Correr a buscar un adulto
- Pararse entre los dos alumnos y decirles a los dos que se calmen
- Pegar un brinco y gritar: “¡peleen! ¡Peleen! ¡Peleen!”
- Unirse al alumno con el que están de acuerdo y pararse junto a esa persona
- Tratar de calmar a todos haciendo un chiste como: “¡oigan, están hablando muy alto y no me puedo concentrar en mis papitas fritas!”
- Agarrar el celular y comenzar a grabar

Nota para el maestro: *Siéntase con la libertad de contribuir cualquiera de las respuestas arriba mencionadas si la clase no las ofrece, y pregunte si ellos piensan que podrían agregarse a la lista.*

Explíqueles a los alumnos: “claramente hay cosas acerca de las cuales las personas necesitan pensar antes de tomar una decisión. Ahora vamos a hablar sobre un modelo que nos puede guiar en la toma de decisiones difíciles; y para el resto de la lección, vamos a estar hablando sobre cómo lo podemos usar para decidir si queremos estar en una relación sexual con otra persona”. (7 minutos)

PASO 2: Distribuya el volante para alumnos del modelo “Tomando Decisiones SMART/ DHALLP “. Repase el modelo con los alumnos usando como recurso la guía para el maestro, escribiendo cada letra, palabra o frase sobre la pizarra o la hoja de rotafolio a medida que avanza. Contesté cualquier pregunta que tengan los alumnos sobre el modelo.

Diga: “ahora vamos a poner en práctica el Modelo SMART/ DHALLP. Tomemos el escenario del que acabamos de hablar. Solo para recordarles, el escenario es: ‘ustedes están en la cafetería aquí en el colegio y ven a dos alumnos que claramente no se agradan uno al otro. Comienzan echándose miraditas a medida que van por sus alimentos y a sentarse; luego, uno de ellos hace un comentario sobre el otro en una voz un poquito muy alta. El otro alumno se levanta, camina hacia el primer alumno y le pregunta, también en voz alta, ¿Estás hablando CONMIGO? El segundo alumno se levanta y dice: ‘Seguro que sí; ¿qué vas a hacer al respecto?’.

“Repasemos juntos el modelo. Primero, necesitan detenerse un minuto, porque esta es una gran decisión a tomar. Segundo, van a querer hacer una lista de todas las posibles opciones; eso ya la hicimos al comienzo de la clase. Ahora viene la parte divertida: analizar las opciones”.

Pídale a la clase que repase la lista de opciones que hay en la pizarra y que le ayuden a borrar las opciones menos realistas, o aquellas que no están permitidas por estar en el colegio.

Trabaje junto con los alumnos para reducir la lista a una sola, y márquela con un círculo en la pizarra.

Diga: “así que analizamos nuestras opciones, y con esta que circulé llegamos a una decisión, que es la próxima letra en el modelo. La última letra, la T, realmente va después de que hayan tomado su decisión. De tiempo en tiempo necesitan revisar lo que alguna vez pensaron que fue una buena decisión; tal vez la que pensaron que no fue la mejor decisión para ustedes, y determinar si hay algo que quieran hacer distinto en adelante”. (15 minutos)

Tomando decisiones SMART/DHALLP

Un Plan de Clase tomado de: “Derechos, Respeto, Responsabilidad: Un Currículo para K-12”.

PASO 3: Dígales que ahora van a practicar usando ellos mismos el modelo, pero que esta vez van a estudiar una situación que tiene que ver con sexo. Divida a los alumnos en grupos de tres. Proporciónale a cada triada un escenario para el cual ellos tengan que ponerse en la situación de una persona que desea esperar antes de tener sexo, y que tiene que afrontar la decisión de esperarse o tener sexo.

Nota para el maestro: Más de alguna triada va a tener el mismo escenario. El número de alumnos en la clase determinará cuántas copias de los escenarios serán necesarias.

