



DIVISIÓN INTERAMERICANA

ESCOGE Y DECIDE

MINISTERIO INFANTIL Y DEL ADOLESCENTE

2021



Iglesia Adventista
del Séptimo Día



Apreciado líder y maestro



¡Bienvenido a esta nueva y desafiante oportunidad!

Estamos seguros que Dios bendice tu decisión de aceptar el privilegio y la responsabilidad de estar al frente de los niños y adolescentes de la iglesia.

Continuamos con el programa de Escoge y decide, seguimiento al primer módulo lanzado en el 2020 preparado por un equipo de especialistas de la Universidad Linda Vista, para apoyar a cada líder del Ministerio infantil y del adolescente de la división interamericana.

Agradecemos a Dios por el entusiasmo con el que la Unión de Chiapas aceptó el reto de preparar este material que, estamos seguros, ayudara en las diversas necesidades de nuestros adolescentes en la División Interamericana.

Te animamos a trabajar con alegría y constancia para que nuestros niños y adolescentes formen caracteres y comportamientos que les permitan vivir una vida plena en esta tierra y la seguridad de una vida al lado de Dios por la eternidad.

Con cariño cristiano

M. Dinorah Rivera
Ministerio de la Mujer
Ministerio Infantil y del adolescente
División Interamericana

ESCOGE Y DECIDE

CURRÍCULO DE CERTIFICACIÓN

2020
AÑO 1

2021
AÑO 2

2022
AÑO 3

2023
AÑO 4

2024
AÑO 5

MÓDULO 1. EMOCIONAL

- 1. Carácter.
- 2. Autoestima

- 1. ¿Tu mundo se derrumba?
- 2. Sobre viviendo a la adversidad

- 1. Bullying (acoso)
- 2. Estrés

- 1. Ansiedad.
- 2. Depresión.
- 3. Suicidio.

- 1. Personalidad.
- 2. Paternidad Responsable

MÓDULO 2. FÍSICO

- 1. Salud, ejercicio, alimentación e higiene
- 2. Sexualidad

- 1. Alerta cuida tu cuerpo.
- 2. Sueños frustrados.

- 1. Alimentación y peso ideal.
- 2. Desórdenes alimenticios.

- 1. Imagen y apariencia personal.
- 2. Causa de muerte del adolescente

- 1. Efectos del alcohol.
- 2. Efectos de las drogas.

MÓDULO 3. SOCIAL

- 1. Mi relación con mis padres.
- 2. Mi relación con mis amigos.

- 1. El ABC del amor.
- 2. La elección de la pareja.

- 1. Tecnología y Redes Sociales.
- 2. Normas de convivencia familiar

- 1. Factores de éxito (inteligencia emocional, comunicación y autodisciplina)
- 2. El poder de la lectura (positivo y negativo)

- 1. Emprendimiento y el adolescente.
- 2. Principios de la elección vocacional

MÓDULO 4. ESPIRITUAL

- 1. Mi concepto de Dios.
- 2. Mis hábitos devocionales

- 1. Los amigos y la eternidad.
- 2. Dios, la intimidad y los adolescentes

- 1. Tendencia de la nueva era.
- 2. El poder de la música.

- 1. Deportes, pasatiempos y fe.
- 2. Valores y principios de vida

- 1. Temperamentos transformados por el Espíritu Santo.
- 2. Responsabilidad ambiental.

AÑO 2

OBJETIVO:

AYUDAR A LOS ADOLESCENTES PROVEYÉNDOLES UNA ORIENTACIÓN OPORTUNA PARA TOMAR BUENAS DECISIONES EN RELACIÓN A ELLOS MISMOS, EN LA RELACIÓN CON SUS PADRES, AMIGOS Y DIOS.

MÓDULO 1. EMOCIONAL

- 1. ¿Tu mundo se derrumba?
- 2. Sobreviviendo a la adversidad

MÓDULO 2. FÍSICO

- 1. Alerta cuida tu cuerpo.
- 2. Sueños frustrados.

MÓDULO 3. SOCIAL

- 1. El ABC del amor.
- 2. La elección de la pareja.

MÓDULO 4. ESPIRITUAL

- 1. Los amigos y la eternidad.
- 2. Dios, la intimidad y los adolescentes

PROGRAMA DE CERTIFICACIÓN

El conocimiento nos permite tomar decisiones más asertivas en todos los aspectos de la vida, aclarar valores, mejorar el desarrollo personal; pero sobre todo, nos ayuda a tomar control sobre nuestra vida.

Este programa de certificación tiene la intención de proveerte las herramientas necesarias para trabajar con los adolescentes, ya que ha sido creado pensando en ellos y en sus necesidades, físicas, emocionales, espirituales y sociales.

Logística de implementación:

- Antes de dirigir la sesión revisa varias veces los contenidos temáticos hasta dominarlos.
- Familiarízate anticipadamente con las diversas dinámicas propuestas para cada tema.
- Un día antes de la sesión debes tener todos los materiales necesarios para las diversas actividades.
- En algunos casos se usará material secular como ilustraciones para reforzar lo aprendido; por lo tanto, deberás consultar a la directiva local sobre su impacto, a fin de no provocar conflicto.
- Promueve la participación del adolescente. Recuerda que la intención es ayudarlo a reflexionar sobre las decisiones y las consecuencias de las mismas.
- Asegura un espacio adecuado para las actividades de modo que se facilite la movilización.
- Recuerda, el objetivo primordial es ayudara enriquecer la vida de los adolescentes y contribuir a la prosperidad de la iglesia y de la nación (White).

2021

AÑO 2

1

¿TU MUNDO SE DERRUMBA?,
CÓMO AYUDAR A UN AMIGO A
SUPERAR EL DIVORCIO DE SUS
PADRES

7

SOBREVIVIENDO A LA
ADVERSIDAD, CÓMO
PREVENIR Y SUPERAR EL
INCESTO O LA VIOLACIÓN

18

¡ALERTA CUIDA TU CUERPO!
ENFERMEDADES VENÉREAS

27

SUEÑOS FRUSTRADOS.
EMBARAZOS ADOLESCENTES

38

EL ABC DEL AMOR: BASES
PARA RELACIONES
DURADERAS Y NOVIAZGOS
RESPONSABLES

44

LA ELECCIÓN DE LA PAREJA
"UNA ELECCIÓN
TRASCENDENTAL"

52

LOS AMIGOS Y LA ETERNIDAD

60

DIOS, LA INTIMIDAD Y LOS
ADOLESCENTES



TEMA 1

¿TU MUNDO SE DERRUMBA?, CÓMO AYUDAR A UN AMIGO A SUPERAR EL DIVORCIO DE SUS PADRES

Por: Lic. Nancy Patricia Reyes Arollo

OBJETIVO.

Enfatizar en los adolescentes que a pesar de las dificultades que pueden enfrentar en la vida, como consecuencia del divorcio, separación de los padres u alguna otra adversidad, pueden sobreponerse y lograr adaptarse a los nuevos cambios y emociones.

BASE BÍBLICA.

“No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te esfuerzo; siempre te ayudaré, siempre te sustentará con la diestra de mi justicia” (Isaías 41:10).

BASE DEL ESPÍRITU DE PROFECÍA.

“No se aflian. Mirando las apariencias, quejándose cuando se presentan dificultades pues dan pruebas de una fe débil y enfermiza. Por sus palabras y acciones, demuestren, al contrario, que su fe es invencible. El Señor posee recursos innumerables. El mundo entero le pertenece. Miren a Aquel que posee luz, poder y capacidad. Él bendecirá a todos aquellos que traten de comunicar luz y amor” (Mente, carácter y personalidad 2, 143).

	Contenido	Actividad	Tiempo minutos
Introducción	Ilustración Actividad inicial	Reflexiva Preguntas para dialogar en grupo	5 5
Desarrollo	¿Qué sucede ante un divorcio? Ejemplos bíblicos	Reflexiva Actividad	10 15
Cierre	Promesas bíblicas La historia de Barack Obama	Dialogar con compañeros Reflexiva	15 10

ILUSTRACIÓN

Comparte con los adolescentes esta historia, como introducción al tema.

En 1944 nació el empresario James H. Clark en la ciudad de Plainview en el condado de Hale en Texas. Su infancia no fue fácil. Su padre era alcohólico y toda la familia tuvo que soportar sus constantes abusos hasta que optaron por separarse cuando Jim tenía 14 años. Su madre se convirtió en la jefa del hogar trabajando para un doctor que le pagaba muy poco para mantener a sus tres hijos. Después de pagar todas las cuentas de la casa, a la familia Clark solamente le quedaban cinco dólares para la comida.

Como consecuencia, en la escuela reflejaba lo más que funcionaba su familia en la escuela y la indisciplina y las bromas pesadas comenzaron a ser parte del universo adolescente de Jim Clark al punto de abandonar la secundaria luego de haber sido suspendido por su mal conducta.

Hagan una pausa y pidan que los participantes den tres consejos a Jim si fueran sus compañeros de clases, vecinos o amigos; además pidan que expliquen dos cosas que harían por Jim.

CONSEJOS:

ACCIONES:

Finalizando las participaciones concluyan con la historia.

Jim estuvo por cuatro años en la Marina, donde fue presentado a la electrónica. Comenzó a tomar clases nocturnas en la Universidad Tulane, donde, a pesar de no tener certificado de secundaria, fue capaz de ganar los méritos suficientes para ser admitido en la Universidad de Nueva Orleans en donde obtuvo una licenciatura en física, una maestría en física y un doctorado en ciencias de la computación de la Universidad de Utah en 1974. Pese a esos duros momentos en su infancia, hoy es uno de los hombres más adinerados del mundo, además de ser el creador de las imágenes en 3 dimensiones para computadores.

Sin duda hoy en día hay muchos adolescentes que se pueden encontrar en la misma situación en la que se encontraba Jim Clark en su adolescencia, pero lo importante es reconocer que con la ayuda de Dios pueden salir adelante a pesar de las dificultades.

ACTIVIDAD INICIAL

Dinámica: Preguntas para dialogar en grupo.

¿Si Jim Clark se hubiera hundido en la tristeza, cómo crees que hubiera terminado esta historia?

Permita que los participantes inventen el final de la historia, no se conforme con un “mal” por respuesta.

¿Qué actitud crees que es más importante tomar ante un divorcio?

Pedir que se pongan de pie si están de acuerdo con la actitud a tomar o sentarse si están en contra, en la lista puede incluir algunas respuestas dadas por los participantes en la pregunta anterior.

- Hundirte en la tristeza
- Seguir estudiando
- Quejarse por todo y afligirse
- Orar pidiendo fortaleza
- Faltar el respeto a los maestros
- Trabajar y esmerarse por seguir adelante
- Dejar de estudiar
- Reconocer lo fuerte que puedes llegar a ser con la ayuda de Dios

Con la última frase pedir que cierren los ojos y hacer una oración para que siempre que tengan una dificultad se acuerden de demostrar la actitud correcta.

Para poder ayudar a algún amigo que está viviendo con sus padres separados o que sus padres ya se divorciaron legalmente, primero necesitamos saber qué es el divorcio y después aprender algunos consejos para dar a ese amigo, vecino o familiar que esté pasando por tal problema.

DESARROLLO

¿Qué sucede ante el divorcio?

El divorcio es una crisis de transición que afecta la vida de cada uno de los miembros y como resultado puede surgir una realidad familiar más compleja **pero no necesariamente más perjudicial** (esto quiere decir que en algunos casos el divorcio es una solución a problemas más graves como la violencia).

Tanto en los padres como en los hijos, la nueva situación familiar trae consigo una serie de retos y reestructuraciones que tienen que enfrentar, empezando por definir cómo van a seguir siendo familia en esta nueva situación. Como si la vida no fuera ya lo suficientemente dura, la verdad es que no hay respuestas fáciles que expliquen cómo pasar por ello, pero es necesario reconocer que algunos de los sentimientos que se presentan en medio de un divorcio son: deseos intensos de fuga, irritabilidad, hostilidad, miedo, soledad, abandono, inferioridad, culpabilidad, altos niveles de ansiedad y depresión. Estos sentimientos pueden manifestarse en conductas peligrosas como dificultad de atención, aislamiento, insomnio, alteración en la conducta alimentaria, el uso y abuso de drogas, bajo rendimiento académico, pertenecer a grupos sociales inadecuados que te pueden influenciar de manera negativa y hasta en daño físico auto infligido. ¡Cuidado! Ninguna de éstas conductas es sana.

Entonces, ¿Qué consejos puedo dar para que mis amigos no queden atrapados en la tristeza o caigan en la depresión?

El sentimiento de la tristeza es inevitable ante el divorcio, ya que se considera una perdida. Pero hay formas efectivas para asimilar y sanar dicho sentimiento, por lo que se aconseja:

- En primer lugar, debes estar seguro que, a pesar de las diferencias entre tus padres, ellos te aman más que a nada en el mundo y eso no va a cambiar nunca.
- Ten en cuenta que no es tu culpa. Si tus padres se van a divorciar, esto se debe a los problemas entre ellos, no a algo que tú hayas hecho, no debes dejar llevarte por los pensamientos que puedes crear en tu mente.
- Conversa con amigos y familiares. No olvides que tus amigos y familiares están allí para ti durante este momento difícil, y yo puedo escucharte cuando tengas algo que decir.
- No dudes en hablar con tus padres. Si conversas con ellos sobre el efecto de su divorcio en ti, puedes marcar una gran diferencia. Recuerda, que si no conocen lo que piensas o sientes, no podrán ayudarte a lidiar con estos pensamientos y emociones.

- Exprésate, no reprimas tus emociones. Sin importar lo que sientas sobre el divorcio de tus padres, es importante que confrontes estas emociones en lugar de tratar de enterrarlas.
- Ejercicio físico. A las personas deprimidas no les suele apetecer estar activas. Pero, de todos modos, oblígale a hacerlo (te puedes ofrecer para acompañar para que esté motivado). En cuanto hagas del ejercicio un hábito, no tardarás mucho en percibir un cambio positivo en tu estado de ánimo.
- Cuídate alimentándote bien. La nutrición puede influir en el estado de ánimo y el nivel de energía de una persona. Por eso, come abundante fruta y verdura y sigue un horario de comidas regular, aunque no tengas hambre, intenta comer algo ligero, como una pieza de fruta, para seguir adelante.
- Intenta fijarte en el lado positivo de las cosas. La depresión repercute sobre los pensamientos de las personas, haciendo que todo parezca negro, desastroso, triste y negativo. Si la depresión te está haciendo fijarte solo en lo negativo, haz un esfuerzo para fijarte en las cosas buenas de la vida. Primero intenta identificar una cosa positiva, luego intenta buscar otra más. Considera tus puntos fuertes, tus dones y lo afortunado que eres.

Se pueden apoyar escribiendo las frases resaltadas de cada consejo en cartulinas que van a ir pegando en una lista a la pared o pizarrón, se pueden escribir en el cuadernillo o proyectar con ayuda de un video proyector.

ACTIVIDAD - EJEMPLOS BÍBLICOS

Busquemos en la Biblia algunos personajes que lograron encontrar esperanza en medio de las dificultades.

Divida al grupo en equipos y pida que busquen en la Biblia ejemplos de personajes que con la ayuda de Dios lograron superar las dificultades y la tristeza. Se puede proveer a los adolescentes el apoyo bíblico.

Personaje	Dificultad que logró vencer	Cita bíblica
David	Fue perseguido por un Rey y sufrió intentos de asesinato. Sus hijos lo traicionaron. Algunos de sus hijos murieron o mataron a sus hermanos.	1º Samuel 19:9,10. 2º Samuel 15:1-6, 13,14. 2º Samuel 13: 23-33.
En la vida de David se pueden encontrar muchas experiencias que reflejan que su vida fue dura y como evidencia podemos encontrar los salmos que escribió, por ejemplo, Salmos 38:4; pero pese al dolor y la tristeza que sentía, siempre buscaba el refugio de nuestro Dios como lo podemos observar en Salmos 42:11.		
Elias	Se enfrentó con los profetas de Baal. Jezabel lo amenazó de muerte y tuvo que huir.	1º Reyes 18: 19-38 1º Reyes 19:1-4
En la vida de Elias podemos encontrar el desafío que tuvo frente a los profetas de Baal que, tras una serie de ritos y sacrificios, ellos no lograron demostrar el poder de su Dios. Cuando fue el turno de Elias, él probó ante todos que Dios es el único y verdadero ser supremo. Pero a pesar del triunfo que Dios le dio, la reina Jezabel lo amenazó de muerte y tuvo que huir. Fue entonces cuando Elias se hundió en una profunda angustia a tal grado		

que le pidió a Dios que le quitara la vida, pero Dios tenía otros planes para él, como lo podemos ver en 2º Reyes 2:11.		
Noemí	Perdió a su esposo y a sus dos hijos Siente profunda tristeza	Rut 1:3-5 Rut 1:19-21
En la vida de Noemí podemos observar el dolor de la pérdida de sus seres queridos, además esta situación era complicada debido a que se encontraba en un lugar desconocido y esto puede ser difícil para cualquiera. Al volver a su tierra natal pidió que le llamaran Mara (amarga), lo cual reflejaba que su corazón estaba lleno de tristeza y amargura por las experiencias que le había tocado vivir. Sin embargo, Dios la recompensó con una nuera fiel que la trató como a una madre como se puede leer en Rut 4: 14-16.		
Job	Perdió a sus hijos, sus bienes, riquezas Contrajo una enfermedad incurable Sus amigos lo acusaron Job desea morir	Job 1:13-20 Job 2:7 Job 22: 1 y 5 Job 3:3-4
Job perdió a sus hijos, sus bienes, riquezas y además contrajo una enfermedad incurable. Algunos de sus amigos lo animaron, pero otros lo acusaron; a pesar de todas estas circunstancias Job nunca se atrevió a negar ni rechazar a Dios, durante las dificultades o pruebas es fácil, perder la fe, no entender el sentido del sufrimiento y del dolor, pero, si como Job, sabemos afrontar los problemas o dificultades, manteniendo nuestra fe firme en Dios, lograremos vencer toda adversidad como lo podemos observar en Job 42. 10.		
Jeremías	Lo azotaron y lo pusieron en el cepo Fue echado a un pozo Jeremías demuestra su tristeza	Jeremías 20:2 Jeremías 38: 6 Jeremías 20:14-18
Debido a sus profecías Jeremías pasó por varias pruebas. A veces, los que siguen al Señor de todo corazón también enfrentan dificultades, y a pesar de todo Jeremías nunca dejó de predicar y decidió seguir confiando en el Señor, quien en todo momento lo libró de las duras pruebas que enfrentó como podemos ver en Jeremías 40:1-6		

Pide a cada grupo que formule una breve conclusión sobre como Dios siempre estuvo junto a estos personajes y como lograron salir adelante.

Conclusión

Todos los sucesos que como adolescente se vive en esta etapa tan importante de la vida afectan directamente en su desarrollo, por lo que la separación de los padres puede ser un suceso muy difícil para el joven, la cual impactará en las emociones, por lo cual es muy importante que recuerdes las diferentes promesas que el Señor te da para tener la certeza que sin importar que tan triste, solo, desesperado o desanimado te encuentres, Dios siempre estará a tu lado para ayudarte a salir adelante.

A continuación, elige dos o tres versículos para compartirlos con tus compañeros de grupo y descubrir la promesa bíblica que Dios nos da para enfrentar las dificultades que se pueden presentar en la vida.

- “No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios que te esfuerzo;
siempre te ayudaré, siempre te sustentaré con la diestra de mi justicia” (Isaías 41:10).
- “Jehová es bueno, fortaleza en el día de la angustia; y conoce a los que en él confían” (Nahúm 1:7).
- “El Espíritu de verdad, al cual el mundo no puede recibir, porque no le ve, ni le conoce; pero vosotros le conocéis, porque mora con vosotros, y estará en vosotros” (Juan 14:17).
- “Porque no nos ha dado Dios espíritu de cobardía, sino de poder, de amor y de dominio propio” (2 Timoteo 1:7).

