

¿Relaciones saludables o no saludables?

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:

HR.8.CC.1 – Comparar y contrastar las características de las relaciones saludables o no saludables.

HR.8.SM.1 – Explicar los criterios usados para evaluar si una relación es saludable.

HR.8.CC.2 – Describir los impactos potenciales de las diferencias de poder tales como la edad, el estatus o posición dentro de las relaciones.

GRADO META: Grado 8
Lección 3

TIEMPO: 50 Minutos

MATERIALES:

- Dos letreros, uno que diga “Relación saludable” y otra que diga “Relación no saludable”
- Suficientes de las 16 tarjetas “Relaciones Saludables o Relaciones No Saludables” para la mitad de los alumnos en la clase, preparadas como se describe
- Tarea: “Relaciones Saludables a Todo Nuestro Alrededor”, una por alumno
- Comprobantes de salida: “Antes de Irte”, uno por alumno
- Cinta adhesiva
- Pizarra blanca y marcadores
- Lápices en caso de que los alumnos no tengan

PREPARACIÓN PREVIA A LA LECCIÓN:

- Imprima suficientes tarjetas “Relaciones Saludables o Relaciones No Saludables” para la mitad de los alumnos en la clase. Doble cada una a la mitad.
- Pegue con cinta adhesiva los letreros “Relaciones Saludables” y “Relaciones No Saludables” en la pizarra al frente, a una buena distancia una de la otra para crear continuidad.
- Imprima los comprobantes de salida “Antes de Irte” y córtelos a la mitad para que cada alumno reciba uno (el cual es un comprobante de salida completo).
- Corte pedazos individuales de cinta adhesiva de una pulgada, suficientes para la actividad “Relaciones Saludables o Relaciones No Saludables”, y péguelas en algún saliente u orilla de la mesa para que los alumnos los puedan tomar al momento de usarlos durante la actividad.

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.

OBJETIVOS DE APRENDIZAJE:

Al finalizar esta lección los alumnos podrán:

1. Caracterizar, en sus propias opiniones, al menos un rasgo de una relación sana o enfermiza. [Conocimiento, Habilidad, Actitud]
2. Nombrar al menos dos tipos de poder diferenciado en las relaciones, así como lo que implican para la relación. [Conocimiento]
3. Describir al menos dos maneras en las cuales una relación enfermiza puede convertirse en una relación sana. [Conocimiento]
4. Aplicar su comprensión de lo que es una relación sana a una pareja representada en los medios de comunicación. [Conocimiento, Habilidad]

¿Relaciones saludables o no saludables?

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

PROCEDIMIENTO:

PASO 1: Pregunte: “¿cuántos de ustedes pueden pensar en alguna pareja en sus vidas? Pueden ser miembros de sus familias, amistades, hermanos o quien sea.

“¿Quiénes piensan ustedes que están en una relación sana?”. Luego de que algunos alumnos levanten la mano pregunte: “¿cuántos de ustedes pueden pensar en una pareja que se consideraría que está en una relación enfermiza?”.

Diga: “apuesto a que si describiéramos todas estas relaciones no nos pondríamos de acuerdo acerca de si son saludables o no saludables. Eso es porque todos hemos recibido una variedad de mensajes acerca de cómo las personas deberían comportarse en una relación. Estos mensajes tienen un gran impacto sobre la forma en que vemos que algo es sano, enfermizo o una mezcla de ambos. Así que hoy vamos a estudiar algunas de las cosas que pueden pasar en las relaciones, y si ustedes piensan que estas cosas significan que una relación es sana o enfermiza”.

Divida a los alumnos por parejas. Dele a cada pareja una de las tarjetas “Relaciones Saludables o Relaciones No Saludables”. Pídales que hablen entre ellos acerca de si piensan que lo que ahí se describe es una relación sana o una relación enfermiza. Dígalos que una vez que hayan decidido, deberán darle vuelta a la hoja y escribir las razones por las que piensan que sea enfermiza, sana o algo entre ambas. Explíqueles que son el “equipo uno”, y que deberán completar la primera línea al reverso de la hoja, pero no la segunda. Sostenga en alto la hoja para demostrarlo a medida que les da estas instrucciones.

Dígalos que una vez que hayan terminado de escribir sus razones, pueden llevar la hoja de papel al frente del aula y pegarla en donde piensen que va. Indíqueles que hay bastante espacio entre los letreros de “Relaciones No Saludables” y “Relaciones Saludables” para que puedan poner sus tarjetas debajo de uno de esos letreros, o en un punto intermedio, si es que sienten que tiene algunas características saludables y otras no saludables, pero no completamente una o la otra.