Dígales a los alumnos que repasen el modelo: “Tomando Decisiones SMART/ DHALLP “ como si fueran un personaje en el escenario, y que tomen su decisión en base a este proceso. Dígales que tienen alrededor de 10 minutos en los cuales hacer este trabajo. Camine alrededor del aula mientras trabajan para ver si tienen alguna pregunta y para proporcionarles orientación. (13 minutos)

PASO 4: Luego de unos 10 minutos, pídale a unos grupos que presenten lo que hayan resuelto. Luego de que cada grupo presente su modelo, pídale al resto de la clase que haga comentarios sobre lo que piensen que sea particularmente efectivo y, si es el caso, qué es lo que sugerirían cambiar. (10 minutos)

PASO 5: Pregunte: “¿ustedes creen que sea más fácil para las personas de su edad tomar decisiones sobre el sexo y la sexualidad de lo que fue para sus padres o cuidadores?”. Luego de algunas respuestas, explique que tienen una asignación de tarea en donde le van a preguntar a sus padres o cuidadores sobre la experiencia que ellos tuvieron cuando estaban creciendo. Distribuya la tarea asignada, repásela brevemente, y pídale que para la próxima clase entreguen únicamente la última hoja con las tres preguntas. (5 minutos)

EVALUACIÓN RECOMENDADA DE LOS OBJETIVOS DE APRENDIZAJE A LA CONCLUSIÓN DE LA LECCIÓN:

La observación por parte del maestro durante la discusión con la clase entera se combinará con la hoja de trabajo para los pequeños grupos, y servirán para determinar si se cumplió con los objetivos de aprendizaje.

TAREA:

“Todo Es Distinto, Nada ha Cambiado”, hojas de trabajo que el alumno y su padre o cuidador deberán completar y luego discutir juntos. El alumno deberá completar después una hoja de reacción, la cual deberá entregar en la próxima clase.

El Modelo “TOMANDO DECISIONES SMART/DHALLP”

Volante para Alumnos

Adaptado con permiso de una lección en Goldfarb, E. y Schroeder, E. (2004), Making SMART Choices about Sex: A Curriculum for Young People. Rochester, NY: Metrix Marketing.

Cuando tenemos que tomar alguna decisión, necesitamos pensar antes de actuar si queremos tomar una decisión inteligente, o “SMART”. Pero, ¿qué necesitamos hacer para lograrlo? En este modelo, las letras de la palabra “SMART” son un acrónimo en inglés que se explica a continuación, y que en español, “DHALLP”, se refieren a los pasos para la toma de decisiones inteligentes.

S - SLOW DOWN (D-DESACELERA)

Tú tienes el derecho de tomarte todo el tiempo que necesitas para tomar una decisión que sea la mejor para tí.

M - MAKE A LIST OF YOUR OPTIONS (H-HAZ UNA LISTA CON TODAS TUS OPCIONES)

Estudiando cada posible opción te ayudará a saber que realmente has analizado todo muy bien.

A - ANALYZE YOUR CHOICES (A-ANALIZA TUS OPCIONES)

Sé honesto contigo mismo y piensa en los pros y los contras de cada opción. Asegúrate de sopesar tus opciones, porque no todas tendrán un valor equivalente.

R - REACH A DECISION (LL-LLEGA A UNA DECISIÓN)

Escoge la mejor opción y considera qué es lo que te ayudará a MANTENER tu decisión.

T - THINK AND EVALUATE (P-PIENSA Y EVALÚA)

Dependiendo de la opción que escojas, tal vez necesites examinarla de vez en cuando para ver cómo van las cosas.

*De Goldfarb, E. y Schroeder, E. (2004), Making SMART Choices about Sex:
A Curriculum for Young People. Rochester, NY: Metrix Marketing.*

El Modelo “TOMANDO DECISIONES SMART/DHALLP”

Guía para el Maestro

Cuando tengamos que tomar una decisión, necesitamos pensar antes de actuar si queremos tomar una decisión inteligente, o “SMART”. Pero, ¿qué necesitamos hacer para lograrlo? En este modelo, las letras de la palabra “SMART” o siglas “DHALLP” son un acrónimo en inglés que se explica a continuación, y que en español, “DHALLP”, se refieren a los pasos para la toma de decisiones inteligentes.