- “Esforzaos y cobrad ánimo; no temáis, ni tengáis miedo de ellos, porque Jehová tu Dios es el que va contigo; no te dejará, ni te desamparará” (Deuteronomio 31:6).
- “Enseñándoles que guarden todas las cosas que os he mandado; y he aquí yo estoy con vosotros todos los días, hasta el fin del mundo”. Amén (Mateo 28:20).
- “Mas el Dios de toda gracia, que nos llamó a su gloria eterna en Jesucristo, después que hayáis padecido un poco de tiempo, él mismo os perfeccione, afírme, fortalezca y establezca” (1 Pedro 5:10).
- “Dios es nuestro amparo y fortaleza, Nuestro pronto auxilio en las tribulaciones. Por tanto, no temeremos, aunque la tierra sea removida, y se traspasen los montes al corazón del mar; aunque bramen y se turben sus aguas, y tiemblen los montes a causa de su braveza. Selah” (Salmos 46:1-3).

La historia de Barack Obama

Barack Obama nacido como Barack Hussein Obama, nació en Honolulu (Hawái) el 4 de agosto de 1961. Los padres del expresidente se divorciaron cuando tenía dos años. Seis años después su madre contrajo matrimonio con otra persona y se mudaron a Indonesia, país de donde era su nuevo esposo. En 1971, Obama regresó a Honolulu a vivir con sus abuelos maternos. Permaneció en Hawái hasta que terminó sus estudios de bachillerato. Desde muy pequeño el mandatario se destacó por un buen desempeño académico. Antes de convertirse en Presidente, Obama estudió en la prestigiosa escuela de Leyes de Harvard y llegó a ser el director de su revista. También ejerció como profesor de Derecho Constitucional en la Universidad de Chicago y se desempeñó como senador en el estado de Illinois, Estados Unidos.

En el 2002, Obama empezó a pensar en hacer campaña para conseguir una silla en el Senado de Estados Unidos. Finalmente, fue elegido senador y tomó posesión de su cargo el 4 de enero de 2005. Se convirtió en el quinto senador afroamericano en la historia estadounidense y en el tercero en ser elegido en elecciones. Dos años más tarde de su elección como senador, Obama anunció su candidatura a la Presidencia de Estados Unidos.

Finalmente, el 4 de noviembre de 2008, Obama ganó las elecciones generales con el famoso “Yes we can” (Si, podemos). Esto le convirtió en el primer presidente afroamericano de los Estados Unidos.

A menudo, nos empeñamos en que los hechos y las personas cambien, que la vida se ajuste a nosotros y que todo suceda como nosotros queremos, pero eso no es posible. No tenemos control sobre casi nada, aunque actuemos como si lo tuviéramos, pero si podemos elegir nuestra actitud ante la vida, eso nadie puede arrebatárnoslo. Dios nos ha dado la capacidad de cambiar, de elegir hacia dónde queremos ir y cómo reaccionar, en definitiva, de decidir.



“Si no puedes cambiar una situación que te produce dolor, siempre podrás escoger la actitud con la que afrontes ese sufrimiento” Viktor Frankl

TEMA 2

SOBREVIVIENDO A LA ADVERSIDAD, CÓMO PREVENIR Y SUPERAR EL INCESTO O LA VIOLACIÓN

Por: Mtra. Nancy Patricia Reyes Arroyo y Mtra. Elia Hernández Romero

OBJETIVO.

Reafirmar que, a pesar de las circunstancias o las experiencias adversas de la vida como la violación y el incesto, los hijos de Dios pueden recuperarse, sanar y salir adelante con su ayuda. Y que una vida feliz y plena no depende de la ausencia de experiencias adversas, sino de cómo respondemos ante este tipo de situaciones y cuánto logramos crecer a través de ellas.

BASE BÍBLICA.

“Esforzaos y cobrad ánimo; no temáis, ni tengáis miedo de ellos, porque Jehová tu Dios es el que va contigo; no te dejará, ni te desamparará” (Deuteronomio 31:6).

BASE DEL ESPÍRITU DE PROFECÍA.

“Debería apartar su vista del cuadro oscuro y lóbrego, y fijarla en el amante Salvador, la gloria del cielo, y en la rica herencia preparada para todos los que son humildes y obedientes, y que poseen corazones agradecidos y una fe que reposa en las promesas de Dios. Esto le costará un esfuerzo, una lucha; pero hay que hacerlo. Su felicidad presente, y su felicidad futura y eterna, dependen de que fije su mente en temas alegres, que aparte su vista del cuadro oscuro, que es imaginario, y la dirija a los beneficios que Dios ha derramado sobre su senda, y más allá de todo ello, a lo invisible y eterno” (Mente, Carácter y Personalidad 2, p. 506).

	Contenido	Actividad	Tiempo minutos
Introducción	Ilustración Actividad inicial	Reflexiva Preguntas para dialogar	5 5
Desarrollo	Dinámica I Conclusión dinámica 1 Dinámica 2 Dinámica 3	sobre Por una infancia sin incesto y/o violación Pasos para prevenir o frenar incesto y/o violación. La resiliencia como clave de esperanza. Aprendiendo resiliencia. La biblia como fuente de esperanza. Reflexiva	15 15 15 10
Cierre	Conclusión	Se hace alusión a una promesa bíblica	5

ILUSTRACIÓN

Comparte con los adolescentes la siguiente historia como escenario para iniciar el tema.

Cuando el entrenador Sandusky fue acusado de más de 50 cargos de abuso sexual con al menos 10 niños, y más tarde, cuando el nombre de Fine y otras figuras deportivas se vincularon a casos de abuso, Starr (antes Annabelle Cripps) estaba sumida en su doloroso pasado, un torrente de emociones arremolinándose en su cabeza. Los sentimientos de tristeza, enojo y frustración la motivaron a comenzar la organización sin fines de lucro, Safe4Athletes, con la misión de convertirse en una importante defensora del bienestar de los atletas.

"Necesitaba dedicar mi tiempo a algo más valioso -dice Starr- me pregunté: '¿Qué quiero hacer?' Después de ver todos estos informes sobre Sandusky, y otros casos, dije: 'Esto debe abordarse. Nadie está abordando esto en los deportes'.

Nacida en Madison, Wisconsin, de padres inmigrantes británicos, Annabelle Cripps regresó a Inglaterra cuando tenía 11 años para seguir sus sueños atléticos, que incluían tratar de "convertirse en la próximo Sharron Davies ", una referencia a la nadadora olímpica británica, medallista en los Juegos de Moscú de 1980. Cripps comenzó a entrenar con el renombrado entrenador Paul Hickson cuando ella era una adolescente, y ella menciona que comenzó a abusar sexualmente de ella casi de inmediato. "Yo era la única chica junto a otros cinco nadadores varones. Lo que descubrí, es que Hickson me mantuvo a propósito como la única chica", -dice Starr ahora- "No creo que tuviera las palabras para decir, 'me estaba violando'. Cada vez que me resistía, él tomaba represalias o me castigaba. Yo le decía abiertamente en la terraza de la piscina: "Aléjate de mí". Nadie escuchó mis gritos, pero la gente sabía lo que estaba pasando. Esa es la parte triste. Hay tantos otros atletas en la misma situación con su entrenador", y aunque muchos intuyen o están enterados de la situación, les es más cómodo guardar silencio".

Finalmente, el entrenador Hickson fue sentenciado a 17 años de prisión en 1995 luego de ser declarado culpable de 15 de 17 cargos que iban de violación a asalto indecente. Cripps, decidió cambiar su nombre de nacimiento, ya que era demasiado difícil ser Annabelle Cripps, y ahora es Katherine Starr para poder "despertarse por la mañana y sentirse libre". Starr no fue uno de los 13 denunciantes que se presentaron para acusar a Hickson, pero Starr encontró poco consuelo al ver a su abusador tras las rejas.

Había tanto dolor y, a pesar de tener un trabajo bien pagado, no se podía avanzar sin antes ajustar cuentas con su pasado. Entonces Starr fundó la organización humanitaria Safe4Athletes, que se encarga de apoyar a las deportistas implicadas en relaciones de abuso. Lo primero que hizo Starr fue acercarse a personas de las que confiaba que verían su visión y que podrían brindar información valiosa sobre cómo lanzar tal esfuerzo. Donna Lopiano, ex directora ejecutiva de Women's Sports Foundation, y Nancy Hogshead-Makar, ex medallista olímpica en natación y profesora de derecho en la Florida Coastal University, han sido fundamentales apoyando a Starr.

Como puedes ver, Starr fue resiliente (Puede invitar a repetir la palabra “resiliente”), ya que tuvo la capacidad de permitirse superar la adversidad y aprender de ella. Esta capacidad le permite a una persona contar con mayores recursos para afrontar el futuro, destacando las fortalezas por sobre las limitaciones.



ACTIVIDAD INICIAL

Preguntas para dialogar. Se deberán formar grupos y elegir un representante por equipo para comentar las respuestas.

1. ¿Has escuchado los términos de violación, abuso sexual o incesto?
2. ¿Cómo reaccionarían si te enteras que tu mejor amigo o amiga ha sufrido de incesto o violación?
3. ¿Cómo debes reaccionar en caso de que un conocido o desconocido te pida cosas o intente tocarte en contra de tu voluntad?
4. ¿Qué solución consideras que puede existir ante una situación así en tu casa o en la casa de una persona querida para ti?
5. ¿A qué crees que se refiera el término de resiliencia?

DINÁMICA 1

Por una infancia sin incesto ni abuso sexual

Solicitar que entre todo el pleno elaboren un gran mural o collage donde representen de forma visual formas de prevenir el incesto y abuso sexual. Después, se pedirá a seis (tres niños y tres niñas) participantes que describan las estrategias expresadas en el collage. No olvide felicitarles por el trabajo y dar una breve reseña sobre lo que podemos hacer para prevenir y/o frenar esta aberrante conducta delictiva. (Información sugerida a continuación)



Materiales para la dinámica

Se puede pedir con anticipación que traigan útiles escolares y hacer provisión para que todos los adolescentes participen cortando, pegando o explicando)

Tijeras

Cinta adhesiva

Revistas para recortar letras y formar palabras

Diversas imágenes impresas (regalos, familias, gestos de silencio, de vergüenza o de beso, celulares, cuerpo humano y varios más relacionados al tema)

PASOS PARA PREVENIR Y/O FRENAR EL INCESTO Y ABUSO SEXUAL

- **Hablar** con tu mamá, papá o alguna persona de tu confianza sobre los cambios en tu cuerpo y tu sexualidad, expresando todas tus dudas.
- **Conócete** sin timidez ni vergüenza, el cuerpo es una bendición de Dios.
- **Dicir “NO”** ante propuestas, tocamientos o condicionamientos de personas de cualquier edad que te insinúen alguna práctica sexual.
- **No recibir** dinero o regalos de personas que te los ofrezcan a cambio de besarte, tomarte o enviarles fotos con poca ropa o desnudo(a), acariciar tus genitales o que tú se los toques.
- **Apartarte** de quienes pretendan hacerte daño.
- **Pide ayuda** a personas cercanas a ti o con quien te sientas seguro(a).
- **Ignorar retos** que te obliguen a realizar conductas o prácticas sexuales que te dañen o incomoden.
- Evitar tomar y compartir imágenes o videos en **redes sociales** en las que tú, tus compañeros(as) o amigas(os), aparezcan con poca ropa, desnudos(as) haciendo gestos sexuales o realizando alguna práctica sexual.
- **Buscar información** sobre los riesgos de las redes sociales.
- Recuerda que agregar, compartir datos personales o hacer citas para conocer a personas que conociste en línea, puede **exponerte a delitos** como trata de personas, prostitución, pornografía, violación, entre otros.
- **No** vayas a lugares donde vayas a estar **aislado** de otras personas. Aunque sientas que puedes cuidar de ti mismo, siempre es prudente ser cuidadoso y no ir a esos lugares.
- Confía en tus instintos. Si sientes que una persona no es confiable o que la situación es insegura, **aléjate**.
- Prepara un **plan alternativo**. Por ejemplo, si vas a casa de un amigo en un vecindario que no es el tuyo, asegúrate que alguien en quien tú confíes sepa dónde vas. Escoge a una segunda persona a quien puedas llamar para que te recoja en caso de que necesites regresar a casa con alguien diferente a quien te llevó o en otra hora.
- **OJO, MUCHO OJO:** Nadie tiene derecho a tocar tu cuerpo, NADIE, solo tú para aseo personal

Ahora trataremos el tema de abuso sexual e incesto.

La doctora Marisol Muñoz-Kiehne menciona que, si bien el tema del incesto y abuso es delicado, difícil y doloroso, es importante abordarlo, para prevenir y tratar las heridas de este lastimoso tipo de abuso sexual, por lo que es muy importante estar alerta a los indicadores y tener presentes las secuelas para trabajar en ellas. Tal vez alguno de ustedes a escuchado los términos de abuso sexual o incesto, confío en Dios en que nadie de los oyentes haya sido víctima de tan aberrante conducta; pero te aseguro que si hubiere algún caso hay una esperanza segura para ti y se llama Jesucristo.

Abuso Sexual. La UNICEF define al abuso sexual como actos que pueden ir desde tocamientos, exposición de los órganos sexuales y masturbación frente a un niño, niña o adolescente, hasta violaciones impuestas por un adulto, independientemente de la forma en que se ejerza la coerción, violencia física, amenazas, abuso de confianza, entre otras.

El Abuso Sexual Incestuoso. Se presenta entre familiares consanguíneos muy cercanos o que proceden por su nacimiento de un tronco común, supone un ejercicio de poder contra niñas, niños y adolescentes que puede ocurrir de manera violenta, pero, por lo general, tiene una dinámica lenta, en la que el abusador va preparando el camino seduciendo a su futura víctima, hasta llegar a la violación acompañado del silencio.

En cualquier circunstancia posible, si alguien te obliga a hacer algo sexual, eso es agresión sexual, abuso y/o violación, exista o no violencia. Que alguien te haga daño de alguna de estas maneras nunca deberás pensar que es tu culpa. No importa si la persona que hace cualquiera de estas cosas es un miembro de tu familia, un amigo/a o alguien con quien tienes un apego sentimental, esto sigue siendo incorrecto. Si sales con alguien que no respeta tus límites, aunque sea de tu misma edad, estás en una relación abusiva y puedes convertirte en una víctima.

También si alguien conocido como alguno de tus maestros, un integrante de tu familia, en el trabajo, o cualquier persona mayor que tú se conduce de manera sexual contigo, esto es abuso sexual te obligue o no. Si un maestro/a u otro adulto en tu vida trata de tocarte o besarte de manera sexual o pide que les hagas alguna cosa sexual, cuéntaselo de inmediato a otro adulto en quien confíes. Con frecuencia, los abusadores te harán sentir culpable o tratarán de callarte diciendo que te meterás en problemas si no haces lo que ellos dicen o si se lo cuentas a alguien. Recuerda que su conducta NO es correcta y no importa lo que te digan o hagan, todo eso es su culpa y NO la tuya.

Cualquier persona puede ser víctima de una violación, abuso sexual o agresión sexual, sin importar la edad, raza, género, religión o posición económica. Algunas personas creen que esto solo les sucede a las mujeres, pero no es verdad. La mayoría de las víctimas de agresión sexual son mujeres, pero también los hombres pueden ser víctimas. En cualquiera de estas situaciones es difícil saber qué hacer, qué sentir y cuáles son sus opciones después de un abuso sexual.



Recuerda que, como primer paso, debes ponerte lo más pronto posible en un lugar seguro y a salvo, debes entender que no estás solo, siempre habrá algún familiar, amigo o conocido adulto al cual pedirle ayuda, en quien confiar y que sabrá que hacer.

Es posible que alguien que escucha este tema ha sido o está siendo violentado en su persona, sin embargo, la vida no acaba. De ahora en adelante tu destino corre por cuenta de Dios y por tu cuenta, recuerda que con cada decisión se construye toda una vida, razón por la que te invitamos a reflexionar no sobre tu dolor por una experiencia desagradable, sino en todas aquellas cosas lindas y valiosas que aun posees y que te definen por lo que eres, de paso te informo que una experiencia de este tipo no define tu destino., causa dolor, sin duda, pero no te define. Tu concepto lo defines tú mismo con el día a día.

A continuación, te hablaremos de un tema, la resiliencia, para conducirte, después de una experiencia desfavorable, en el proceso de sanidad y de realización personal.

LA RESILIENCIA COMO CLAVE DE ESPERANZA

¿Cómo puedes sobreponerte a un abuso sexual? Algo muy importante que debemos tomar en cuenta es el cuidado emocional para volverse a sentirse saludable y cómodo, ya que, aunque sientas que no hay salida, debes creer que, aunque el cielo se vea muy gris, detrás de esas nubes hay un hermoso sol que sale y se levanta todos los días.

La resiliencia es la capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente, estado o situación adversa. Por desgracia el mundo en que vivimos no deja de traernos estados o situaciones adversas, o agentes que perturban nuestra vida, a los que debemos soportar, con los que además debemos convivir.

Una analogía que podemos utilizar es la restauración de nuestra piel, a veces se puede lastimar y cortar, pero con el paso del tiempo una lastimada se puede regenerar y sanar por completo, y aunque quede una cicatriz esa zona será más fuerte y gruesa que el resto de la piel. De igual manera todos somos capaces de recuperarnos a las circunstancias difíciles de la vida, de sobrellevar los desafíos, pero lo más importante aprender de ellos y volvemos más fuertes. La vida está llena de desafíos, enfrentar estos desafíos nos puede ayudar a descubrir los maravillosos recursos que Dios nos ha entregado para disfrutar la vida.

Recuerda lo que dice Filipenses 4:13: "Todo lo puedo en Cristo que me fortalece".

DINÁMICA #2

Aprendiendo resiliencia

Formar triadas (grupos de tres participantes) para buscar estrategias bíblicas que nos ayudan a superar las dificultades y a tener recursos mentales como Dios lo desea. Repartir a cada grupo la lista impresa de las citas bíblicas sugeridas a continuación y pedirles que extraigan una estrategia de cada cita. Para finalizar solicite a cada equipo que explique una estrategia evitando ser repetitivos.

Consejo	Citas bíblicas	Mensaje (éste espacio lo deben llenar los participantes, la información escrita es para la instructora o instructor)
Cambia tu forma de pensar	Romanos 12:2 Filipenses 4:8 2º Corintios 10:5 Salmos 139:1-2	Nuestra mente es el centro de control de nuestras vidas. Si creemos mal, pensaremos mal, tomaremos malas decisiones y actuaremos mal. Por tal razón es muy importante cuidar tus pensamientos, porque primero pensamos, luego sentimos y finalmente actuamos, así que pide ayuda al Señor para que te ayude a cambiar los pensamientos negativos por positivos.
Rompe tus ataduras con el pasado	2 Corintios 5:17	Los expertos dicen que el pasado debe estar justo ahí, en el pasado, del pasado solo debemos recordar las adversidades para evitar que nos vuelva a ocurrir, para impedir que sabotee nuestro presente y arruine nuestro futuro. Cada día es una nueva oportunidad para ser mejores, pero recuerda, las mejoras empiezan por ti e inician en tu mente. Nadie puede cambiar su pasado pero sí podemos decidir cómo vivir nuestro presente para tener un futuro mejor.



Cambia tu forma de hablar	Lucas 6:45 Proverbios 18:21 Salmos 19:14 Salmos 141:3 Efesios 4:29-31 Salmos 51:15	Una de las herramientas más poderosas que Dios nos ha dado es nuestra boca. Al sustituir sus pensamientos malos con confesiones positivas, te darás cuenta de que tu mente queda automáticamente bloqueada cuando hablas. Es la mejor manera de deshacerse de malos pensamientos.
Ejerce auto disciplina	Hebreos 12:11 Proverbios 25:28 2º Timoteo 1:7 Tito 2:12 1º Corintios 3:24	Para tener resiliencia, es muy importante el grado de auto gobernanza que tenemos. La disciplina exige compromiso y responsabilidad, nos ayuda al manejo, control y desarrollo de nuestra fuerza de voluntad, la cual usaremos para mantenernos en la meta asignada, por ejemplo cuidar nuestra salud.
Practica el perdón en tu vida	Proverbios 17:9 Efesios 4:32 Miqueas 7:18 Marcos 11:25,26	Uno de los factores más dañinos en nuestras vidas es el de recordar el daño que otros nos han causado. Nos produce sentimientos de rencor y de venganza que ultimadamente se transformarán en una maleza que invadirá todas las demás áreas de nuestras vidas. Perdonar no significa olvidar, ya que olvidar a veces es imposible. Perdonar significa: <ul style="list-style-type: none"> • Liberarse de sentimientos negativos hacia alguien • Confiar en que Dios hará justicia en lugar nuestro • Tener una actitud humilde que reconoce que también se ha equivocado y que también quisiera ser perdonado por ello • Reconocer que Dios nos ha perdonado a cada uno nuestros pecados a través de la muerte de Jesús y que así también nosotros debemos perdonar • Saber que, al perdonar, nuestras oraciones son contestadas
Busca buenos consejeros	Proverbios 13:20 Proverbios 11:14 Proverbios 11:15 Hebreos 4:12	La mejor manera de salir adelante en tu diario caminar es ir de la mano de personas que ya lo han logrado. No solo te servirán de ejemplo, sino también te ayudarán a pensar en grande y te ayudarán a seguir motivado cuando las cosas no funcionan bien.
Crece en tu fe	Mateo 17:20 Job 19:25-27 Lucas 17:5 Lucas 22:32	Nuestra fe es clave en alcanzar el éxito. Sin embargo, es importante especificar en qué podemos tener una fe que mueve montañas, aquella fe que nos permite vencer los obstáculos que se nos presentan en nuestro diario vivir. Es la fe en Jesús y en su obra en la cruz que nos liberó y nos otorgó la victoria sobre cualquier circunstancia adversa, si aceptamos su regalo.