Luego de unos 5 minutos, si no han puesto todas las tarjetas, anímelos a que las pongan sobre la pizarra. Pídales que permanezcan con sus mismas parejas. (8 minutos)

PASO 2: Comenzando en una de las puntas del continuo, lea cada una de las tarjetas. Una vez que las haya leído todas, pídale a los alumnos que lean lo que hay sobre la pizarra y que comenten sobre lo que observan. Sus respuestas dependerán de dónde hayan sido colocadas las tarjetas (esta actividad es intencionalmente basada en opiniones, así que la pizarra posiblemente se verá distinta cada vez).

Por ejemplo, los alumnos podrían decir: “todas las relaciones se ven realmente no saludables”, o “ninguna de las tarjetas muestran relaciones completamente no saludables o completamente saludables”.

Pregunte: “¿hay alguna tarjeta ahí que les gustaría mover? ¿Cuál(es) y por qué?”. A medida que los alumnos señalen tarjetas en particular, despéguelas y lea atrás las razones por las cuales la pareja de alumnos que tenían esas tarjetas escogieron colocarlas donde lo hicieron. Pregúnteles si eso les hace cambiar su punto de vista. Debido a que esta es una actividad basada en opinión, no vaya a mover de lugar las tarjetas, solo discuta algunas de ellas.

¿Relaciones saludables o no saludables?

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

Nota para el maestro: *Revise hasta cinco de las tarjetas, haciendo ajustes según el interés de los alumnos en esta parte de la actividad. Si la discusión pierde dinamismo, pare luego de tres; si aún está vibrante y conectada, podría escoger continuar más allá de cinco.*

He aquí algunas sugerencias para las cuales hay muchos grises, y acerca de las cuales probablemente haya discusiones extensas:

- Un chico acompaña a su novia al colegio todas las mañanas; la espera todos los días a la hora del almuerzo, y la recoge al final de la tarde para acompañarla camino a su casa.
- Una chica nota que su amiga está recibiendo mucha atención de dos personas distintas en el colegio. Ella les habla a cada una por separado y les advierte que se alejen de ella “o de lo contrario...”.
- Una pareja tiene un acuerdo en el que no le pondrán contraseña de seguridad a sus celulares, y de que pueden revisar mutuamente sus mensajes de texto y sus cuentas en los medios sociales cuando quieran.
(8 minutos)

PASO 3: Pregunte: “¿en cuál de estas relaciones sienten ustedes que una persona tiene más poder que la otra persona?”. Resalte el ejemplo de la chica cuya amiga es 10 años mayor que ella. Pregunte: “¿de qué formas podría tener más poder la chica mayor que la más joven?”. Escriba una “P” sobre esa tarjeta para indicar que existe el potencial de que una pareja tenga más poder que la otra.

A medida que los alumnos mencionan ejemplos en donde sienten que podría haber una diferencia de poder, escriba “P” en cada una de esas.

Diga: “el poder puede mostrarse de distintas formas. A veces, las personas se dan cuenta de que hay una diferencia de poder y no tienen problema con ello; otras veces, la diferencia de poder puede conducir a una relación realmente enfermiza o hasta abusiva. Les voy a pedir que mantengan la idea de poder en mente a medida que realizan la siguiente parte de la actividad”. (6 minutos)

PASO 4: Pídale a un alumno de cada pareja que vaya a la pizarra y tome una de las tarjetas, pero no la original con la que ellos trabajaron, y que regrese a sentarse con su pareja. Díales que deberán hablar acerca de lo que está en la tarjeta; darle vuelta y leer por qué los otros alumnos la etiquetaron de la forma en que lo hicieron. Luego pídeles que discutan sobre lo que necesitaría cambiar para que ellos pudieran sentir que esta tarjeta podría ir debajo del letrero “Relaciones Saludables”. Pídeles que escriban sus respuestas en el espacio proporcionado. Díales que tienen como 5 minutos en los cuales hacer este trabajo. A medida que trabajan, tome el letrero “Relaciones Saludables” y muévelo a una ubicación más cercana al centro de la pizarra. (7 minutos)

PASO 5: Camine alrededor del aula y pídeles a las parejas que compartan lo que proponen como pasos específicos, u otras cosas, que sus parejas necesitan hacer para que su relación sea sana. Parafrasee las características que comparten y escríbalas sobre la pizarra debajo del letrero “Relaciones Saludables”.

¿Relaciones saludables o no saludables?