S – SLOW DOWN (D-DESACELERA)

La manera MENOS efectiva de tomar una decisión es tomándola en ese momento, ¡antes de pensarlo primero! Necesitan observar todas las cosas que estén sucediendo, ¿a quién más involucran? ¿Definitivamente quién no está involucrado? Ustedes tienen el derecho de tomarse todo el tiempo que necesitan para asegurarse que están tomando una buena decisión.

M – MAKE A LIST OF YOUR OPTIONS (H-HAZ UNA LISTA CON TODAS TUS OPCIONES)

Estudiando cada posible opción – aun las que parezcan tontas y, hasta las irresponsables –, les ayudará a saber que realmente han analizado todo muy bien. Hablen acerca de sus opciones con las personas en sus vidas que ustedes conocen bien y en quienes confían. Una vez que hayan creado su lista, están listos para el próximo paso.

A – ANALYZE YOUR CHOICES (A-ANALIZA TUS OPCIONES)

Esto significa pensar acerca de los pros y los contras de cada uno; sopesando las opciones y siendo honestos con ustedes mismos. Si lo que escogen los conduce hacia la práctica de conductas saludables, es consistente con sus valores, y los ayudan a cumplir con sus metas para el futuro, es la opción INTELIGENTE para USTEDES. Una vez que hayan analizado esto, estarán listos para el próximo paso.

R – REACH A DECISION (LL-LLEGA A UNA DECISIÓN)

Luego de analizar todas las opciones, escojan una que sea la decisión correcta para ustedes. Piensen en su decisión y asegúrense de que se siente como una opción saludable e inteligente para ustedes. Muy bien, ahora que han tomado una decisión INTELIGENTE, necesitan pensar acerca de lo que tienen que hacer para PERSISTIR. Por ejemplo, si sus decisiones son acerca de querer tener sexo, ¿quién en sus vidas los apoyará en esta decisión?

T – THINK AND EVALUATE (P-PIENSA Y EVALÚA)

Dependiendo de la opción que tomen, podrían necesitar evaluarla de vez en cuando; ver cómo van las cosas, y pensar en lo que tal vez necesite cambiar para que pueda persistir, o cambiar la decisión que tomaron. Pensando en cómo tomaron su decisión al inicio, incluso usar de nuevo la primera parte del modelo SMART/ DHALLP, los puede ayudar mucho a mantenerse fiel a lo que USTEDES piensan que sea lo mejor, y no lo que piensen sus amigos o lo que sus parejas quieren que hagan.

CUESTIONARIO PARA LOS ALUMNOS

“Todo Es Distinto, Nada ha Cambiado”

INSTRUCCIONES: Por favor contesta el cuestionario en esta hoja usando tus propias creencias e ideas. Pídele a tu padre o cuidador que llene el otro cuestionario. Cuando terminen, compartan entre ambos sus respuestas a las preguntas. Toma nota en qué puntos tú o tu padre o cuidador concuerdan o están en desacuerdo. Asimismo, observa qué cosas te sorprenden a medida que discuten sus respuestas. Luego de la entrevista, completa la hoja de reacción que tiene tres preguntas.

¿Cómo piensas que las presiones para tener sexo hoy son **DISTINTAS** de cuando tus padre(s) o cuidador(es) tenían tu edad?

¿De qué formas piensas que las presiones para tener sexo son **IGUALES** para los adolescentes de hoy, de como fueron cuando tu(s) padre(s) o cuidador(es) estaban creciendo?

¿Cuáles son las tres cosas que las personas de tu edad necesitan, o quieren más de su(s) padres(es) o cuidador(es), cuando se trata de tomar decisiones sexuales saludables?

1.

2.