DINÁMICA #2

La Biblia como fuente de esperanza

Reparte entre los asistentes las citas bíblicas que a continuación se sugieren y recupera el aprendizaje obtenido de los versículos sobre las hermosas promesas de la Biblia.

Citas para promesas:

"De modo que, si alguno está en Cristo, nueva criatura es; las cosas viejas pasaron; he aquí, son hechas nuevas" (2 Corintios 5:17).

"Estas cosas os he hablado para que en mí tengáis paz. En el mundo tenéis tribulación; pero confiad, yo he vencido al mundo" (Juan 16:33).

"Pero los que esperan en el SEÑOR renovarán sus fuerzas; se remontarán {con} alas como las águilas, correrán y no se cansarán, caminarán y no se fatigarán" (Isaías 40:31).

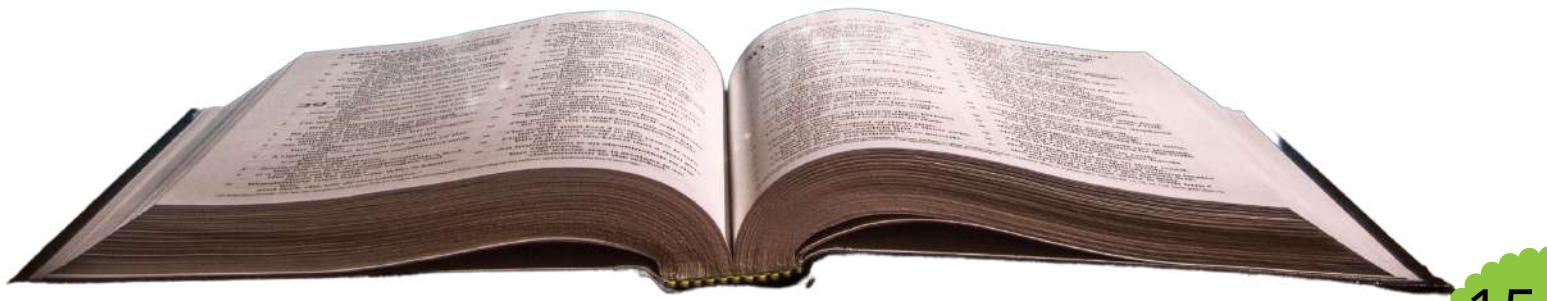
"Por tanto, no desfallecemos, antes bien, aunque nuestro hombre exterior va decayendo, sin embargo, nuestro hombre interior se renueva de día en día. Pues {esta} aflicción leve y pasajera nos produce un eterno peso de gloria que sobrepasa toda comparación, al no poner nuestra vista en las cosas que se ven, sino en las que no se ven; porque las cosas que se ven son temporales, pero las que no se ven son eternas" (2 Corintios 4:16-18).

"Aunque pase por el valle de sombra de muerte, no temeré mal alguno, porque tú estás conmigo; tu vara y tu cayado me infunden aliento" (Salmos 23:4).

"Sostiene Jehová a todos los que caen, y levanta a todos los oprimidos" (Salmos 145:14).

"Claman los justos, y Jehová oye, y les libra de todas sus angustias" (Salmos 34:17).

"Porque todo lo que fue escrito en tiempos pasados, para nuestra enseñanza se escribió, a fin de que por medio de la paciencia y del consuelo de las Escrituras tengamos esperanza." (Romanos 15:4).



Para terminar el seminario, se les reparten hojas que contengan la imagen de un escudo, que llevará las secciones de:

- a) Fortaleza, se anima a los adolescentes a encontrar las fortalezas que poseen y concentrarse en el desarrollo de ellas para poder superar las limitantes aparentes o reales que poseen y así concentrarse más en el desarrollo y celebración de logros que en lamentos por pérdidas.
- b) Promesas favoritas, la intención es que, en los momentos de recuerdos desagradables o desánimos, se pueda contrarrestar estos con pensamientos de paz, de ánimo y esperanza, lo deben de tener siempre a la mano para poder usarlos como recursos de superación.
- c) Meta de vida, hacer hincapié que todo lo que somos capaces de pensar, somos capaces de lograrlo, así que es saludable que todos definan sus metas de vida, escribirlo para recordarlo todos los días y todo el día hasta que sean una realidad. Nada mejor para superar las vicisitudes de la vida, que una mente ocupada en cosas loables.
- d) Mi defensa, así como todas las empresas tienen una visión que los mantiene enfocados en logros, los seres humanos debemos tener una de forma individual que será tu defensa contra el desánimo y las situaciones adversas, va de la mano con la meta de vida. Definan cuál será tu frase favorita para mantenerte enfocado y obtener el éxito que Dios desea para ti y poder dejar el pasado en el pasado.

Reflexionemos sobre el hecho de que las personas pudieron en algún momento hacernos daño, por las circunstancias de la edad y otros factores no pudimos defendernos, sin embargo, hoy podemos abrazarnos y decirnos:

“ya nadie te dañará porque
hemos crecido y yo te
defenderé y además hay
muchas personas que te
ayudarán a salir adelante, Dios
está de tu parte”.

Nuestra esperanza está basada en Dios, Él es nuestro pronto auxilio en las tribulaciones y en Él ya tenemos la victoria. Cuando creas que tu mundo se derrumba y ya no tengas fuerzas para continuar con tanto dolor en tu pecho puedes recordar esta hermosa promesa.

CONCLUSIÓN

Reflexiona sobre la cita bíblica Salmos 55:22 “Echa sobre Jehová tú carga, y él te sustentará; no dejará para siempre caído al justo”. Para comprender que el deseo de Dios no es que nosotros carguemos con todos nuestros problemas, sino que nos fortalezcamos en el Señor y permitirle que tome control de nuestra vida.

Recuerda que nadie que te quiera de verdad, te obligará o pedirá hacer cosas que te hagan sentir incómodo(a) o lastimen tu cuerpo y tus sentimientos, es decir, que afecten tu dignidad humana. Eres muy valioso e importante, tu valor solo se paga con la sangre de Cristo Jesús y él ya lo hizo, cuídate y protégete.

Dios te bendiga y un gran abrazo.



“Cosas hermosas pueden salir de tus pedazos rotos cuando le das a tus pedazos rotos una oportunidad” Nick Vujicic (sin brazos y sin piernas)

Dinámica el escudo



TEMA 3**¡Alerta, cuida tu cuerpo! Enfermedades Venéreas**

Por: Lic. Sheila del Rocío Nucamendi Madrigal

OBJETIVO.

Aprender a ser cuidadosos con el cuerpo y conocer los riesgos que se tienen al no hacer uso correcto de la sexualidad. Conscientes de esto, tomar buenas decisiones a fin de mantenerse íntegros y puros hasta el momento en el cual la mente y el cuerpo estén preparados.

BASE BÍBLICA.

“¿No sabéis que sois templo de Dios, y que el Espíritu de Dios mora en vosotros?” 1 Corintios 3:16.

BASE DEL ESPÍRITU DE PROFECÍA.

“La juventud es la época en que se deben establecer buenos hábitos, corregir las malas costumbres ya contraídas, adquirir y conservar el dominio propio, y confeccionar el plan futuro y acostumbrarse a ordenar todos los actos de la vida con relación a la voluntad de Dios” (Devocional Dios nos cuida página 50). “Hay que mantener puro y sin contaminación el sagrado templo del cuerpo, para que el Santo Espíritu de Dios pueda morar en él. Debemos conservar fielmente la propiedad del Señor, porque cualquier exceso que cometamos con nuestras facultades acortará el tiempo en que nuestra vida pueda ser usada para gloria de Dios...” (Devocional Dios nos cuida, 50).

	Contenido	Actividad	Tiempo minutos
Introducción	Saludo		8
	Enfermedades que atacan mi cuerpo	Colocar enfermedades en la silueta	5
Desarrollo	Infecciones de transmisión sexual	Reflexiva	3
	Virus del papiloma humano (VPH)	Reflexiva	3
	Virus de la inmunodeficiencia humana (VIH)	Reflexiva	3
	Herpes	Reflexiva	3
	Sífilis	Reflexiva	3
	Prevención de las infecciones de transmisión sexual	Preguntas para comentar	5
	Ilustración	Reflexiva	8
Conclusión	Apelación		3
	Actividad		5

INTRODUCCIÓN

Bienvenidos a un curso más para la certificación 2021, quisiera preguntar ¿quiénes se sienten sanos hoy? Levanten la mano. Muy bien, imagino que todos hemos pedido a Dios que nos de salud y hemos agradecido la vida que nos regala en éste día. Desafortunadamente hay muchas personas que actualmente están pasando por enfermedades crónicas, quiere decir muy largas, o críticas, quiere decir muy graves, ¡Cuidado! No te confíes, si descuidamos nuestros hábitos o nos ponemos en situaciones de riesgo, las mismas enfermedades crónicas y críticas pueden invadir nuestro cuerpo.

Actividad: Enfermedades que atacan mi cuerpo.

Antes de continuar voy a repartir unas siluetas donde ustedes van a colocar todas las enfermedades que conozcan relacionando la enfermedad con una parte del cuerpo, por ejemplo, la migraña se relaciona con la cabeza o el covid19 con los pulmones, el objetivo es que puedan colocar la mayor cantidad de enfermedades y puedan utilizar todas las partes del cuerpo.

Materiales:

- Impresiones de la silueta de un cuerpo.
- Plumones, lápices o colores

Reparte las hojas e invita a cada participante a dibujar o escribir las enfermedades conocidas. Cuando todos hayan terminado, da oportunidad para que algunos compartan lo que dibujaron. Al final pregúntales: ¿Qué son las enfermedades venéreas? (de tiempo para responder)

El cuerpo tiene zonas frágiles, que son vulnerables a infecciones, conocidas anteriormente como enfermedades venéreas o enfermedades de transmisión sexual.

Infecciones de transmisión sexual

Son infecciones adquiridas mediante las relaciones sexuales. Durante muchos años se denominó enfermedades venéreas; posteriormente, enfermedades de transmisión sexual. Pero a partir de la década de 1990, por acuerdo internacional, ha cambiado el nombre a infecciones de transmisión sexual.

Algunas de esas infecciones pueden ser transmitidas por otros medios, por ejemplo: a través de transfusiones de sangre, durante el embarazo o a través de la leche materna. Pero la mayoría de ellas, son transmitidas por una relación sexual.

Toda persona que tenga contacto sexual, está expuesta a contraer algún tipo de infección de transmisión sexual. Es posible que algunas personas con algún tipo de infección de transmisión sexual no presenten síntomas (asintomáticos) y por ese motivo piensen que no están infectadas. Pero este tipo de personas pasan a ser un portador de infección y pueden transmitirla a otra persona mediante el contacto con la piel, los genitales, la boca, el recto o los líquidos corporales.

Las infecciones de transmisión sexual pueden ser muy perjudiciales para el organismo, e incluso pueden causar la muerte. Se han descrito más de 30 enfermedades por bacterias, virus, hongos y parásitos que pueden transmitirse o contagiarse por tener relaciones sexuales con una persona infectada.

Tabla 1. Clasificación de infecciones de transmisión sexual. (Se puede tener la tabla físicamente en tamaño cartulina o en un par de diapositivas, no es el objetivo que se lea completa sino que los participantes reconozcan que existen muchas y muy variadas infecciones de transmisión sexual)

Clasificación de Infecciones de transmisión sexual				
Virus	Bacterias	Hongos	Parásitos	
			Protozoarios	Ectoparásitos
Virus de la inmunodeficiencia humana (VIH)	Treponema pallidum (sífilis)	Candida albicans (vulvovaginitis, balanitis)	Trichomonas vaginalis (tricomonosis)	Pediculus humanus o piojos (pediculosis)
Virus herpes simple tipo 2 (VHS-2)	Neisseria gonorrhoeae (gonorrea)		Entamoeba histolytica (amiba genital)	Sarcoptes scabiei (sarna)
Virus del papiloma humano (VPH)	Chlamydia trachomatis (linfogranuloma venéreo, uretritis, cervicitis)			
Citomegalovirus (CMV)	Haemophilus ducreyi (chancroide)			
Virus del molusco contagioso	Klebsiella (granuloma inguinal)			
Virus de la hepatitis B	Mycoplasma hominis (uretritis, cervicitis)			
Virus de la hepatitis C	Mycoplasma genitalium (uretritis, cervicitis)			
	Ureaplasma urealyticum (uretritis inespecífica)			

Voy a compartir algunas de las infecciones más comunes y peligrosas.

Virus del papiloma humano (VPH)

Actualmente el virus del papiloma humano (VPH) es la infección de transmisión sexual más frecuente en el mundo. Los factores de riesgo están estrechamente relacionados con el comportamiento sexual como son el número de parejas sexuales y en la mujer el inicio de la actividad sexual en la pubertad y adolescencia. Se han reconocido más de 100 tipos de VPH. Algunos de ellos se distinguen por las siguientes manifestaciones: aparición de verrugas plantares (talones o planta de los pies), verrugas ano-genitales (genitales), displasia (anormalidad) y cáncer cérvico-uterino.

Síntomas. La mayoría de las personas que tienen el VPH no presentan ningún síntoma, ni problemas de salud. A veces, el VPH puede causar verrugas genitales. Algunos tipos de VPH pueden provocar cáncer. Por esa razón es importante detectarlos mediante alguna prueba de biología molecular, citología cervicovaginal, colposcopia y biopsia. **Tratamiento.** Depende del tipo de VPH, pero algunos utilizados para este virus son:

- Medicamentos antivirales e inmuno-reguladores
- Sustancias químicas como el ácido tricloroacético, podofilina, 5-fluoracilo.
- Métodos que destruyen o quitan el tejido lesionado como: vaporización con laser, conización con bisturí, crioterapia, etc.

Virus de la inmunodeficiencia humana (VIH)

Es un virus que destruye determinadas células del sistema inmunitario (la defensa del cuerpo contra las enfermedades que nos ayuda a mantenernos sanos). Cuando el VIH daña el sistema inmunitario, es más fácil contraer enfermedades e incluso puede provocar la muerte a causa de infecciones que el cuerpo normalmente podría combatir. El VIH puede transmitirse por vía sexual, por sangre y por contagio de la madre al bebé durante el embarazo.

Síntomas. Algunos síntomas son similares a los de la gripe común:

- Fiebre
- Dolor
- Malestar general
- Crecimiento de los ganglios



Las personas infectadas, pasan por varias etapas antes de desarrollarlo completamente.

Tratamiento. La infección no tiene cura, pero el tratamiento puede ayudar a mantenerse saludable. Se conoce como tratamiento antirretroviral, el cual es una combinación de medicamentos que disminuye la concentración del VIH en la sangre, ayudándote a vivir saludable por muchos años.

Herpes

El herpes es un virus común que provoca llagas en los genitales y la boca. Puede ser molesto y doloroso, aunque en algunos casos, no acarrea problemas graves de salud. El herpes se contagia por el contacto de piel a piel con áreas infectadas.

Síntomas. El herpes provoca brotes de ampollas o llagas dolorosas que causan picazón y que aparecen y desaparecen. Muchas personas con herpes no notan las llagas o las confunden con otra cosa, por lo que no saben que están infectadas. Puedes transmitir el herpes aun cuando no tienes llagas o síntomas.

Tratamiento. El herpes no tiene cura, pero hay medicamentos que calman los síntomas y que disminuyen las posibilidades de contagiar el virus a otras personas. Lo bueno es que los brotes suelen ser menos frecuentes a medida que pasa el tiempo y, aunque en ocasiones puede ser incómodo y doloroso, el herpes no es peligroso.

Sífilis

La sífilis es una infección bacteriana común que se contagia a través de las relaciones sexuales. La sífilis se cura de forma sencilla con antibióticos, pero puede provocar daño permanente si no se trata.

Síntomas. La sífilis puede ser un poco confusa porque tiene diferentes etapas que pueden superponerse u ocurrir casi al mismo tiempo y hay ocasiones en las que no tendrás ningún tipo de síntomas, pero la infección seguirá allí hasta que la trates. Por lo que la mejor manera de saber si tienes sífilis es hacerte una prueba.

- **Etapa 1:** Aparece la llaga de la sífilis (denominada chancro). Por lo general, los chancros son firmes, redondeados e indoloros, o algunas veces abiertas y húmedas. Normalmente solo aparece una llaga, pero puedes tener más.
- **Etapa 2:** Los síntomas de la segunda etapa incluyen erupciones en las palmas de las manos y las plantas de los pies o en otras partes del cuerpo. A veces, la erupción cutánea de la sífilis secundaria es difícil de ver, y generalmente no pica. Algunos síntomas pueden ser como los de la gripe y tambien puede existir perdida de peso y caida de cabello.
- **Etapa 3:** La sífilis puede provocar tumores, ceguera y parálisis; puede dañar el sistema nervioso, el cerebro y otros órganos; e incluso, puede provocar la muerte.

Tratamiento. En las etapas iniciales, la sífilis puede curarse fácilmente con antibióticos.

Permítanme preguntarles y respondan levantando la mano,
(Permita que algunos respondan y presenten sus ideas sobre prevención de infecciones de transmisión sexual).

¿Quién quiere ser feliz?

¿Quién se quiere infectar con éstas enfermedades?

¿A quién le gustaría tener un virus por el resto de su vida?

¿Quién sabe cómo prevenir las infecciones de transmisión sexual?

Prevención de las infecciones de transmisión sexual

Compartiré algunos consejos muy útiles, que nos ayudarán a prevenir las infecciones crónicas y dolorosas que hemos aprendido hoy y además nos darán la seguridad de disfrutar una vida saludable en armonía con los principios divinos.

Evitar la actividad sexual en la pubertad, adolescencia y fuera del matrimonio.
Promover la monogamía, a mayor numero de parejas sexuales, mayor riesgo de contagio.

El primer embarazo debe ser después de los 20 años.

Evitar el uso por mas de 5 años de anticonceptivos hormonales combinados.
Aumentar en la dieta el consumo de alimentos ricos en antioxidantes como frutas y verduras.

El método mas efectivo es posponer el inicio de las relaciones sexuales y favorecer la abstinencia entre jóvenes y adultos solteros, por respeto a sí mismos y a quien va a ser su futura pareja en el matrimonio. Haz que el matrimonio sea una meta en tu vida, y lucha para mantenerte integro hasta que puedas disfrutar de todas las bendiciones. Recordemos que hay que mantener puro y sin contaminación el sagrado templo del cuerpo, para que el Santo Espíritu de Dios pueda morar en él. Debemos conservar fielmente la propiedad del Señor.



ILUSTRACIÓN

En cierto bosque vivía un pequeño gusanito, un día decidió comenzar una larga caminata para poder conquistar sus sueños, llegar a la cima de la montaña y ver el hermoso valle que se encontraba del otro lado.

Los demás animales de ese bosque observaron al pequeño gusanito avanzar, poquito a poquito.

De pronto se acerca el conejo y le preguntaba en tono de burla: ¿A dónde vas tan apresurado?