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

Por ejemplo, si los alumnos dijeran: “necesitan dejar de estar revisando mutuamente sus celulares”, usted podría escribir “confianza” sobre la pizarra y “teléfonos celulares” junto a eso en paréntesis. Si alguna pareja siguiente repitiera algo que ya se haya dicho, póngale una marca de verificación junto a esa característica. (12 minutos)

PASO 6: Pídale a los alumnos que lean la lista que generaron y pregúnteles qué es lo que piensan sobre lo que ven. De nuevo, debido a que esta lista fue generada por los alumnos, podría ser distinta cada vez. Procese la lista haciendo las siguientes preguntas:

1. ¿Les sorprende lo que haya recibido la mayor cantidad de marcas de verificación aquí? ¿Por qué o por qué no?
2. ¿Falta algo? ¿Hay alguna otra cosa, que no se haya mencionado, que ayudaría a volver sana una relación?
3. ¿Qué tan fácil o retador es hacer algunas o todas estas cosas? Para aquellas etiquetadas como “retadoras”, pregúnteles por qué piensan que así sea.
4. Pregunte: “¿qué hay sobre la idea del poder? ¿Dónde ven reflejado el poder en esta lista?”

Diga: “la forma en que aparentan ser las relaciones, y la manera en que funcionan, pueden ser distintas. Pero como ven aquí, hay ciertas características que las personas están de acuerdo que significan que una relación es sana. Cuando una relación es sana, es buena para las dos personas involucradas, y no tiene un impacto negativo sobre las personas que están fuera de la relación y quienes todavía son parte de la vida de la pareja, tales como amistades y miembros de la familia”.

Describa la tarea asignada y distribuya las hojas de trabajo. Dígales a los alumnos que usted ha creado una lista de características que tienden a considerarse como parte de una relación sana, las cuales incluirán algo de lo que ellos generaron sobre la pizarra, así como algunas otras ideas. Pídale que hablen sobre una pareja que conozcan, ya sea en la vida real o de alguna película o programa de TV, o una pareja en un libro o sobre la que hayan leído en línea, y que digan si piensan que son una pareja sana con base en esas características.

Distribuya los comprobantes de salida “Antes de Irte” y pídale a los alumnos que los completen y se los entreguen a la salida de la clase. (9 minutos)

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

Los maestros podrán evaluar qué tan bien alcanzaron los tres primeros objetivos de aprendizaje durante la actividad en la clase, así como la discusión y el proceso. El cuarto objetivo de aprendizaje se cumplirá a través de la tarea asignada.

TAREA:

Hoja de trabajo: “Relaciones Saludables a Todo Nuestro Alrededor”. Los alumnos proporcionarán tres ejemplos de parejas en sus propias vidas, o de un programa en la TV, libro, película u otra fuente, y explicarán por qué piensan que son relaciones saludables.

¡Relaciones Saludables a Todo Nuestro Alrededor!

Nombre: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Piensa en las relaciones que has visto en tu vida. Estas podrían ser de protagonistas de un programa de TV o película, figuras públicas o personas que conozcas personalmente. Por favor proporciona tres ejemplos de relaciones saludables y explica por qué piensas que son saludables con base en lo que hemos hablado en clases. ¡También asegúrate de explicar tus razones con ejemplos!

EJEMPLO

Pareja: Beyonce y Jay-Z

Los conoces de: Vídeos de música y premiaciones

¿Por qué piensas que esta es una relación sana? Por favor proporciona ejemplos:

Le hablan mucho a los medios de comunicación sobre su pareja; siempre de una manera positiva. Comenzaron juntos una familia y ambos parecen muy comprometidos mutuamente cuando se les ve en las fotografías.

Pareja 1:

Los conoces de:

¿Por qué piensas que esta es una relación sana? Por favor proporciona ejemplos:

Pareja 2:

Los conoces de:

¿Por qué piensas que esta es una relación sana? Por favor proporciona ejemplos:

Pareja 3:

Los conoces de:

¿Por qué piensas que esta es una relación sana? Por favor proporciona ejemplos:

ANTES DE IRTE...

La característica de una relación sana que más destacó para mí en la clase de hoy fue:

estaba _____

por que _____

ANTES DE IRTE...

La característica de una relación sana que más destacó para mí en la clase de hoy fue:

estaba _____

por que _____

ANTES DE IRTE...

La característica de una relación sana que más destacó para mí en la clase de hoy fue:

estaba _____

por que _____

Equipo dos: ¿Cómo podría ésta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

----- (DOBLE AQUI) -----

Luego de pasar mucho tiempo juntos, una pareja quiere comenzar a tener sexo. Habla sobre el sexo más seguro y deciden usar condones cada vez.

Equipo dos: ¿Cómo podría esta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

Un chico acompaña a su novia al colegio todas las mañanas; la espera todos los días a la hora del almuerzo, y la recoge al final de la tarde para acompañarla camino a su casa.