3.

CUESTIONARIO PARA LOS PADRES O CUIDADORES

“Todo Es Distinto, Nada ha Cambiado”

INSTRUCCIONES: Por favor conteste el cuestionario en esta hoja usando sus propias creencias e ideas. Su hijo llenará su propia hoja con las mismas preguntas. Cuando ambos terminen, compartan sus respuestas a las preguntas. Tome nota en qué puntos usted y su hijo concuerdan o están en desacuerdo. Asimismo, tome nota de lo que le sorprenda a medida que discute sus respuestas con su hijo. Asegúrese de hablar acerca de cómo se sintió tener presión cuando usted tenía la edad de su hijo.

Cuando usted era joven, ¿cómo tomaban decisiones acerca del sexo las personas de su edad? ¿Piensa que las presiones para tener sexo hoy son DISTINTAS de cuando usted tenía la misma edad que su hijo? Estas presiones, ¿eran diferentes dependiendo del género?

¿De qué formas piensa que las presiones para tener sexo son IGUALES para los adolescentes de hoy, de como fueron para usted cuando estaba creciendo?

¿Cuáles tres sugerencias podría hacerle a su hijo que usted piense que le ayudarían a tomar decisiones sexuales saludables?

1.

2.

3.

Tomando Decisiones SMART/ DHALLP Escenario #1

Tu novio o novia te invita a su casa a ti y a otras dos parejas para que pasen el rato una noche en la que no están sus padres. Todos ustedes están juntos en la sala, y cada pareja se está besando. En algún momento escuchas que alguien dice: “creo que todos necesitamos un poco más de privacidad”, y de pronto las otras dos parejas se desaparecen. Tu novia o novio te mira y dice: “ahora que estamos solos, tal vez podamos llevar las cosas hasta el siguiente nivel”.

Adaptado con permiso de una lección en Goldfarb, E. y Schroeder, E. (2004), Making SMART Choices about Sex: A Curriculum for Young People. Rochester, NY: Metrix Marketing.

Tomando Decisiones SMART/ DHALLP Escenario #2

Estás paseando con tu novio o novia, y la conversación se vuelve al tema del sexo. Ninguno de ustedes dos ha tenido algún tipo de sexo antes, y esta es la primera vez que hablan del tema. Tu novio o novia dice: “realmente quiero saber cómo se siente, ¿y tú? ¿Qué te parece si lo hacemos solo una vez para averiguar como se siente, y luego no lo tenemos que volver a hacer si no queremos?”.

Adaptado con permiso de una lección en Goldfarb, E. y Schroeder, E. (2004), Making SMART Choices about Sex: A Curriculum for Young People. Rochester, NY: Metrix Marketing.

Tomando Decisiones SMART/ DHALLP Escenario #3

Tu y tu novio o novia han estado juntos por seis meses. Ningún otro de tus conocidos ha permanecido tanto tiempo en una relación. Los dos están realmente enamorados, y sienten que son el uno para el otro. Hace unos meses acordaron que los dos estaban demasiado jóvenes para tener sexo y, juntos, decidieron esperar. Va a haber un baile para el Día de San Valentín en el colegio, y planifican asistir juntos. Esa noche, tu novio o novia te dice: “no vayamos al baile. Yo conozco un lugar adonde podemos ir para estar juntos y solos”.

Adaptado con permiso de una lección en Goldfarb, E. y Schroeder, E. (2004), Making SMART Choices about Sex: A Curriculum for Young People. Rochester, NY: Metrix Marketing.

TAREA

Nombre: _____ Fecha: _____

1. ¿Qué, si es que hubo algo, te sorprendió a ti y a tu padre o cuidador acerca de esta tarea?

Yo:

Mi padre o cuidador:

2. ¿Hubo más similitudes en lo que tú y tu padre o cuidador escribieron, o más diferencias? Proporciona al menos dos ejemplos.

3. Menciona al menos una cosa que hayas aprendido al hacer esta actividad.