El gusanito respondió: Voy a la cima de la montaña para ver el hermoso valle. El conejo comenzándose a reír le dijo: Estás loco gusanito, nunca llegarás, para ti un pequeño charquito será un gran mar. Pero el gusanito no se detuvo, estaba decidido a conquistar sus sueños.

Más adelante se encuentra con una serpiente y le pregunta: Hola gusanito, ¿a donde te diriges?

El gusanito le respondió: Voy a la cima de la montaña y de ahí veré todo el valle.

La serpiente tratando de desanimarlo le dice: ¡Esto es una locura! ¿Para que sigues?, ¿no te das cuenta que un pequeño tronco para ti será una enorme montaña?

Pero el gusanito seguía su camino, decidido a cumplir sus sueños. En el camino se encontró con otros animalitos que trataban de desanimarlo, pero el, siguió avanzando, nada lo detenía. Sin embargo, pronto se quedó sin fuerzas, no podía avanzar más, parecía que el sueño que había decidido cumplir, no se haría realidad, así que decidió descansar un poco sobre una hoja.

Sin fuerzas para avanzar, con su último suspiro quedó muy quietecito. Su cuerpo se tornó diferente; ¡Oh no! decían algunos que habían visto al gusanito en el camino tan decidido a llegar a la cima de la montaña.

Todos en el bosque comenzaron a reunirse alrededor del cuerpo “inerte” del gusanito; entre ellos comentaban la locura del gusanito: ¿Por qué no se detuvo? ¿Por qué no se dio cuenta que ese sueño era demasiado grande para él? ¡Mira a donde le llevó ese loco sueño de conquistar la cima de la montaña! Pero mientras ellos murmuraban, ese cuerpo seco sin vida comenzó a romperse; de pronto unos ojos grandes se vieron, unas antenitas muy delgadas y largas comenzaron a salir, y cuando todas las miradas de asombro estaban en esa sorprendente escena, de esa cajita seca se transformó una bella y linda mariposa. Voló y voló hasta llegar a la cima de la montaña y de ahí contempló el valle, conquistó sus sueños; aquel gusanito se había convertido en una mariposa.



CONCLUSIÓN

El ciclo de la vida de la mariposa, es como la tuya querido adolescente. Todo tiene su tiempo y su lugar, no te precipites, no te adelantes, cumple tus sueños. No te detengas.

La sexualidad es un regalo de Dios, cuando Dios creó el mundo, hizo a la primera pareja Adán y Eva, la sexualidad fue creada para reproducirse, para ser placentera y principalmente que fuera en el marco del matrimonio

Los peligros de un mal uso de la sexualidad pueden dañar tu cuerpo, pueden detener tus sueños y principalmente los que Dios tiene para ti. Recuerda: ¿No sabéis que sois templo de Dios, y que el Espíritu de Dios mora en vosotros? 1 Corintios 3:16.

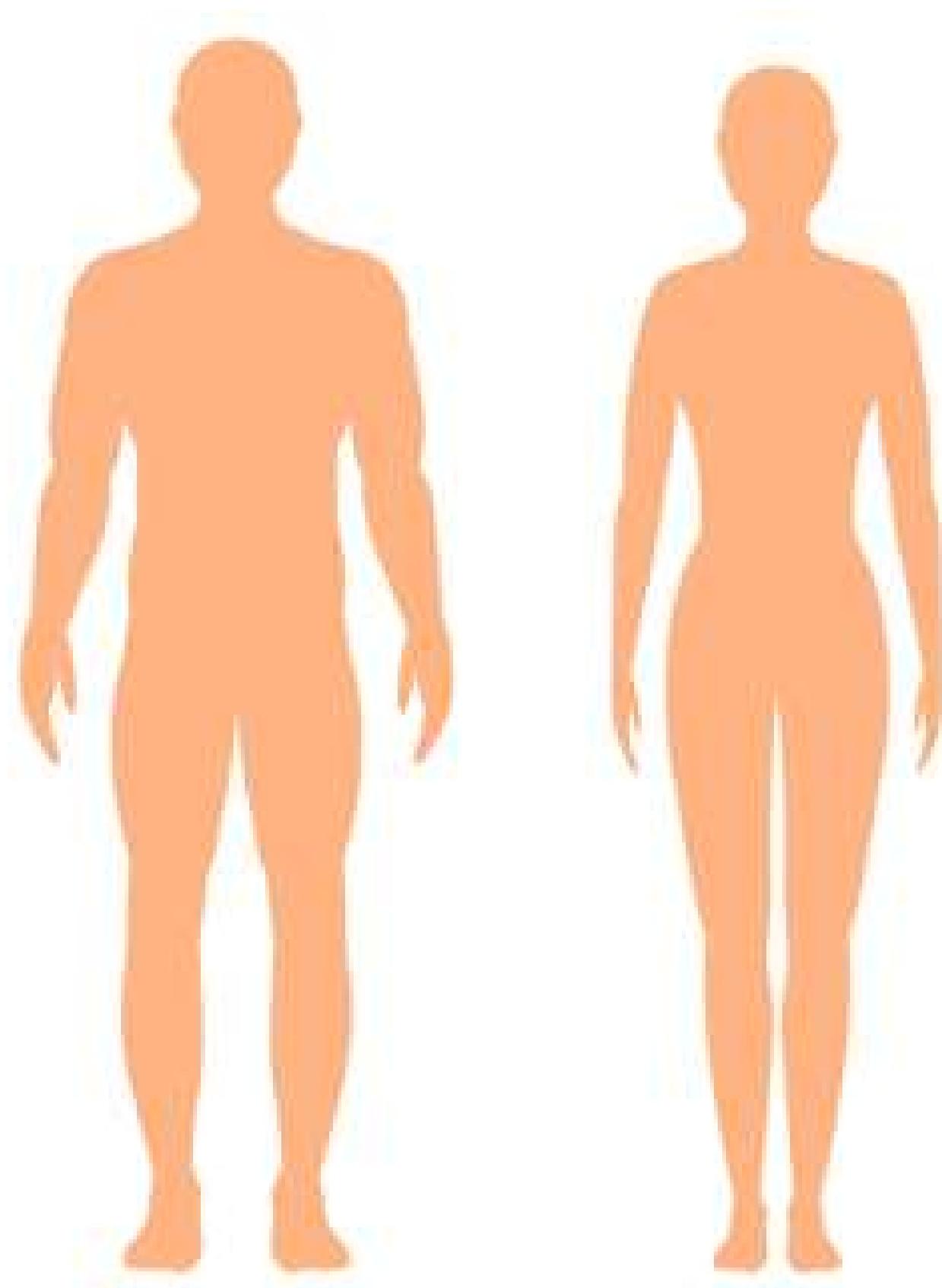
Actividad final:

Un pedazo de cartulina de 3x10 cm (tipo separador) y plumones.

Invitar a los adolescentes a escribir en el separador lo siguiente:



Anexo, El cuerpo humano y sus enfermedades.



TEMA 4

Sueños frustrados. Embarazos Adolescentes

Por: Mtra. Elia Hernández Romero

OBJETIVO.

Desarrollar en los y las adolescentes la determinación para tomar decisiones respecto a su sexualidad con sentido de compromiso, responsabilidad y una visión del futuro que les permita concretar un proyecto de vida de forma exitosa.

BASE DEL ESPÍRITU DE PROFECÍA.

a. "Cada joven determina la historia de su vida por los pensamientos y sentimientos acariciados en sus primeros años. Los hábitos correctos, virtuosos y viriles, formados en la juventud, se convertirán en parte del carácter y, por regla general, señalarán el curso del individuo por toda la vida. Los jóvenes pueden convertirse en depravados o virtuosos a elección propia. Tanto pueden llegar a distinguirse por hechos dignos y nobles como por grandes crímenes y maldad" (Mente Carácter y Personalidad T. I p. 283).

BASE BÍBLICA.a.

a. "Todo tiene su tiempo, y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su hora" (Eclesiastés 3:1).
b. "Por eso, dispónganse para actuar con inteligencia; tengan dominio propio; pongan su esperanza completamente en la gracia que se les dará cuando se revele Jesucristo. Como hijos obedientes, no se amolden a los malos deseos que tenían antes, cuando vivían en la ignorancia. Más bien, sean ustedes santos en todo lo que hagan, como también es santo quien los llamó; pues está escrito: Sean santos, porque yo soy santo" (1 Ped.1; 13-16, NVI).



b. "Antes de asumir las responsabilidades del matrimonio, los jóvenes deben tener una experiencia práctica que los haga aptos para cumplir los deberes de la vida y llevar las cargas de ella. No se han de favorecer matrimonios tempranos. Un compromiso tan importante como el matrimonio y de resultados tan trascendentales no debería contraerse con precipitación, sin la suficiente preparación y antes de que las facultades intelectuales y físicas estén bien desarrolladas" (El Ministerio de Curación, 276).

- c. "El verdadero amor tiene un fundamento intelectual, un conocimiento profundo, cabal, del objeto amado" (TACSA y D. pág. 17).
- d. "El amor que no tiene mejor fundamento que la simple satisfacción sensual será obstinado, ciego e ingobernable" (Mente Carácter y Personalidad T. I p. 296).
- e. "La niña, la escolar inmadura e indisciplinada, la señorita que todavía depende de la discreción de sus padres y tutores, no tiene por qué escuchar cosa alguna relacionada con el noviazgo o el matrimonio. Más bien debería declinar cualquier tipo de atención particular que tuviera la menor apariencia de que esté en camino hacia el noviazgo y el matrimonio, y dedicarse resueltamente a ser una mujer tan perfecta como sea posible para que su vida sea útil; y aprender una profesión para luego conseguir un empleo y lograr independencia" (TACSA y D pág. 16, 17).

	Contenido	Actividad	Tiempo
Introducción	Saludo, destacar objetivo e invitar a la primera dinámica	Damos un abrazo físico o virtual según sea el caso.	minutos 2
Actividad inicial	Reflexionar sobre consecuencias de cambiar del rol de estudiante al rol de padres.	"No cambies tu mochila por un bebé".	10
Actividad de reflexión	Historia	Ler la historia de forma pausada e invitar a formar equipos de 4 para responder preguntas.	10
Desarrollo	Características, consecuencias, tips , para prevenir embarazos en adolescentes. Análisis de gemas. Reflexión sobre la vida de la reina Esther y la princesa Diana.	Exposición Discusión reflexiva sobre manejo de sentimientos.	20
Cierre	Concretar tips , para prevenir embarazos en la adolescencia. Conclusión por ponente.	Repartir todas las gemas en una sola página de modo que todos puedan ver todas las citas. Solicitar que ellos digan qué pueden hacer para mantenerse enfocados en sus metas personales.	15



Introducción

Hoy nuevamente nos reunimos para hablar de un tema muy popular y quizá hasta trillado; “lo sé”, estás pensando “eso, ya lo sé”, sin embargo, la intención es ayudarte a descubrir cómo la inteligencia y la capacidad para decidir que Dios te ha otorgado, se manifiestan en las cosas tanto de poca relevancia como en aquellas de suma importancia; diciendo al mundo de “qué madera estás hecha o hecho”. Por esta razón te invito a participar de forma amena, proactiva y reflexiva en las siguientes actividades. (Invitar a que todos se den un abrazo ya sea físico o virtual según las circunstancias).

Actividad inicial

Dinámica. Comencemos con la dinámica “No cambies tu mochila por un bebé”.

Esta dinámica es adaptada de una campaña preventiva de embarazos en la adolescencia en el hermano país de Ecuador.

Materiales para la dinámica (Asegúrese de que no entren los artículos en las mochilas para que los chicos se den cuenta que un bebé es un compromiso muy grande y que cambia la vida)

- Cuatro mochilas vacías.
- Libros y utensilios escolares en cantidades similares a los que normalmente se llevan a la escuela en el nivel secundario, considere 10 materias en total.
- Dos muñecos de tamaño similar a un bebé.
- Pañales, toallitas húmedas, ropa para cambiar, mantas, talco, pomadas, biberones, baberos y todo accesorio posible para bebé.

Desarrollo

- Se solicita la participación de dos parejas compuestas por un adolescente y una adolescente.
- Se le da a cada pareja dos mochilas, y los utensilios de clases, así como una dotación de accesorios para bebés y artículos para damas.
- Se le da un muñeco a cada equipo.



- Se les pide que准备 their mochilas como normalmente las preparan para cuando van a clases, pero ahora deben considerar que deben ir preparados también para atender de forma óptima al bebé.
- Una vez hecha la mochila se les pide que aporten sus ideas sobre el concepto de la maternidad y paternidad en la adolescencia.

Permita que los participantes expresen su opinión y sus ideas, pida que se intercambien las parejas para que puedan participar otros cuatro adolescentes.

Después de ésta dinámica quiero asegurarles que un niño es una bendición, llena de alegría el hogar y brinda mucha satisfacción cuando es planeado, esperado y deseado, eso no quiere decir que de otra manera no se le amará, claro que se le amará, sin embargo, es mucho mejor, tanto para la madre, el niño y la familia en general, cuando se está preparado para ese magno evento de la maternidad.

Me voy a permitir compartir con ustedes una carta de reflexión de una jovencita que se convirtió en madre adolescente, quiero que se imaginen a nuestra amiga, con 15 años de edad, tercero de secundaria, el cabello largo y bonito y también imaginen cada cosa que voy leyendo. Leer la carta pausadamente de forma que puedan tener elementos para responder las preguntas de reflexión.

MADRE ADOLESCENTE

A veces me miro en el espejo y me gustaría ver el cuerpo de una chica adolescente normal. Que la ropa no tuviera tres tallas de más. Una cara que no estuviera hinchada y unos ojos que no se marcaran con ojeras por falta de sueño. Me gustaría no tener que aguantar a una espalda en constante dolor, sintiendo náuseas todo el día, con la necesidad de orinar cada cinco minutos, ni luchar por mantener la comida dentro y respirar sin sentir molestias, quisiera estar, simplemente sentada viendo la televisión.

A veces me gustaría poder abrir la despensa, hacerme un sandwich de mi preferencia, ponerla en un poco de pan y ahogarla en la mayonesa. A veces deseo ser una chica normal de 15 años de edad, todavía aprendiendo a ser responsable de mí misma, y no de dos personas. Echo de menos poder dormir boca abajo, no preocuparme de lo que estoy comiendo por si voy a poner a mi hijo en peligro.



Echo de menos estar en clase, el sonido de los alumnos en el chat. Echo de menos llevar un uniforme, los zapatos negros, echo de menos tener que levantarme a las seis de la mañana, preparar mi mochila, coger el autobús con mis amigas y chismorrear. Echo de menos a los profesores. Echo de menos a los estudiantes. Echo de menos los deberes. Echo de menos ser una adolescente.

Tomé la decisión de crecer demasiado rápido, pero me pareció que estaba bien, porque todo el mundo lo estaba haciendo.

Echo de menos al encantador chico que me prometió “que no pasaría nada”, por cierto, sus atenciones hacia mí cambiaron cuando se enteró que esperaba un bebé, solo atinó a decirme que no estaba listo para eso, que yo era la responsable de abortar o tenerlo; que era mi vida.

Recuerdo cómo lloré contándole a mi mejor amiga y como lloraba ella al no saber cómo ayudarme; recuerdo el rostro de tristeza y decepción de mi mamá cuando le dije y la rabia que le dio al enterarse de la respuesta de mi príncipe azul.

Saben, yo estaba con alguien a quien amaba más de lo que las palabras pueden explicar; pasé cada minuto que pude con él. Compartimos una conexión como nunca había tenido con alguien. Dimos un paso hacia lo desconocido por lo menos para mí, y aquel fue el día en que mi vida cambió para siempre.

Me acostumbré a las miradas, los susurros y las miradas de disgusto. Y pensar que hubo un tiempo en que hubiera sido yo la persona que, mirando a una niña con una barriga de mami pensara: “Oh, Dios mío... Debe tener una vida muy dura” increíble ahora las niñas pensarán eso de mí.

Nadie jamás puede entender lo que una madre adolescente atraviesa hasta que no pasas por ello. Es tan fácil de decir que he arruinado mi vida. Es fácil decir que mi hijo va a tener una vida inestable, que voy a perder a todos mis amigos, que voy acabar trabajando en el supermercado de mi colonia, que voy a ser una madre inútil que envía a su hijo a la escuela sin zapatos o sin almuerzo, porque estoy demasiado ocupada en Facebook y quejándome sobre el maquillaje.



Siendo una madre adolescente sigues siendo adolescente, pero te ves obligada a crecer. Es un instinto natural. Es difícil crecer tan rápido; esta es la etapa en la que debemos estar nerviosas por el estudio de los libros de matemáticas, por comer sano, porque quieres que te quede un vestido que revele tu figura. Pero en cambio, yo y otras madres pensamos en que tenemos que afrontar algo que nos dicen es la cosa más dolorosa que una mujer puede experimentar, estamos estudiando libros de parto y aprendiendo lo que necesita un bebé.

Estamos comiendo saludable, porque parece que hay una lista interminable de alimentos que pueden poner a nuestros hijos en peligro y posiblemente le conduzcan a un futuro con problemas y dificultades, o a ningún futuro en absoluto. Estamos llevando ropa que cubra el cuerpo porque nos sentimos inseguras con nuestras brillantes estrías moradas y las partes del cuerpo hinchadas.

La mayoría de los días sería mucho más fácil darse por vencida, pero la verdad es que hay otro ser humano dentro de ti y tú eres su mami. Esa persona que te va a necesitar a las dos en punto de la mañana, cuando necesite un cambio de pañal, la persona que va a necesitar mimos y cariño, que te va a mirar a los ojos esperando que le hagas sentir que todo va a ir bien.

No importa si tu mundo se está cayendo a pedazos y sientes como cada día que pasa está empeorando. Hay una vida que se apoya en ti, y no importa quién mire, qué juzgue, o qué diga, el hecho es que te vas a mantener firme junto a este niño. El éxito para ti ahora se define por el grado en que satisfaces las necesidades de tu bebé. Echo de menos mi antigua vida, pero mi papel en este mundo ha cambiado, y debo responsabilizarme de mis actos. Ya no se trata de mí; se trata de mi bebé precioso con quien me reuniré en unas pocas semanas.



Se pide que formen equipo mixto de cuatro personas para discutir las siguientes preguntas y aportar sus ideas al respecto con sus compañeros de grupo.

Preguntas:

1. ¿Cómo reaccionarían si se enteran que después de una relación sexual quedan embarazados? (Explicar que cuando una pareja espera un bebé realmente los dos están embarazados).
2. ¿Cómo reaccionarías en el caso de que tú (niña) quedas embarazada?

3. ¿Cómo reaccionarías en el caso de que tú (niño) embarazas a una niña?
4. ¿Qué consecuencias conllevan los embarazos en la adolescencia tomando como referencia la historia relatada y otras experiencias que te ha tocado ver de otras personas?

Diálogo. Se puede ampliar la dinámica solicitando la participación de tres jovencitos, uno es papá, otro es mamá y un último es el chico o chica embarazada.

UN POCO DE INFORMACIÓN

Actualmente las estadísticas indican que solo en México el año pasado, la tasa fue de 77 adolescentes embarazadas por cada mil jóvenes de 15 a 19 años. En Argentina en el 2017, “nacieron 704.609 niños y niñas, de los cuales un 13% (94.079) son hijos o hijas de adolescentes menores de 20 años y 2.493 son de niñas menores de 15 (DEIS, 2018)”. En las zonas rurales de Colombia, cada año en promedio se registran 40.000 nacimientos en niñas y mujeres adolescentes. De acuerdo con Mario Tapia citado por el Excélsior, los embarazos entre adolescentes es un problema social y como tal se debe ver y tratar.