TARJETA “RELACIÓN SALUDABLE O RELACIÓN NO SALUDABLE”

Equipo dos: ¿Cómo podría ésta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

Una pareja tiene un mes de estar juntos, y están hablando de tener sexo. Uno ha tenido sexo antes y el otro no, pero dice que sí porque le da vergüenza.

Equipo dos: ¿Cómo podría ésta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

**Una chica nota que su amiga
está recibiendo mucha
atención de dos personas
distintas en el colegio.
Ella les habla a cada uno
por separado y les advierte
que se alejen de ella,
“o de lo contrario...”.**

TARJETA “RELACIÓN SALUDABLE O RELACIÓN NO SALUDABLE”

Equipo dos: ¿Cómo podría ésta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

Una pareja tiene un acuerdo en el que no le pondrán contraseña de seguridad a sus celulares, y de que pueden revisar mutuamente sus mensajes de texto y sus cuentas en los medios sociales cuando quieran.

TARJETA “RELACIÓN SALUDABLE O RELACIÓN NO SALUDABLE”

Equipo dos: ¿Cómo podría ésta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

La Pareja uno quiere tener sexo. La Pareja dos dice que no está lista, pero luego de hablarlo, cede y tienen sexo aunque realmente no quería.

Equipo dos: ¿Cómo podría esta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

Un chico y una chica llevan juntos seis meses y las cosas no están marchando muy bien. Ella decide dejar de tomar anticonceptivos sin decirle a él, porque ella piensa que si se embaraza él no romperá con ella.

TARJETA "RELACIÓN SALUDABLE O RELACIÓN NO SALUDABLE"

Equipo dos: ¿Cómo podría esta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

----- (DOBLE AQUI) -----

Una pareja por lo general decide cuándo, dónde y qué van a hacer juntos. La otra pareja dice que no le gusta tomar decisiones y que le parece bien.

Equipo dos: ¿Cómo podría esta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

Un chico lleva cinco meses con su novio. Se han dicho “Te amo”, pero cuando están con otros amigos en el colegio, uno de los chicos finge que no son pareja. Él dice que es porque todavía no le ha dicho a su familia que es gay.

TARJETA “RELACIÓN SALUDABLE O RELACIÓN NO SALUDABLE”

Equipo dos: ¿Cómo podría ésta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

----- (DOBLE AQUI) -----

**Una pareja se envía mensajes
de texto todo el tiempo.
Pero cuando se juntan, ya
sea solos o con amistades,
se sienten incómodos
hablando entre ellos.**

Equipo dos: ¿Cómo podría ésta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

Un chico tiene un fundamento religioso muy profundo. Está teniendo sexo con su novia, pero después de cada ocasión, dice que se siente disgustado consigo mismo. Su novia le dice que lo supere.

Equipo dos: ¿Cómo podría esta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

----- (DOBLE AQUI) -----

Una chica le dice a su pareja que están en una relación exclusiva, pero ella está teniendo sexo con otras personas. Su pareja no lo sabe; ella cree que está evitando herir sus sentimientos al no decirle.

TARJETA "RELACIÓN SALUDABLE O RELACIÓN NO SALUDABLE"

Equipo dos: ¿Cómo podría esta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

Un chico averigua que tiene una ETS. Ya que se cura con una inyección, no le dice a su pareja y supone que si la contrae, puede ir a inyectarse también. Continúan teniendo sexo sin usar condones.

Equipo dos: ¿Cómo podría esta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

----- (DOBLE AQUI) -----

Un chico y una chica llevan juntos seis meses y están teniendo sexo. Cada vez que el chico hace algo que no le gusta a la chica, ella le dice que no va a volver a tener sexo con él hasta que haga algo amable por ella.

TARJETA “RELACIÓN SALUDABLE O RELACIÓN NO SALUDABLE”

Equipo dos: ¿Cómo podría esta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

Una chica tiene una amiga que es 10 años mayor que ella. Su amiga mayor tiene trabajo, un carro y un lugar en donde vivir donde pueden estar solas. Cuando salen, la pareja mayor siempre paga.

TARJETA "RELACIÓN SALUDABLE O RELACIÓN NO SALUDABLE"

Equipo dos: ¿Cómo podría esta ser una relación más sana?

Equipo uno: ¿Por qué calificamos esto en la forma que lo hicimos?

(DOBLE AQUI)

Un chico nota que su pareja está recibiendo más mensajes de texto que lo usual. Cuando lo menciona, su pareja dice que él se está imaginando cosas. Cuando su pareja va a usar el baño revisa su celular y lee los textos.

TARJETA "RELACIÓN SALUDABLE O RELACIÓN NO SALUDABLE"

RELACIONIÓN SALUDABLE

**RELACIÓN NO
SALUDABLE**