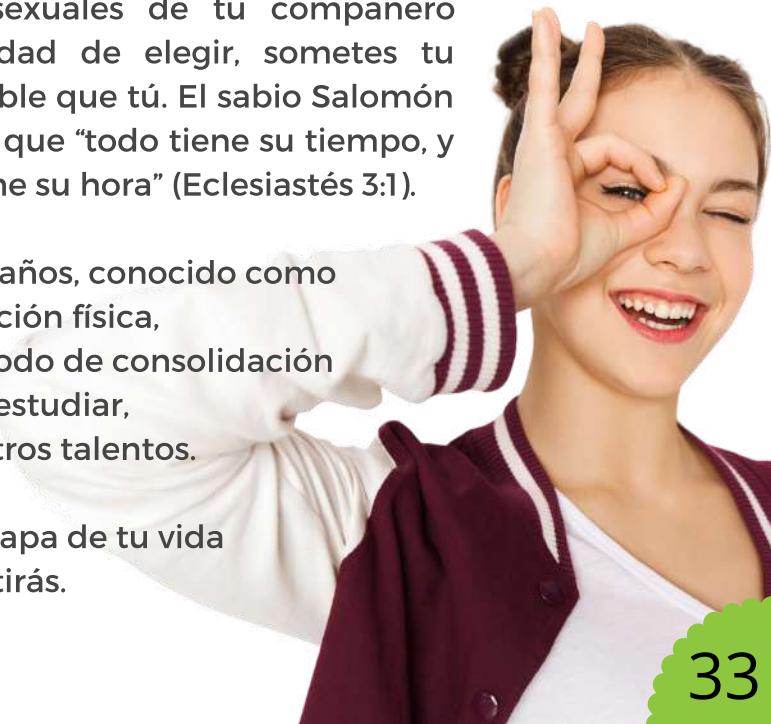
Podríamos seguir recopilando las estadísticas de embarazo en adolescentes a lo largo y ancho del globo terráqueo, pero ese no es el objetivo, lo que deseamos de todo corazón es que tú que estás participando de estas temáticas no formes parte de esas estadísticas.

Muchos chicos y chicas en el afán de encontrar y demostrar que tienen independencia y libertad terminan justamente perdiéndola, al sacrificar la capacidad de decidir por lo que sueñan o desean para someterse a la voluntad de otra persona.

Cuando tu accedes a las presiones sexuales de tu compañero emocional, estás perdiendo tu capacidad de elegir, sometes tu voluntad a la de otro igual o más vulnerable que tú. El sabio Salomón no se equivoca al dejar la advertencia de que “todo tiene su tiempo, y todo lo que se quiere debajo del cielo tiene su hora” (Eclesiastés 3:1).

El periodo comprendido entre los 12 a 22 años, conocido como la adolescencia es un tiempo de maduración física, mental, emocional y espiritual, es un periodo de consolidación de la personalidad, es un momento para estudiar, desarrollar competencias deportivas, y otros talentos.

Te aseguro que si aprendes a vivir cada etapa de tu vida como es el consejo bíblico no te arrepentirás.



Entiendo que la presión social es una fuerza con la que hay que lucha continuamente, no solo en la adolescencia, pero te comarto el consejo del apostol Pablo “así que, el que piensa estar firme, mire que no caiga (1 Corintios 10:12), proponte metas loables, dignas de un hijo de Dios, concentra toda tu energía mental, física y espiritual en lograrla y sé tu propio vigilante tomado de la mano de Dios para mantenerte firme y no caer en la tentación del sexo ilícito, que solo te garantiza un placer efímero y mucho sinsabor por el resto de tu vida.

Además, es importante entender las diferencias en la respuesta sexual en las niñas y los niños siendo que los varones son más apasionados y mucho más rápidos en los avances sexuales que las niñas que generalmente son más recatadas y su respuesta de amor no necesariamente está centrada en una relación genital.

Esta diferencia, cobra importancia para las niñas al saber que la solicitud de avances en el aspecto sexual por parte de un niño u cualquier otro hombre, no siempre es una evidencia de amor, por lo tanto, ojo mucho ojo. “El amor que no tiene mejor fundamento que la simple satisfacción sensual será obstinado, ciego e ingobernable. Mente Carácter y Personalidad T. I p. 296.

Por su parte los niños deben comprender la razón por la que las niñas se resisten ante la premura de una relación sexual y más si es el contexto de clandestinidad, el simple hecho que ella se resista o presente una rotunda negativa es razón para dejar de insistir y respetar el derecho de las niñas a decir “No”. Niñas es tu derecho decir “No” úsalos. Dios nos dio el hermoso regalo de la libertad de elección y te invito para que elijas usar ese derecho.

CONSECUENCIAS NEGATIVAS DE UN EMBARAZO PREMATURO

La embarazada percibe su nueva condición como una desgracia, pudiendo tomar decisiones no muy sabias.

El joven de sus sueños no se compromete con la situación alegando que no está preparado y que la culpa es de ella porque no se protegió.

Muchos padres no apoyan por el contrario las corren de sus casas. Debe tomar decisión de continuar o terminar el embarazo lo que le produce muchos conflictos.

No podrá continuar con sus estudios de tener al bebé. Deberá buscar un empleo generalmente mal remunerado por la falta de preparación.

Llevar una vida muy limitada económicamente, lo que afectará la calidad de vida del bebé y de ella, orillándola a buscar pareja con la esperanza de encontrar un parente para su hijo (a), lo cual en la mayoría de los casos solo acreciente el problema.

Aprendamos de ejemplos

Una historia preferida de los niños, pero en especial de las niñas es el de la reina Esther, ustedes ya se la saben así que, solo haré referencia de sus credenciales que la hicieron digna de ser llevada ante el rey Asuero como postulante al reino; después que al rey se le hubo pasado su malestar, se acordó de Vasti su antigua reina y sintió nostalgia, por lo que sus cortesanos le sugirieron la brillante idea de buscar una nueva reina cosa que le agradó al rey, pero miren conmigo los requisitos para ser un buen prospecto, leamos en Esther capítulo 2 “busquen para el rey jóvenes vírgenes de buen parecer (ver.2)...llevén a todas las jóvenes vírgenes de buen parecer (ver. 3)”. Por lo menos aquí se evidencia el valor de tres cualidades muy importante: belleza, juventud, pero sobre todo pureza la futura reina debía de ser virgen, y ustedes saben el fin de la historia. Esther provenía de un hogar donde había sido educada por su primo, y ella supo poner en alto ese legado de principios rectores para el buen vivir, su meta no solo era el placer efímero sino algo superior y eso lo evidencia en su forma de conducirse en la corte real.

Brevemente también me referiré a la princesa Diana de Gales, mejor conocida como la princesa del pueblo, aunque sus historiadores dicen que ella provenía de una familia aristocrática no necesariamente tenía un título real, sin embargo, se dice que en una ocasión mencionó que ella soñaba con casarse con alguien importante, pero nunca pensó que llegaría a ser princesa de Inglaterra, aunque no se casó enamorada, ni era su objetivo convertirse en princesa, al igual que

Esther sus cualidades la calificaron para dicho puesto, y es que en la monarquía de Inglaterra los protocolos para la elección de esposas o esposos son bastante rigurosos, (razón por lo que algunos mejor abdicaron), Diana debió someterse a una prueba de virginidad tomada por los ginecólogos de la reina, para que éstos confirmaran si era o no virgen, ya que si no lo corroboraban no podría casarse con el príncipe. Estas habrían sido órdenes estrictas de la monarca. Nuevamente un requisito invaluable para la futura princesa es la pureza sexual (virginidad).

Como puedes ver vale la pena respetarse y lograr así que otros te respeten; tanto la reina Esther como la princesa Diana usaron su capacidad para elegir y decidir. Dios aprecia la pureza, es un requisito para entrar al reino de los cielos, el Salmo 15, nos hace una pregunta y también nos da la respuesta para ser candidatas y candidatos para el reino de los cielos: “Jehová, ¿quién habitará en tu tabernáculo? ¿Quién morará en tu monte santo?

El que anda en integridad y hace justicia, y habla verdad en su corazón (Salmos 15: 1. 2). El nuevo testamento también enfatiza la importancia de la pureza para Dios, “bienaventurados los de limpio corazón, pues ellos verán a Dios (Mateo 5:8).



CONCLUSIÓN

Repartir las gemas (sería excelente que se puedan poner en una hojita decorada para recuerdo) que están en la sección de base del espíritu de profecía y pedir que identifiquen acciones a hacer o dejar de hacer para la prevención de embarazos en la adolescencia.

Tips o pasos para prevenir embarazos en la adolescencia

- Aprender a conocerse a uno mismo y a las personas con quien entabla amistad.
- Tener conciencia de su responsabilidad hacia sus padres, la iglesia, la sociedad y hacia sí mismo (a).
- Ten presente que quien desee una relación sin el consentimiento de tus padres no desea el bien para ti.
- Recuerda un joven que busca la desobediencia a Dios y a los padres, no es una persona íntegra, y no será fiel a sus promesas después de conseguir lo deseado.
- No te vendas a bajo precio, tu precio es la sangre de Jesús.
- Enfócate en tu desarrollo físico, mental, espiritual y emocional
- Haz de Jesús y tus padres tus consejeros.
- Desarrolla hábitos de eficiencia disciplina.
- Enfócate en el logro de una profesión, un trabajo sano, determina metas de logro
- Recuerda que la pureza es un requisito para ir al cielo.
- Actúa con inteligencia en todo. (1 Ped.1; 13-16, NVI).
- Desarrolla dominio propio (1 Ped.1; 13-16, NVI).
- Guarda tus pensamientos ellos determinan la historia de tu vida.
- Desarrolla hábitos saludables.
- Evita confundir amor con pasión.
- Busca la libertad e independencia de forma sana, proactiva, responsable y comprometida.

DINÁMICA DESAFÍO DE PUREZA

El mantenernos puros no es un asunto trivial, es de gran trascendencia, trascendencia eterna, la reina Esther y la princesa Diana se postularon para reinos terrenales, pero tú y yo somos príncipes y princesas para el reino de Dios. Hoy te quiero invitar a que hagas un pacto de pureza sexual, no con un ser humano sino con Dios.

Recuerda que cada joven determina la historia de su vida por los pensamientos y sentimientos acariciados en sus primeros años.

No cambies tu mochila por un bebé, hay tiempo para todo. Tu vida es tu responsabilidad, vívela así, sirve a Dios, obedece a tus padres, respéitate y ámate como lo que eres: un hijo (a) de Dios; para que cuando llegues al final de tus días puedas decir ¡Vida estamos en paz! Dios te sea contigo un abrazo.



"Tenemos una responsabilidad individual ante Dios, una obra individual que nadie puede hacer por nosotros".

White



TEMA 5

El ABC del amor: bases para relaciones duraderas y noviazgos responsables

Por Gudiel Roblero Mazariegos

OBJETIVO.

Favorecer el cultivo de valores que le permitan adolescente tener relaciones saludables.

BASE BÍBLICA.

“Y Jehová respondió a Samuel: No mires al su parecer ni lo grande de su estatura.”

1 Samuel 16:7

BASE DEL ESPÍRITU DE PROFECÍA.

“Las mujeres desean a hombres de caracteres fuertes y nobles, a quienes puedan respetar y amar, y estas cualidades necesitan combinarse con ternura y afecto, paciencia y tolerancia. A su vez, la esposa debiera ser animosa, amable y devota, asimilando su gusto al de su marido en todo lo que resulte posible sin perder su individualidad. Ambos esposos debieran cultivar paciencia y bondad y ese amor tierno del uno por el otro que hará placentera y gozosa la vida matrimonial” (Carta a Jóvenes Enamorados, pág. 31.1).

	Contenido	Actividad	Tiempo minutos
Introducción	Películas que destaqueen elementos que ayuden a construir buenas relaciones	Lluvia de ideas	3
	Valores que determinan los tipos de amistades	Juego río rivera, adaptado	8
Desarrollo	Parejas bíblicas	Identificar parejas bíblicas	6
	Rasgos de carácter de personajes bíblicos	Identifica rasgos de carácter	8
	Cualidades de amistades verdaderas	Identifica las cualidades de los amigos y amigas	5
Cierre	Integración	Tipos de amistad en parejas y su desenlace	8
	Conclusión y oración		2

Introducción

Los medios de comunicación han explotado el tema del romance y el amor, existen muchas películas y series románticas que proporcionan desinformación acerca del amor que Dios quiere que se cultive entre su pueblo. Puede pedir que nombren películas que dan mala información del amor y pregunte porqué consideran que son nocivas.

Evite utilizar mucho tiempo en ésta actividad ya que casi todos los materiales de medios masivos presentan conceptos erróneos del amor.

En particular disfruto una película llamada “La oración de Pamela” donde se muestra el ideal de las relaciones amistosas y del matrimonio. En años recientes apareció una serie llamada “Anne with an E” donde se enfatizan los valores como elementos que sustentan las relaciones amorosas. Puede pedir que nombren películas o series que dan buena información sobre las relaciones y pregunte porqué las consideran buenas.

Espero que a través de las actividades de ésta lección Dios te ayude a cultivar valores que te permitan tener relaciones saludables, y contribuyan a rodearte de amistades que te inspiren a crecer.

RELACIONES SALUDABLES Y TÓXICAS

Las amistades experimentan diferentes tipos de relaciones, a continuación, se realizará una dinámica para identificar las malas y las buenas relaciones.

Dinámica 1. Identificar características de relaciones usando el juego “Rio Rivera”
Instrucciones: (6 min)

1. Formar dos equipos con igual cantidad de integrantes
2. Formar dos filas, que queden de frente, separados dos metros
3. Cuando se mencione características tóxicas se salta hacia atrás y cuando sean saludables hacia adelante.

Se recomienda dar las palabras alternando entre tóxicas y saludables.

Relaciones tóxicas: celos, control, imposición, maltrato, negatividad, odio, violencia, adicciones, reproches.

Relaciones saludables: tolerancia, respeto, comprensión, empatía, apoyo, crecimiento, confianza, honestidad, igualdad.

Al momento de encontrar algún error de los participantes, tome el tiempo para afirmar porqué una relación del tipo mencionado es tóxica o saludable, ejemplo: Usted menciona la palabra “Control” y dos personas brincan hacia adelante actuando como si fuera una relación saludable, entonces no continúe diciendo más palabras sino que explique que el respeto a las decisiones de la pareja es saludable pero que intentar controlar a la pareja en sus gastos, forma de vestir, amistades, pasatiempos u otras formas de actuar es enfermizo y solamente lleva a una relación tóxica.

PAREJAS BÍBLICAS

En la Biblia se presentan muchos ejemplos de relaciones amistosas, el siguiente apartado muestra algunos protagonistas de las parejas bíblicas más conocidas, ¿Puedes ordenar a cada quien con su respectiva pareja?, tienes 1 minuto para hacerlo, corre tiempo.

Con la lista de nombres proporcionados, escribe en cada fila la pareja que corresponda.

Acab, Ruth, Jacob, María, Abraham, Dalila, Elcana, Priscila, José, Raquel, Isaac, Ana, Sansón, Azenat, Booz, Sara, José, Rebeca, Aquila, Jezabel.

Esposo	Esposa

Parejas bíblicas singulares

Ya que hemos refrescado la memoria quisiera compartir el caso singular de dos parejas presentadas en la Biblia.

La primera pareja se compone por un hombre fuerte y una mujer hermosa, Sansón y Dalila. En el libro Patriarcas y Profetas podemos leer sobre Sansón: “Pero continuó buscando los placeres sensuales que le atraían hacia la ruina. “Después de esto aconteció que se enamoró de una mujer en el valle de Sorec”, a poca distancia de donde había nacido él. Ella se llamaba Dalila, “la consumidora”.

Escribe algunos rasgos de carácter que puedes identificar en ambos, del lado derecho los positivos y del lado izquierdo los negativos:

Sansón:

Dalila:

La segunda pareja la componen Isaac y Rebeca: Esta es una pareja ejemplar, un modelo para los noviazgos contemporáneos; Refiriéndose a Rebeca se afirma que era de “modales suaves y la conducta cortés. Todas las evidencias indicaban que ella era la mujer que Dios había elegido para llegar a ser la esposa de Isaac”, mientras que, sobre Isaac,

Elena White escribe que “a la edad de cuarenta años, se sometió al juicio de su padre cuando envió a un servidor experto y piadoso a buscarle esposa. Y el resultado de este casamiento, que nos es presentado en las Escrituras, es un tierno y hermoso cuadro de la felicidad doméstica: “Y la trajo Isaac a la tienda de su madre Sara, y tomó a Rebeca por mujer, y la amó; y sé consoló Isaac después de la muerte de su madre.

Escribe algunos rasgos de carácter que puedes identificar en ambos, del lado derecho los positivos y del lado izquierdo los negativos:

NEGATIVOS	PERSONAJES	POSITIVOS
	Isaac	
	Rebeca	

LO MÁS VALIOSO DE LAS AMISTADES

En las relaciones sociales, actualmente se ha sobrevalorado la apariencia física, la indumentaria y accesorios que embellecen lo físico, no obstante, todo ello es efímero, existen elementos intangibles, pero de trascendencia que determinan relaciones amistosas sólidas y duraderas.

En la siguiente sección se identificarán cualidades deseables de las amistades. Pongan atención a la lectura y memoricen al menos tres cualidades deseables en un chico y tres cualidades deseables en una chica.

“Las mujeres desean a hombres de caracteres fuertes y nobles, a quienes puedan respetar y amar, y estas cualidades necesitan combinarse con ternura y afecto, paciencia y tolerancia. A su vez, la esposa debiera ser animosa, amable y devota, asimilando su gusto al de su marido en todo lo que resulte posible sin perder su individualidad. Ambos esposos debieran cultivar paciencia y bondad y ese amor tierno del uno por el otro que hará placentera y gozosa la vida matrimonial.”

(Carta a Jóvenes Enamorados, pág. 31.1)

En base a la cita anterior, enlista cualidades deseables de ellos y ellas.

Chicas	Chicos
Animosa	Fuerte
Amable	Tierno
Devota	Afectuoso
Paciente	Tolerante
Bondadosa	Paciente
Amor por el otro	Bondadoso
	Amor por el otro

Integración

Sanson o Isaac ¿Quién tenía más cualidades de las enlistadas en el cuadro anterior _____

Dalila o Rebeca ¿Quién tenía más cualidades de las enlistadas en el cuadro anterior? _____

Marca con x donde corresponda

Pareja	Tipo de amistad		Mayor duración de la amistad
	Tóxica	Saludable	
Sansón y Dalila			
Isaac y Rebeca			

Conclusió

Las relaciones amistosas son determinantes para el desarrollo del adolescente, es importante construirlas con materiales duraderos, quiero presentarles un ejemplo actual, la pareja ex presidencial de los Estados Unidos de América, Michelle y Barack Obama. “Siempre pensé que sería útil, pero no tenía idea de que iba a ser presidente”, dijo la señora Obama a mujeres estudiantes de la preparatoria Elizabeth Garrett Anderson School, quienes estaban en una ‘experiencia de inmersión’ de un día en la Universidad de Oxford, en Londres.

La señora Obama dio a las jóvenes una idea acerca de lo que le atrajo del hombre que se convirtió en el presidente número 44 de Estados Unidos.

“Yo sabía que él era una persona especial. Y no tenía nada que ver con su educación, no tenía nada que ver con el potencial”.

La primera dama dijo que estaba impresionada por el amor que Obama sentía por su hermana pequeña y su madre, quienes murieron siendo jóvenes. También dijo que bromeaban mucho y que ella disfrutaba de su sentido del humor. “Fue éste tipo de valores lo que me hizo pensar que no conoces personas así a menudo”, dijo la señora Obama. “Y cuando juntas eso con el talento (...) y es guapo”.

Los dos se conocieron hace 22 años, cuando eran jóvenes abogados en una firma de legal en Chicago. La señora Obama dijo que pensaba que él era uno de los asociados más inteligentes en la empresa, incluso tuvo la oportunidad de ser secretario de la Corte Suprema, pero ella respetó mucho que él dejara ese trabajo y se convirtiera en un organizador comunitario.

La primera dama advirtió a las chicas de preparatoria que cuando se hacen mayores y comienzan a salir, no deben enfocarse en cosas como si alguien fue a una buena escuela o si está ganando ciertos ingresos. Si ella lo hubiera hecho, podría haber perdido un futuro con el presidente.

“Busquen parejas que las hagan mejores. No traigan gente que agobie sus vidas. Y confíen en sus instintos”, dijo. “Las buenas relaciones se sienten bien, se sienten correctas”.

Por supuesto, no se trata de pedir y esperar que la pareja sea la perfección para asegurar un futuro prometedor, también se trata de dar lo mejor de uno mismo, prepararse y desarrollar los talentos que Dios nos ha dado.

Michelle y Barack Obama estaban en un restaurante, cuando los recibe el capitán de meseros, él reconoce a Michelle y la saluda con mucha familiaridad. Cuando se retira y después de saludarlo, el presidente preguntó - ¿Quién es? Fue mi novio en secundaria - Respondió Michelle

Para demostrar su valor el presidente le dijo: - ¿Ves Michelle? Si te hubieras casado con él, hoy serías la esposa de un capitán de meseros.

A lo que ella respondió: No, querido, si me hubiera casado con él. Él sería el presidente.

Actualmente son una de las parejas más sólidas a nivel internacional, en noviembre de 2012, Barack expresó todo el amor que sentía por su esposa en un discurso: “Yo no sería el hombre que soy sin la mujer que accedió a casarse conmigo hace 20 años. Michelle, nunca te he querido más”. Dios ha dejado principios en su palabra para incorporarlas a la vida y construir relaciones saludables y duraderas, quien aconseja “No te centres en la apariencia física...” también ha prometido dicha al tomar decisiones correctas, escoger amigos correctos y elegir a la pareja correcta; hoy es el mismo que te invita a desarrollar los rasgos de carácter que reflejen a su hijo, Cristo Jesús, en tu vida y a incluirlo como el vínculo perfecto del amor.



“No te fijes en la cuenta del banco ni en el título. Fíjate en el corazón. Fíjate en el alma.”

Michelle Obama.

TEMA 6**La elección de la pareja – “Una elección trascendental”**

Por: Dr. José David Fandiño Leguia

OBJETIVO.

Orientar al adolescentes para recibir pautas que le capaciten en el futuro para una correcta elección de su pareja.

BASE BÍBLICA.

“No os unáis en yugo desigual con los incrédulos; porque ¿qué compañerismo tiene la justicia con la injusticia? ¿Y qué comunión la luz con las tinieblas?

(2 Corintios 6:14, Versión Reina Valera, 1960).

BASE DEL ESPÍRITU DE PROFECÍA.

“Las ideas relativas al noviazgo se fundan en ideas erróneas acerca del casamiento. Obedecen a los impulsos y a la pasión ciega” (White, 2007). Los jóvenes confían demasiado en los impulsos. No deben entregarse demasiado rápido ni dejarse cautivar tan pronto por la belleza externa del objeto de su amor. El noviazgo tal cual se realiza en esta época es una farsa e hipocresía con el cual el enemigo de las almas tiene más que ver que el Señor. Si en algo se necesita el buen sentido es en esto, pero el hecho es que este tiene poco que ver en el asunto” (White, 1989).

	CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO minutos
Introducción	<ul style="list-style-type: none">• Ilustración• Actividad Inicial	<ul style="list-style-type: none">• Reflexiva• Cualidades de tu futura pareja	10 15
Desarrollo	<ul style="list-style-type: none">• ¿Qué es elección de pareja?• ¿Cuáles son las cualidades mas importantes en la elección de pareja?• Dinámica: Analizar el texto del espíritu de profecía	<ul style="list-style-type: none">• Definición de elección de pareja• Reflexiva• Encontrar cuales son las cualidades que se destacan.	5 10 10
Cierre	<ul style="list-style-type: none">• Desafío	<ul style="list-style-type: none">• Poema - Reflexivo	5

Ilustración

¿A cuántos les gusta usar celulares, tabletas o computadoras? ¿Alguna ocasión se han visto invadidos por virus o por programas que bloquean o hacen lenta la computadora? ¿Les parece agradable que en medio de una tarea o un juego se apague el celular y ya no quiera funcionar? Pues lo mismo le pasó a un amigo, él habló inmediatamente a la compañía donde le entregaron el equipo y es lo que veremos a continuación.

Invitar a dos jóvenes que exemplifiquen esta historia a sus compañeros: (Se recomienda tener la historia en dos hojas separadas, un par de sillas, un audífono para el empleado y un teléfono para el cliente, se recomienda invitarlos con anticipación e inclusive ensayar el diálogo)

Cliente: - ¿Hola? ¿estoy hablando con el Departamento de ayuda?

Empleado: -Así es. Buenos días, ¿en qué puedo ayudarle?

-Estuve revisando mi equipo y encontré un sistema que se llama AMOR; pero no funciona. ¿Me puede ayudar con eso?

-Seguro que sí. Pero yo no puedo instalarlo, tendrá que hacerlo usted mismo. Yo lo dirijo por teléfono, ¿le parece?

-Sí, puedo intentarlo. No sé mucho de estas cosas, pero creo que estoy listo para instalarlo. ¿Por dónde empiezo?

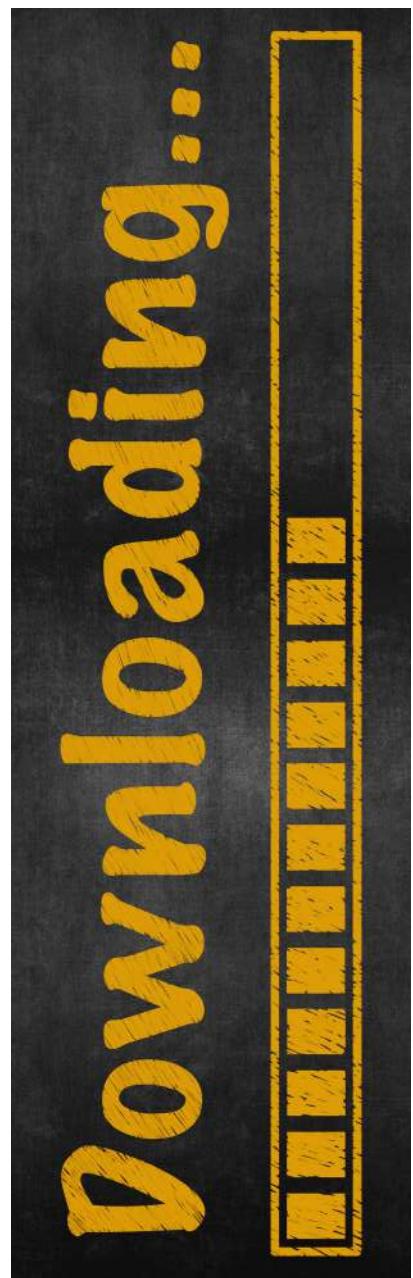
-El primer paso es abrir CORAZÓN. ¿Ya lo encontró?

-Sí, pero hay varios programas ejecutándose en este momento. ¿No hay problema para instalarlo al mismo tiempo?

- ¿Cuáles son esos programas?

-Déjeme ver... Tengo, DOLOR-PASADO.EXE, BAJA-ESTIMA.EXE y RESENTIMIENTO.COM ejecutándose en este momento.

-No hay problema. Amor borrará automáticamente a DOLOR-PASADO.EXE de su sistema operativo actual. Puede que quede grabado en su memoria permanente, pero no afectará otros programas. AMOR eventualmente reemplazará el programa BAJA-ESTIMA.EXE con un módulo propietario del sistema llamado ALTA-ESTIMA.EXE. Sin embargo, tiene que eliminar completamente de RESENTIMIENTO.COM.



Este programa evita que amor se instale adecuadamente. ¿Lo puede eliminar?

-No sé cómo.

-Vaya al menú INICIO y seleccione PERDÓN.EXE Ejecútelo tantas veces como sea necesario, hasta que RESENTIMIENTO.COM haya sido borrado completamente.

-Listo. AMOR empezado a instalarse automáticamente. ¿Es normal?

-Sí. En breve recibirá un mensaje que dice que AMOR se mantendrá activo mientras CORAZÓN esté vigente. ¿Puede ver ese mensaje?

-Sí, Lo veo. ¿Ya terminó la instalación?

-Sí, pero recuerde que sólo tiene el programa base. Necesita conectarse con otros CORAZONES para recibir actualizaciones.

-Oh, oh... Apareció un mensaje de error. ¿Qué hago?

-¿Qué dice el mensaje?

-Error 412. Programa no activo componentes internos.

¿Qué significa eso? -No se preocupe, es un problema común. Significa que AMOR está configurado para ejecutarse en CORAZONES externos, pero no ha sido ejecutado en su propio CORAZÓN. Es una de esas cosas técnicas de la programación; en términos sencillos significa que tiene que amar su propio equipo antes de poder amar a otros.

-Entonces, ¿Que hago?

- ¿Puede localizar el directorio llamado AUTOACEPTACIÓN?

-Sí, aquí lo tengo.

-Excelente, aprendes rápido.

-Gracias.

-De nada. Haga clic en los siguientes archivos para copiarlos al directorio MI CORAZÓN: AUTOPERDÓN.DOC, AUTOESTIMA.TXT, VALOR.INF y REALIZACIÓN.HTM. El sistema reemplazará cualquier archivo en el que haya conflicto y reparará cualquier programa dañado. Asegúrese de eliminar BAJAESTIMA.EXE y RESENTIMIENTO.COM de todos los directorios, y después borre todos los archivos temporales y la papelera de reciclaje, para que nunca más se activen.

-Entendido. ¡Hey! MI CORAZÓN se está llenando de unos archivos muy bonitos: SONRISA.MPG se despliega en mi monitor e indica que CALOR.COM, PAZ.EXE y FELICIDAD.COM se están replicando.

-Eso indica que AMOR está instalado y ejecutándose. Ya no puede manejar. Una cosa más antes de irme...

- ¿Sí?

-AMOR es un software sin costo. Asegúrese de darlo, junto con sus diferentes módulos, a todas las personas que conozca y quiera. Ellas, a su vez, lo compartirán con otros, y le regresarán unos módulos agradables.

-Eso haré, gracias por la ayuda.



¿Quién es el cliente?

¿Quién es el empleado que dice cómo mejorar el equipo?

¿Cuántos creen que Dios, que nos creó y conoce nuestra mente y cuerpo, sabe lo que es mejor para nosotros?

DINÁMICA: CUALIDADES DE TU FUTURA PAREJA

1. Entrega a cada adolescente una hoja tamaño carta y lápiz, con el propósito que ellos puedan escribir lo que les vas a pedir.
2. Que cada adolescente coloque su nombre en la parte superior de la hoja y en la parte inferior de la hoja el nombre que les gustaría para su pareja o la frase “Mi futura pareja” (esto lógicamente es imaginario).
3. Que doblen la hoja a la mitad, con la hoja en posición vertical. En una mitad, escriban las cualidades que espera que tenga su futura pareja y en la otra mitad, los defectos que no toleraría de esta él o ella (el instructor debe estar revisando que cada joven realice la actividad y aclara cualquier duda que tengan los adolescentes).
4. Finalmente, de tres a cinco adolescentes leerán lo que escribieron, para que los demás adolescentes, coloquen una marca sobre las cualidades o defectos que son similares con las que las leyeron en público. De esta actividad, se hará una retroalimentación para conocer ¿Cuáles son las áreas en las cuales la mayoría del grupo coinciden?

DESARROLLO

¿Qué es elección de pareja? La elección de pareja puede ser descrita como un proceso complejo en el que se consideran factores:

1. Biológicos
2. Personales
3. Psicológicos
4. Sociales y,
5. Emocionales



Un proceso que se confronta con el paso del tiempo y que tiene un impacto favorable o desfavorable en la permanencia que puede llegar a tener la pareja (Valdez-Medina, López-Fuentes, Arce-Valdez y López-Jiménez, 2007).

Por lo tanto, te invito a considerar que, si en la elección de una pareja no te permite crecer en estas cinco áreas, es necesario que reconsideres tu elección.

Recuerda que es el plan de Dios que podamos crecer de manera integral y en la elección de tu pareja, no es la excepción a la regla. El apóstol Juan dice “Amado hermano, le pido a Dios que te encuentres muy bien, y también le pido que te vaya bien en todo lo que hagas, y que tengas buena salud” (3 Juan 1:2, Versión Traducción en Lenguaje Actual).

¿Cuáles son las cualidades mas importantes en la elección de pareja?

Desde el punto de vista de la ciencia, los investigadores, han descubierto que, para predecir las tasas de divorcio de una cultura, es útil conocer sus valores. El riesgo de divorcio también depende de la persona con quien te cases. Se ha descubierto que el matrimonio perdura si los que se casan, cumplen o no estas nueve características:

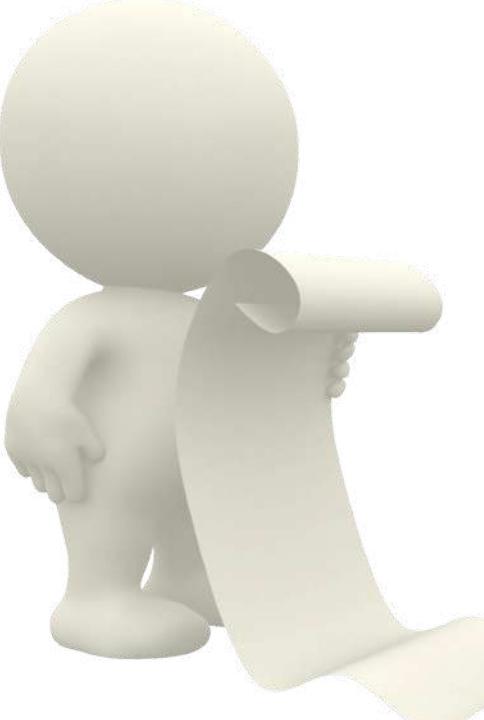
1. Lo hacen después de los 20 años de edad.
2. Se criaron juntos en hogares estables, con dos padres.
3. Salieron juntos por un buen tiempo antes del matrimonio.
4. Tienen una educación buena y semejante.
5. Disfrutan de un ingreso estable que les brinda un buen trabajo.
6. Viven en una ciudad pequeña o en una granja.
7. No cohabitaban o llegaron al embarazo antes del matrimonio.
8. Tiene un compromiso religioso.
9. Son de edad y educación semejantes.

Ninguna de estas características en si mismo pueden predecir un matrimonio estable. Sin embargo, si en su caso dado, ninguna de estas se cumple, la ruptura marital es casi segura. Ahora, mi apreciado joven, si cumple tu futura pareja todas estas nueve características, tienen una gran posibilidad de permanecer juntos hasta la muerte.

Dinámica: Analizar el texto del Espíritu de Profecía (que los adolescentes encuentren cuales son las cualidades más importantes mientras escuchan la lectura y las vayan anotando en su tabla).

Cualidades que debe tener una futura esposa:

“Busque el joven como compañera que esté siempre a su lado a quien sea capaz de asumir su parte de las responsabilidades de la vida, y cuya influencia le ennoblezca, le comunique mayor refinamiento y le haga feliz en su amor” (Cartas a jóvenes enamorados, 20).



“De Jehová viene la mujer prudente.” “El corazón de su marido está en ella confiado... Darále ella bien y no mal, todos los días de su vida.” “Abrió su boca con sabiduría: y la ley de clemencia está en su lengua. Considera los caminos de su casa, y no come el pan de balde. Levantáronse sus hijos, y llamáronla bienaventurada; y su marido también la alabó” diciendo: “Muchas mujeres hicieron el bien; mas tú las sobrepasaste a todas.” El que encuentra una esposa tal “HALLÓ el bien, y ALCANZÓ la benevolencia de Jehová.” (Proverbios 31).

He aquí algo que debe considerarse:

1. ¿Traerá felicidad a su hogar la persona con la cual se case?
2. ¿Sabe ella de economía, o una vez casada dedicará, no sólo todo lo que ella misma gane, sino también todo lo que obtengas, a satisfacer la vanidad y el amor a las apariencias?
1. ¿Se guía por principios correctos de economía, salud, y felicidad?
2. ¿Tiene ella ahora de qué depender, su propia fuente de ingresos?

Yo sé que, en el parecer de UN HOMBRE INFATUADO POR EL AMOR y los pensamientos relativos al casamiento, estas preguntas se hacen a un lado como si no tuvieran importancia.

Sin embargo, ES NECESARIO CONSIDERARLAS DEBIDAMENTE, porque pesarán sobre su vida futura. AL ELEGIR ESPOSA, estudie su carácter.

1. ¿Será paciente y cuidadosa?
2. ¿Dejará de interesarse en tus padres, precisamente cuando necesiten a un hijo fuerte en quien apoyarse?
3. ¿Le retraerá ella de la sociedad con sus padres para ejecutar sus propios planes y agradarse a sí misma, abandonando a los padres que, en vez de ganar a una hija afectuosa, habrán perdido un hijo?

Cualidades que debe tener el futuro esposo:

Antes de dar su mano en matrimonio, TODA MUJER DEBE AVERIGUAR si aquel con quien está por unir su destino es digno.

1. ¿Cuál ha sido su pasado?
2. ¿Es pura su vida?
3. ¿Es de UN CARÁCTER NOBLE y elevado el amor que expresa, o es un simple cariño emotivo?
4. ¿Tiene LOS RASGOS DE CARÁCTER que la harán a ella feliz?
5. ¿Puede encontrar verdadera PAZ y GOZO EN SU AFECTO?
6. ¿Le permitirá conservar su individualidad, o deberá entregar su juicio y su conciencia al dominio de su esposo?
7. ¿Puede ella honrar los requerimientos del Salvador como supremos?
8. ¿Conservará su ALMA y su CUERPO, sus PENSAMIENTOS y PROPÓSITOS, PUROS y SANTOS?

Estas preguntas tienen UNA RELACIÓN VITAL con el bienestar de cada mujer que contrae matrimonio.



Antes de entregar sus afectos, la mujer que desee una unión apacible y feliz, y evitar miserias y pesares futuros, DEBE PREGUNTAR:

¿Tiene madre mi pretendiente?

¿Qué distingue el carácter de ella (de su futura suegra)?

¿Reconoce él sus obligaciones para con ella?

¿Tiene EN CUENTA sus deseos y su felicidad?

SI NO RESPETA NI HONRA A SU MADRE, ¿Manifestará respeto, amor, bondad y atención hacia su esposa?

Cuando haya pasado la novedad del casamiento,

¿Seguirá amándome?

¿Será paciente con mis EQUIVOCACIONES, o CRITICÓN, DOMINADOR y AUTORITARIO?

El verdadero afecto disimula muchos errores; el amor no los discernirá.

Acepte sólo RASGOS viriles y puros. Acepte la joven como compañero de la vida tan sólo a un hombre que posea rasgos de carácter puros y viriles, que sea DILIGENTE y REBOSE DE ASPIRACIONES, que sea honrado, AME A DIOS Y LE TEMA. Rehúya a los irreverentes. EVITE al que ama la ociosidad; al que se burla de las cosas santas.

ELUDA la compañía de quien usa lenguaje profano o siquiera un vaso de bebida alcohólica. NO ESCUCHE las propuestas de un hombre que no comprenda su responsabilidad para con Dios. La verdad pura que santifica el alma le dará valor para apartarse del conocido más placentero que no ame ni tema a Dios, ni sabe nada de los principios relativos a la justicia verdadera. Podemos tolerar siempre las flaquezas y la ignorancia de un amigo, pero nunca sus vicios. (El Hogar Cristiano, 38).

Cualidades que debe tener una futura esposa	Cualidades que debe tener el futuro esposo

*Debe reproducirse la tabla, para que los adolescentes coloquen en ella las cualidades que encontraron de la lectura.

Ahora que has visto la postura de la ciencia y la del espíritu de profecía, ¿te gustaría que tu futura pareja tuviera todas estas cualidades?

CONCLUSIÓN

Comparte con los adolescentes éste poema del psiquiatra alemán Viktor Frankl, sobre su experiencia en un campo de concentración nazi, e invítalos a reflexionar sobre el.

“... en medio del castigo humillante, un preso dijo: “Ah, ¡qué vergüenza si nuestras mujeres nos viesen así!”

El comentario me hizo recordar el rostro de mi esposa y, en el mismo instante, me sacó de aquel infierno.

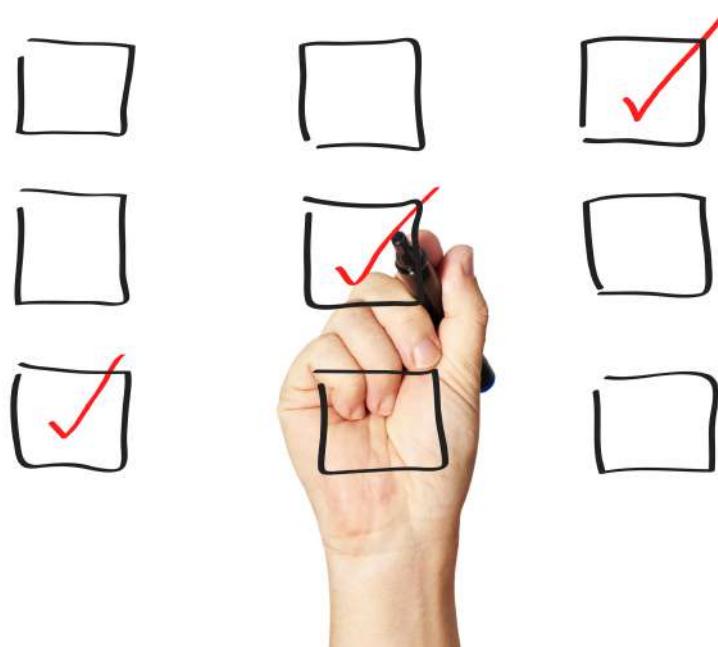
La voluntad de vivir volvió, diciéndome que la salvación del hombre es para ir por el amor.

Allí estaba yo, en medio del suplicio y, aún así, capaz de entender a Dios, porque podía contemplar mentalmente el rostro de mi amada.

“El guardia nos mandó pasar a todos, pero no obedece, porque no estaba en el infierno en aquel momento. Aunque no pudiese saber si mi mujer estaba viva o muerta, eso no cambia nada. Contemplar mentalmente su imagen me devolvió la dignidad y la fuerza.

Incluso cuando se lo quita todo, un hombre aún tiene la bienaventuranza de recordar el rostro de quién ama, y eso lo salva”.

Con este poema puedes recordar, querido adolescentes, que tu elección de pareja, también podrá ser la persona que te apoye en la distancia aun en medio de las dificultades. Que Dios te ayude a hacer la mejor elección.



TEMA 7

Los amigos y la eternidad

Ptr. Juan Carlos Quiyono Escobar

OBJETIVO.

Enseñar a los adolescentes la importancia de escoger buenos amigos, ya que una amistad puede hacernos perder el cielo.

BASE BÍBLICA.

“Proverbios 18:24 “Hay amigos que llevan a la perdición”; Proverbios 17:17 “En todo tiempo ama el amigo”; 1 Corintios 15:33 “Las malas compañías corrompen las buenas costumbres”; Proverbios 13:20 “El que con sabios anda, sabio se vuelve y el que con necios se junta saldrá mal parado”; Proverbios 22:24,25 “No te hagas amigo de gente violenta, ni te juntes con iracundos no sea que aprendas sus malas costumbres”; Proverbios 27:6 “Mas confiable es el amigo que hiere que el enemigo que besa”; Zacarías 13:6 “Y, si alguien le pregunta: ¿por qué tienes esas heridas en las manos? Él responderá: ‘son las heridas que me hicieron en casa de mis amigos’; Juan 15:13 “Ninguno tiene mayor amor que este, que uno de su vida por su amigo”.

BASE DEL ESPÍRITU DE PROFECÍA.

“Necesidad de buenas compañías—Muchos podrían ser protegidos de influencias pecaminosas si estuvieran rodeados de buenas amistades y escucharán palabras amables y amorosas. Testimonies for the Church 4:358 (1879). / HD 227.1

“Hay que recordar que la juventud está formando hábitos que, en nueve casos de cada diez, decidirán su futuro. La influencia de las compañías que tienen, de las amistades que entablan y de los principios que adoptan, los acompañarán toda la vida.—Testimonies for the Church 4:426 (1880).

/ 2MCP 241.5

“Las amistades perversas están instruyendo a la juventud en los caminos del crimen, de la disipación y del libertinaje.” PP 584.1

“Asociarse con los que ni temen ni aman a Dios—a menos que tu asociación con ellos responda al propósito de ganarlos para Jesús—será en detrimento de tu espiritualidad. Si no puedes elevarlos, la influencia de ellos te afectará corrompiendo y contaminando tu fe. Es correcto que los trates amablemente, pero no lo es que los ames y que busques su compañía, porque si escoges la atmósfera que rodea sus almas, abandonarás el compañerismo con Jesús.” CJE 25.3

	CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO minutos
Introducción	Actividad inicial Gema	Calidad de los amigos	10
Desarrollo	Aprendizaje dinámico: Aprenderán jugando. lanzar un reto: ¿Quién participará más?	Preguntas reflexivas: ¿qué podemos aprender?	45
		Dinámica de análisis de textos bíblicos que hablan de los amigos.	
Cierre	Llamado	Invitación para escoger mejores amistades, dejar las malas y pedir poder a Dios para influir positivamente como amigo	5

Bienvenidos al seminario: "los amigos y la eternidad"

¿Piensa en cinco amigos que te gustaría ver en el cielo?

¿Puede un amigo llevarnos a la perdición?

¿Cómo puedo influir positivamente en mis amigos?

Si tus amigos fueran de "metal" ¿serían de oro? ¿serían de plata? ¿serían de cobre? ¿o serían vil metal? ¿cómo sabes de qué calidad es un amigo?

"La juventud cristiana debe ejercer mucho cuidado en la formación de amistades y la elección de compañeros. Prestad atención, no sea que lo que consideráis oro puro resulte vil metal" (Consejos para la Iglesia, 203.1).



ACTIVIDAD:

A los jovencitos les gustan los retos, así que quiero lanzarles uno: El título del reto es: "¿Quiénes participarán más?"

INSTRUCCIONES.- Vamos a presentar un texto, de la Biblia, lo buscaremos, y vamos a tratar de contestar la pregunta: ¿Qué podemos aprender? Tendrán sólo tres minutos para escribir sus respuestas. Nombraremos un secretario para las niñas y una secretaria para los niños, quienes llevarán el conteo /registro/ record, de posibles respuestas. Al final veremos quienes han aprendido más y han sacado más lecciones. (En la hoja de respuesta tendrán un espacio para escribir la mayor cantidad de lecciones que se puedan aprender).

Trata de escribir la mayor cantidad de respuestas a la pregunta: ¿qué podemos aprender de ese texto? (usted como maestro puede con anticipación escribir sus posibles respuestas).

Proverbios 18:24 “Hay amigos que llevan a la perdición”

Escuche y lleve el registro de la cantidad de respuestas de cada grupo

COMENTARIO ADICIONAL: Los amigos de verdad buscan el bienestar del otro y hacen todo lo posible por ayudarlo y bendecirlo.

Una persona que sólo intenta obtener beneficio de otra sin importarle los problemas que pueda causar NO es un buen amigo.

Proverbios 17:17 “En todo tiempo ama el amigo”

Escuche las respuestas y refuerce las cosas positivas que expresen los chicos... cuide el trabajo de los “secretarios” nombrados en el conteo de respuestas.

COMENTARIO ADICIONAL: Los verdaderos amigos comparten las alegrías y las tristezas, siempre permanecen a nuestro lado y nos animan. Alegra el corazón cuando un amigo permanece voluntariamente a nuestro lado y nos ayuda en los momentos de adversidad, proveyendo el apoyo necesario.

1 Corintios 15:33 “Las malas compañías corrompen las buenas costumbres”

COMENTARIO ADICIONAL: Un amigo es alguien especial con acceso a áreas de nuestra vida a las que no dejamos entrar a todo el mundo. Sus actitudes nos influyen y a veces terminamos adoptando rasgos de conducta que vemos en ellos. Por eso necesitamos ser sabios al escoger con quién salir y a quién dejar entrar en nuestro mundo.

¿Cómo vamos? Trate de estimular a la participación de los grupos

Proverbios 13:20 “El que con sabios anda, sabio se vuelve y el que con necios se junta saldrá mal parado”

COMENTARIO ADICIONAL: Debemos orar y pedir a Dios que dirija nuestros pasos, que nos guíe hacia gente que comparta nuestro amor por él y nuestro deseo de agradarle.

Proverbios 22:24,25 “No te hagas amigo de gente violenta, ni te jentes con iracundos no sea que aprendas sus malas costumbres”

COMENTARIO ADICIONAL: Es muy conveniente escoger amigos con valores afines pues imitamos tanto lo bueno como lo malo de las personas que nos importan. Si nuestro deseo es agradar a Dios y hacer su voluntad buscaremos personas que anhelen lo mismo y que actúen como Cristo desea.



Proverbios 27:6 “Mas confiable es el amigo que hiere que el enemigo que besa”

A veces los amigos tienen que decir verdades dolorosas, pero el simple hecho de que se atrevan a decirlas y las digan con amor, muestra que valoran mucho nuestra persona.

Un verdadero amigo nos reprende cuando tomamos una decisión equivocada, nos da consejos y nos ayuda a dar lo mejor de nosotros en cada situación.

¿CÓMO VAMOS? TRATE DE ESTIMULAR A LA PARTICIPACIÓN DE LOS GRUPOS

Proverbios 27:9 “El ungüento y el perfume alegran el corazón, y el cordial consejo del amigo, al hombre”

La amistad debe ser como un bálsamo a nuestras vidas trayendo consuelo, alivio y paz a nuestros corazones; las palabras y actitudes de los amigos nos deben dar nuevas fuerzas para enfrentar los problemas de la vida.

Zacarías 13:6 “Y, si alguien le pregunta: ¿por qué tienes esas heridas en las manos? Él responderá: “son las heridas que me hicieron en casa de mis amigos”.

La señal de los clavos en sus manos, darán cuenta por la eternidad, del gran amor que Jesús nos tuvo. Fuimos nosotros los causantes de sus heridas, y sin embargo todavía nos considera sus amigos.

Juan 15:13 “Ninguno tiene mayor amor que este, que uno de su vida por su amigo”

El amor de una madre puede ser grande; el amor de un novio puede ser grande; pero ningún amor se compara con el amor de Jesús, que estuvo dispuesto a dar su vida en rescate por nosotros.



HISTORIAS REFLEXIVAS

“El hijo necio es un dolor para su padre; la mujer contenciosa es gotera constante” (Proverbios 19:13).

Paola creció en el seno de un hogar cristiano. Cada sábado asistía a la iglesia y a los clubes juveniles. Asimismo, cursó su educación primaria y secundaria en el colegio adventista de su localidad. Posteriormente, eligió seguir el bachillerato en una prestigiosa escuela pública. Sin embargo, no supo elegir a sus amigos. Sus nuevas amistades llegaron en medio de sonrisas y bromas. Ella se sintió aceptada por los chicos. Al poco tiempo empezó a pasar cada vez más tiempo en esos ambientes. Pronto cambió su forma de vestir y se volvió más agresiva hacia sus padres. Luego, dejó de asistir a clases y empezó a frecuentar fiestas, a probar el alcohol, las drogas y el sexo. Sus padres estaban alarmados. Esta joven había cambiado radicalmente. Su vida nunca volvería a ser la misma.

Me resulta muy doloroso escuchar este tipo de historias. Pero suceden. La vida puede cambiar en una sola noche de desenfreno juvenil, y luego nada vuelve a ser igual.

Mira lo que dice Elena de White: “Un poco de tiempo malgastado en locuras de juventud dará una cosecha que os amargará toda la vida. Una única hora de insensatez, una única vez que se ceda a la tentación puede llevar toda vuestra vida al traste” (Maranata: el Señor viene, p. 84). Todo comienza con una mala elección de tus amistades. En realidad, es algo demasiado serio como para descuidarlo. ¡Te puede costar tu propia vida! Y es que en la escuela, en el barrio o en Internet te puedes encontrar todo tipo de personas, incluyendo aquellas que te pueden meter en serios problemas. Es mejor no hacer nada indebido, mucho menos para agradar a personas a quienes no les interesa verdaderamente tu amistad. Ellos solo buscan aprovecharse de ti. Y cuando te inviten a hacerlo, es mejor evitar su compañía.

La vida que tenemos en este mundo representa un tiempo muy valioso por el que Cristo pagó en la cruz. No podemos desperdiciarlo con personas indeseables. Tal vez tengas algún amigo que aprecias mucho metido en problemas de adicciones o delincuencia. En este caso, tu influencia positiva puede ser de gran valor para su vida. Tú puedes ser el apoyo que necesita y lo mejor sería que lo orientaras para que reciba ayuda profesional y espiritual. En este día, recuerda que cada decisión personal tiene consecuencias eternas.

PREGUNTAS PARA MEDITAR: ¿Cuánto influye el ambiente en la conducta de un jovencito o una jovencita? ¿por qué? Da ejemplos de decisiones que van a impactar tu vida en forma importante.

“Al pobre lo odian hasta sus amigos; al rico, todo el mundo lo quiere” (Proverbios 14:20).

Se lo conoce en la Biblia como "el hijo pródigo". Joven soberbio, insatisfecho y ansioso por comerse el mundo que, a pesar de vivir en un ambiente inmejorable, le exigió un día su padre "la parte que le correspondía" para forjar su propio destino. Extrañamente, su padre le entregó

una gran cantidad de dinero, a pesar de que conocía las infortunadas intenciones de su hijo.

Con el dinero en la mano, el joven se sintió el rey del mundo y pronto se vio rodeado de todo tipo de zalameros, vagos y parásitos que afirmaban ser sus amigos. Las fiestas y jolgorios no paraban. Todos los asistentes alababan la esplendidez e "inteligencia" del magnánimo patrocinador de sus verbenas. Eso sí que era disfrutar de la vida! ¡Fiestas, vino, mujeres! ¡Completa libertad! ¡Nada de restricciones ni de reglas!

Todo parecía perfecto. Pero un día, el gerente del banco tocó a la puerta de la morada de nuestro protagonista, quien salió a recibirla con el rostro amodorrado. Entonces, amablemente informó a su cliente sobre la cantidad de gastos que estaba realizando, lo cual comenzaba a ser preocupante. El joven miró con desprecio al administrador y le agradeció la información.

Pero no cambió su estilo de vida ni sus despilfarras. El gerente no volvió a visitarlo. Tiempo después recibió una notificación del banco informando falta de saldo. Después llegarían los acreedores a cobrar puntualmente a su casa. Lo echaron de su residencia, y le quitaron sus vestidos costosos y sus lujosas joyas. ¡Pero tenía muchos amigos! Así que fue a buscarlos para recuperar el dinero que les había prestado a algunos y para pedir un poco a otros. Sin embargo, fue motivo de burlas por parte de todos. Incluso hubo quien lo insultó y manifestó su profundo desprecio hacia él. ¿Qué había pasado con la amistad que todos le habían profesado? Era falsa. Entonces, se vio obligado a ejercer una actividad que le resultaba extraña: trabajar. Dicha labor le fue muy difícil de cumplir, dada su poca práctica, lo cual lo condujo a ser constantemente humillado y vilipendiado.



¿Qué clase de amigo eres tú? ¿Qué buscas en tus amigos? ¿Acaso pretendes sacar beneficio de su amistad? ¿Cómo te portas con ellos cuando necesitan tu ayuda? Las verdaderas amistades no se construyen a partir de algún tipo de interés. Además, una buena señal de madurez emocional incluye la capacidad de consolidar amistades genuinas.

Este día pide al Señor que te ayude a ser genuino en tu amistad.

¿Cómo puedes saber cuando tienes una amistad falsa?

¿Qué buscas en tus amigos? ¿Qué esperas que te den?

¿Cómo se construye una amistad genuina y verdadera?

"El que labra su tierra se sacia de pan, pero el amigo de vagos no tiene cordura" (Proverbios 12:11).

Antonio era un joven que había aceptado el evangelio a pesar de la oposición de su familia. Valientemente, decidió seguir al Señor y cambiar su vida. se marchó de su hogar creyendo que Dios iba a proveerle sustento de alguna manera. Pensó que ya no sería necesario trabajar y se dedicó a la vagancia. Anduvo en varias poblaciones visitando creyentes y viviendo en algunos templos donde le permitían dormir. Su actitud lo condujo a meterse en diversos problemas e incluso lo involucró en conflictos legales. Varios pastores hablaron con él en cuanto a su actitud, pero él parecía convencido de seguir igual. Así pasaron los mejores años de su vida en medio de la improductividad y la pérdida de tiempo.

La holgazanería representa uno de los grandes destructores del carácter de un joven. Se trata de una actitud que resulta inaceptable para un cristiano. Ser un vago, indolente y apático no tiene nada que ver con el cristianismo.

"Cuando hay abundancia de ociosidad, Satanás trabaja con sus tentaciones para arruinar la vida y el carácter. Si no se enseña a los jóvenes que realicen trabajo útil, sean ricos o pobres, están en peligro; porque Satanás encontrará empleo para ellos según sus propias maquinaciones. Los jóvenes que no son protegidos mediante los principios, no consideran el tiempo como un tesoro precioso, un legado de Dios, por el cual cada ser humano debe rendir cuentas" (Conducción del niño, p. 113).

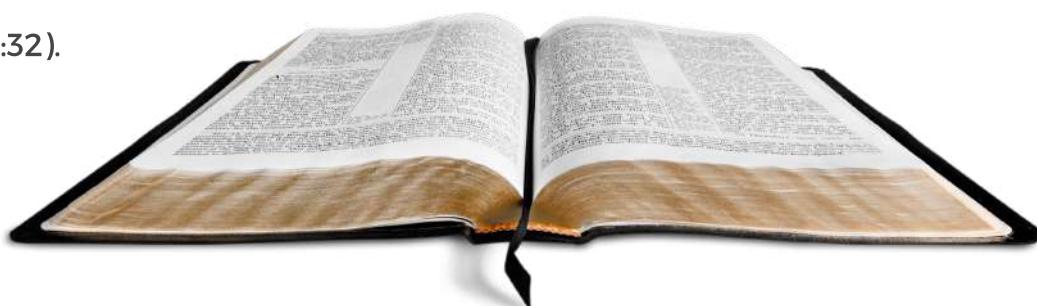
¿Qué clase de amigos tienes? ¿Son trabajadores responsables y respetuosos? Si no sabes elegir a tus amigos, vas a sufrir mucho. Un vago cerca de ti te meterá en problemas. Destruirá tus principios morales y te enseñará a perder el tiempo y a asumir actitudes indiferentes ante la vida. Entonces perderás la ilusión por ser mejor y esforzarte por alcanzar tus metas. Tu vida será un constante conformismo y mediocridad en uno de los momentos más productivos de tu existencia.

No, los vagos no ofrecen nada bueno. Mejor aléjate de esas influencias.

PREGUNTAS PARA MEDITAR: ¿Por qué la holgazanería es uno de los grandes destructores del carácter? ¿Por qué es tan importante hacer buen uso del tiempo?

"Porque al Señor le repugnan los perversos, pero es amigo de los hombres honrados"

(Proverbios 3:32).



Abraham nació en Ur durante el periodo neosumerio. "Durante los setenta y cinco años que Abraham vivió en Ur y en Harán, el país estuvo bajo el dominio de gobernantes sumerios, aunque los amorreos, que ya habían dominado la mayor parte de Siria y Palestina, estaban penetrando en Mesopotamia. Hacia el 1830 a.C. fundaron la poderosa 1- dinastía de Babilonia, cuyo 62 rey, Hammurabi (1728-1686 a.C.), fue el gobernante más notable" (Diccionario bíblico adventista, pp. 9,10).

Durante su infancia tuvo serios problemas en sus concepciones religiosas debido a que su familia adoraba tanto al Dios del cielo como a otras deidades paganas (Josué 24:2). Esa dualidad de cultos provocó que el pequeño Abraham creciera sin una identificación plena hacia el Señor. Además, el ambiente de Mesopotamia, y sobre todo su familia, no era del todo saludable para su crecimiento espiritual.

Un día el Dios verdadero llegó a su vida y lo invitó a ser su amigo. Abraham aceptó la invitación y todo comenzó a cambiar. Ambos desarrollaron una profunda amistad pasando mucho tiempo juntos (Santiago 2:23). La confianza de Abraham en el Dios del cielo llegó a ser tan grande que estuvo dispuesto a dejar su país y a su parentela, peregrinar durante varios años por una tierra que supuestamente sería suya y, lo más inverosímil, aceptar el mandato divino de sacrificar a su amado hijo Isaac, lo cual no sucedió. Había aprendido a confiar en el Señor, a abrir su corazón a Dios como a un amigo, a escuchar su voz y reconocer sus disposiciones. Su Amigo era lo bastante confiable como para seguir al pie de la letra sus indicaciones. No obstante, Abraham le falló varias veces, desconfiando de sus promesas y mintiendo a otros. Pero Dios lo perdonó y le devolvió la confianza.

Una sólida amistad con Dios es una realidad al alcance de los hijos de Dios. Eso significa que tanto tú como yo podemos gozar hoy de una experiencia de esa naturaleza. Lo único que Dios quiere es ser tu Amigo. Esa es la base de la fe y la esperanza cristiana. Él sabe que no eres perfecto y que, como Abraham, es posible que hoy tengas algunas ideas que no corresponden al verdadero rostro del Padre celestial. Pero eso no impide que seáis amigos. No lo olvides. Lo importante es que vivas cada día con él.

Este día te invito a aceptar al Señor como tu Amigo. Él está dispuesto a hacerte vivir esta experiencia extraordinaria.

PREGUNTAS PARA MEDITAR: ¿Cómo podemos llegar a tener una amistad con Dios como la tuvo Abraham? ¿Qué ventajas tiene hacerse amigo de Dios?

LLAMADO: ORA POR LOS TRES GRUPOS DE PRE-ADOLESCENTES:

- A) Los que quisieran pedir sabiduría a Dios para escoger mejor a sus amigos
- B) Los que quisieran pedir valor a Dios para cambiar de amistades
- C) Los que quisieran pedir poder a Dios para llevar a algún amigo al cielo



**"Ninguno tiene mayor amor que este, que uno de su vida
por su amigo" Cristo Jesús, tu mejor amigo.**

TEMA 8

Dios, la Intimidad y los adolescentes

Por: Luis Iván Martínez Toledo, PhD

OBJETIVO.

Ayudar al adolescente a comprometerse con la abstinencia sexual fuera del matrimonio como parte de su compromiso con Dios.

BASE DEL ESPÍRITU DE PROFECÍA.

“Pocas tentaciones son más peligrosas o más fatales para los jóvenes que la tentación a la sensualidad, y ninguna será, si se cede a ella, más decididamente ruinosa para el alma y el cuerpo por el tiempo y la eternidad...”

Mente Carácter y Personalidad, tomo1, 89.

BASE BÍBLICA.

“¿Acaso no saben que su cuerpo es templo del Espíritu Santo, quien está en ustedes y al que han recibido de parte de Dios? Ustedes no son sus propios dueños.” (1 Corintios 6:19) Porque habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios. (1 Cor. 6:20 R60)



	CONTENIDO	ACTIVIDAD	TIEMPO minutos
Introducción	Ilustración	"Usando el arma del policía"	2
	Actividad inicial	Preguntas para dialogar en grupo	10
Desarrollo	Los peligros	Exposición del instructor	3
	Lo que realmente importa		
	¿Quién es el dueño?	Actividad de reforzamiento	6
		La Biblia Dice	6
	Hábitos	Exposición, pregunta y La Biblia Dice	5
		Actividad de reforzamiento 2	5
Cierre	Carácter	Exposición y reflexión	6
	Conclusión	Pregunta y lectura	5
	Actividad y Oración	Botones /fistoles	5

Nota: Las secciones que aparecen en cursiva y gris, son instrucciones para el (la) instructor(a).

Las ilustraciones tienen un formato como para ser desarrolladas según el carácter del instructor, pero tiene elementos que no deben pasarse por alto pues son la base de las discusiones

INTRODUCCIÓN

Ilustración: “Usando el arma del policía”

A Teresa de 14 años le gustaban las armas. Las había visto en muchas películas y en revistas, y le había nacido el deseo de usar una, pero nunca había tenido la oportunidad porque sus papás no se lo permitían. Un día Bety, que era hija de un policía, tuvo una reunión en su casa aprovechando que sus padres no estaban, y Teresa fue invitada. Pero dentro de la fiesta se sintió aburrida y comenzó a vagar por la casa.

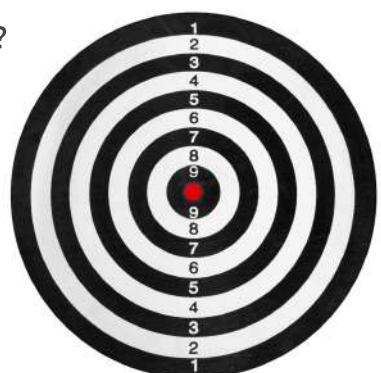
Así descubrió en uno de los cuartos que había una pared con algunas armas reales. También notó que en el patio trasero había un espacio “perfecto” para armar un “blanco de tiro” o “diana”. Ella “estaba segura” que podría usar una de esas armas con destreza, pues había visto y soñado varias veces con cómo hacerlo. Eligió una y se fue al patio trasero. Apuntó al blanco, pero la fuerza del disparo le empujó la mano y “casi” le da a uno de los invitados que caminaba por el mismo lugar. Gracias a Dios no pasó nada, aunque sí se llevó un gran susto. Pensó: “para la próxima, lo haré con más cuidado”.

Actividad inicial:

Pida al grupo de adolescentes que se sienten con comodidad, de preferencia en círculo, y haga las preguntas siguientes una por una, dejando tiempo para escuchar varias respuestas

y fomentando la reacción sobre cada una. Es necesario que todos escuchen las respuestas de todos (no distribuya las preguntas por equipos ni las haga todas desde el principio)

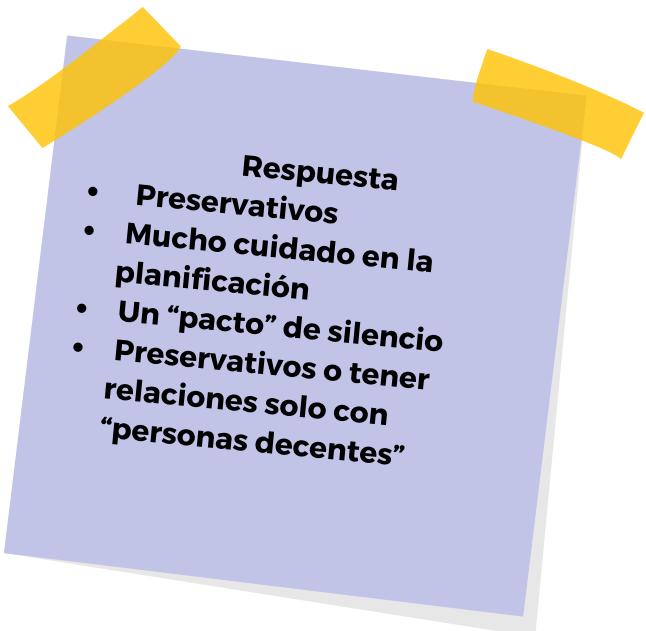
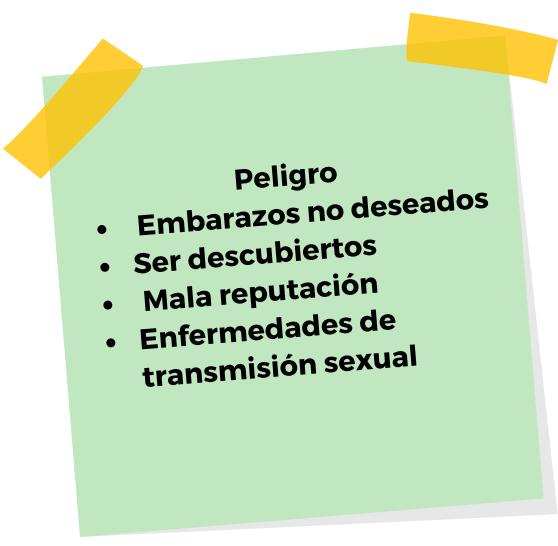
1. ¿Por qué crees que a Teresa le gustaban tanto las armas?
2. ¿Qué peligros ves en lo que hizo Teresa?
3. ¿Qué crees que podría haber hecho de manera diferente?
4. En tu opinión ¿Estuvo bien lo que hizo Teresa? ¿Porqué?
5. Haz una analogía o comparación con las relaciones sexuales
¿Qué conclusiones puedes extraer?



DESARROLLO

Los peligros

Muchas personas hacen énfasis en los peligros involucrados en actividades de riesgo, por ejemplo, el uso de armas, los deportes extremos o conductas fuera de la ley. Pero parece que en lugar de “espantar” a los jóvenes para no involucrarse en eso, se les desafiará a encontrar formas de disfrutar del riesgo sin caer víctimas de esos peligros. Un ejemplo claro es el tema de las relaciones sexuales:



Hay casos de personas que realizan actividades de riesgo y aparentemente nunca sufren las consecuencias de los peligros de esas actividades. Algunos se vuelven “expertos” en evitar consecuencias a corto plazo. Pero veremos que hay cosas más importantes que están en juego.

Lo que realmente importa

(Quién es el dueño). **Primero**, hablando de la historia de la introducción

¿Por qué Teresa va a usar algo que no le pertenece y no tiene el permiso de usar? A Teresa se le dio una confianza de la que no debía abusar. Las reglas de respeto y sentido común debían protegerla de este atrevimiento.

Actividad de reforzamiento 1.- Reparta entre los asistentes algunas golosinas que sean diferentes entre ellas en sabor, forma y tipo. Pida que todos tomen su golosina y le den solo una probadita. Luego deberán dejarla en una sola mesa en el centro. Mientras entonan un canto giren en derredor de la mesa y cuando el canto acabe, cada quien deberá dar una “segunda” probadita a su golosina. Una vuelta más y cada quien deberá terminar la golosina lo más pronto posible para luego beber un vasito con agua de limón o algún otro cítrico con poca azúcar. Hágalo ver como una competencia “a ver quien termina primero”.



Pregunta para discutir.

¿Qué sentirías o cómo actuarías si alguien más hubiese tomado TU golosina y le hubiese dado una probadita cuando tu ya le habías dado la primera probada?

¿Considerarías eso como una falta de respeto y abuso de confianza?

Lo mismo pasa con las relaciones íntimas.

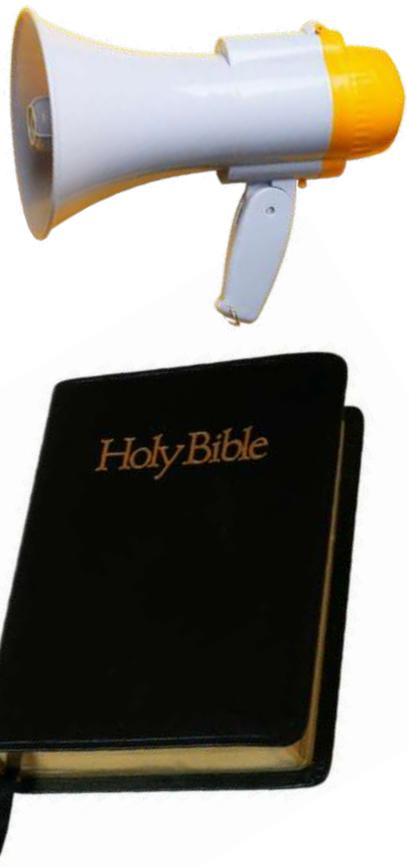
LA BIBLIA DICE:

1 Cor 6:15-19 “¿No saben que sus cuerpos le pertenecen a Cristo mismo? ¿Tomaré acaso lo que le pertenece a Cristo para unirlos con una persona con la que no me he casado? ¡Jamás! ¿No saben que el que se une a una persona con la que no se ha casado se hace un solo cuerpo con ella? Pues la Escritura dice: «Los dos llegarán a ser un solo cuerpo.» Pero el que se une al Señor se hace uno con él en espíritu”

Huyen de la fornicación [...] el que comete fornicación peca contra su propio cuerpo. ¿Acaso no saben que su cuerpo es templo del Espíritu Santo, quien está en ustedes y al que han recibido de parte de Dios? Ustedes no son sus propios dueños.”

1 Corintios 7:2 “Pero en lugar de la fornicación, cada hombre debe tener su propia esposa, y cada mujer su propio esposo.

Nota: Proyecte esta versión de la Biblia, o escriba en una cartulina para que los chicos vean el texto mientras trabajan con él. Haga lo mismo con las otras citas bíblicas de la sección “La biblia dice”



Según lo que dice la Biblia,

¿A quien pertenece tu cuerpo? _____ (Respuesta: A Cristo o a Dios) _____

¿A quién deberías pedir permiso para usar tu cuerpo?
(Al Dueño) _____

En la Biblia se le llama fornicación a las relaciones sexuales fuera del matrimonio (cuando no estás casado)

¿Da permiso Dios para las relaciones fuera del matrimonio?
____NO_____

¿Cuál es el momento reservado para las relaciones íntimas?
____El matrimonio____

(Hábitos) Segundo, En la ilustración inicial, ¿Por qué Teresa no disfrutaba de la actividad que todos realizaban y buscaba algo diferente? Su contacto constante con las armas y la emoción que ellas le generaban, no le permitía disfrutar de emociones menos excitantes.

Nota para el instructor:

Puede dejar para este momento la segunda parte de la actividad de reforzamiento del punto anterior, cuando los adolescentes terminan su golosina y toman agua de limón, o puede solo hacer referencia a esa actividad para ahorrar tiempo.

Este mundo, por muchos medios, nos pone en contacto constante con la sensualidad, y si no tenemos cuidado puede llevarnos a desear disfrutar cosas fuera del tiempo y el lugar adecuado. Un peligro es que cuando pruebas algo, al principio sientes su sabor, pero luego ya no.

Pregunta: ¿Qué tal estuvo el sabor del agua de limón en la actividad anterior? ¿la disfrutaste? (Nota: espera a recibir algunos comentarios)

Mientras más dulce es una golosina, más difícil es disfrutar de otros sabores o de lo que es menos fuerte. De la misma manera, si “pruebas” un poquito de sensualidad al mirar o escuchar cosas, tu corazón va a desear más de lo mismo y más fuerte, al grado que no puedes disfrutar de cosas menos “fuertes”.

LA BIBLIA DICE:



Prov. 4:23 “Por sobre todas las cosas cuida tu corazón, porque de él mana la vida”.

Job 31:1 »Yo había convenido con mis ojos no mirar con lujuria a ninguna mujer.

Pregunta: ¿Cómo podrías evitar ser atraído por lo que sabes que no es bueno?

Actividad de reforzamiento 2.- Imprima y recorte la siguiente gema, pida que los chicos la ordenen según crean que debe ir. Luego muestre el orden correcto, y pida que lo memoricen. Puede imprimir cada porción en distinto tamaño y tipo de letra para hacerlo más divertido.

“Con demasiada frecuencia lo que el ojo ve y el oído oye atrae la atención y absorbe el interés.” Mensaje para los jóvenes, 78

(Carácter) Por último, las relaciones sexuales antes del matrimonio cambian el carácter. Bruno tenía amigos que habían hecho cosas inadecuadas con sus novias y le contaban historias, él pensó que tal vez podría hacer lo mismo y después de insistir mucho, un día cometió fornicación con su novia. Tuvieron las "precauciones" y nadie se dio cuenta. "Aprendieron" a disfrutar de la relación de casados aun cuando estaban solteros. Dos años después se casaron. Parecía que todo iba bien, pero había muchas dificultades en su hogar. Fueron a ver a un experto en familia y les ayudó a descubrir lo siguiente:

1. Ellos habían perdido el respeto el uno por el otro.
2. Había desconfianza y celos
3. Parecía que les había pasado lo mismo que los chicos que habían comido toda su golosina de un bocado y ahora el agua de limón no les sabía a nada. No sentían atracción el uno por el otro. En cambio, estaban empezando a sentir atracción por otras personas.

Este es un ejemplo solamente, pero aunque al mundo le cueste trabajo reconocerlo, se da mucho más a menudo de lo que parece.

LA BIBLIA DICE:

Oseas 2:19-20. "Y te haré mi esposa para siempre; me casaré contigo en justicia, juicio, benignidad y misericordia. Y me casaré contigo en fidelidad, y conocerás a Jehová.

Génesis 2:24, 25. "Por tanto, dejará el hombre a su padre y a su madre, y se unirá a su mujer, y serán una sola carne.

Y estaban ambos desnudos, Adán y su mujer, y no se avergonzaban."



En la Biblia, el matrimonio es la unión de dos personas en muchas dimensiones. Se unen siguiendo un proceso correcto de conocimiento mutuo (en justicia) se unen socialmente, o sea con el reconocimiento legal y social (en juicio). Se unen emocionalmente (benignidad). Se unen con propósitos altruistas, para ser uno el bien del otro (misericordia). Se unen en un compromiso de exclusividad (en fidelidad), y de manera espiritual (conocerás al Señor). Y porque están lo suficientemente maduros para vivir separados de sus padres, también se unen en la intimidad (una carne). Cuando eso sucede así, no necesitan esconderse (no se avergonzaban), pues tienen la bendición de Dios.

Cuando los jóvenes no pasan por este proceso y solo se unen físicamente (íntimamente), terminan en una relación que solo se basa en la intimidad. Eso causa “vergüenza” y temor. Pero cuando pasa la curiosidad, o cambian las circunstancias, no queda nada que una a la pareja ni que la haga crecer. Su carácter, y su concepto del matrimonio y la intimidad se ha echado a perder y costará mucho que se recupere.

CONCLUSIÓN

Tal parece que en el plan de Dios, el único método anticonceptivo correcto fuera del matrimonio es la abstinencia (no cometer fornicación). Pero el valor va más allá de los “peligros” que pueda traer la fornicación; tiene que ver con nuestra responsabilidad directa para con el dueño de nuestro cuerpo, la capacidad de disfrutar plenamente el regalo que nos dio y la formación de un carácter que nos proporcione felicidad y seguridad en el futuro.

Pregunta: ¿Quién tuvo el valor y la fortaleza de responder: “¿cómo haría yo este grande mal y pecaría contra Dios?” cuando estuvo en la tentación de la fornicación? (Respuesta: Gen 39:9)

Hay pocas tentaciones más peligrosas y fatales para los jóvenes que la tentación a la sensualidad, y ninguna, si se cede a ella, probará ser tan definitivamente ruinosa para el alma y el cuerpo, para este tiempo y la eternidad. El bienestar de todo el futuro de José depende de la decisión de un momento. Calmosamente José levanta sus ojos al cielo en demanda de ayuda; se desprende de su manto exterior dejándolo en las manos de su tentadora, y mientras sus ojos brillan con la expresión de una resolución firme en vez de una pasión impía, exclama: “¿Cómo, pues, haría yo este grande mal, y pecaría contra Dios?” Obtuvo la victoria; huyó de la hechicera y se salvó.” Cartas a Jóvenes enamorados, 69

Lo hermoso de la adolescencia es que el corazón es más suave que cuando uno es más grande. . A lo mejor comparando esto con la historia del principio, ya “hemos estado viendo tantas armas” que tenemos mucho interés en ellas. De la misma manera, si hemos cometido algún error con nuestra sexualidad, Dios puede perdonarnos y darnos una nueva oportunidad para hacer las cosas mejor. Va a costar mucho trabajo dejar de pensar en lo que hemos estado viendo, pero podemos empezar a ocupar nuestra vista y nuestros oídos en cosas mejores sin desobedecer a Dios, y tarde o temprano, vamos a disfrutar de cosas mejores. Si gracias a Dios no hemos cometido errores, estamos en el mejor momento de tomar la decisión de no cometerlos, y evitarnos todo el sufrimiento que los acompaña.

Actividad final y Oración. Prepare unos “botones” como broches de papel, pines (de cartulina), o distintivos para ser colocados en el pecho de cada participante con la frase: “Mi cuerpo pertenece a Jesús”.

Vamos a orar, mientras en la oración yo diga las palabras “Señor, toma mi cuerpo, te lo doy aunque es tuyo desde que nací, ayúdame a glorificarte con él y conservarme sin fornicación hasta que pueda llegar al matrimonio con tu bendición”, todos los que quieran hacer este compromiso, el mismo compromiso que hizo José en Egipto, vengan al frente, tomen un botón de los que están en la mesa y colóquenlo en su pecho. Quédense aquí hasta el final de la oración, y salgan de aquí orgullosos de pertenecer a Jesús.

Nota: Ore dedicando a Dios a los adolescentes que toman esta decisión y pida que acuda a sus mentes cuando estén en la tentación.



“Porque habéis sido comprados por precio; glorificad, pues, a Dios en vuestro cuerpo y en vuestro espíritu, los cuales son de Dios.”

El Apóstol Pablo.





Iglesia Adventista[®] del Séptimo Día

MINISTERIO INFANTIL Y DEL ADOLESCENTE
MINISTERIO DE LA MUJER

Diseño Unión Mexicana de Chiapas,
Asociación del Grijalba.