

## LECCIÓN 27

### LA IMPORTANCIA DE LOS LÍMITES

#### PREPARACIÓN DEL MAESTRO

#### CONCEPTOS CLAVES

1. Los estudiantes necesitan establecer límites personales antes de caer en situaciones en las cuales se verán tentados a involucrarse en sexo prematrimonial o abuso de alcohol y drogas.
2. Cuando los estudiantes pasan de la adolescencia a la adultez, pasan de tener adultos que les establecen límites a establecer y mantener ellos mismos sus propios límites personales.
3. Cuando se establecen límites, las decisiones tendrán generalmente consecuencias positivas (beneficios) y consecuencias negativas (costos).

#### COMPETENCIAS/APRENDIZAJE ESPERADO:

Al final de esta lección, los estudiantes deberán ser capaces de:

1. Describir los límites de su espacio personal.
2. Describir sus límites morales en las áreas de drogas, alcohol y sexo prematrimonial.
3. Describir cómo las consecuencias positivas y negativas ayudarán u obstaculizarán su búsqueda de una vida feliz y con significado.

#### MATERIALES/PREPARACIÓN

**En la caja: la carta de las abuelas y un trozo de yeso.**

Usted querrá marcar donde se paren sus estudiantes en una actividad, así que si no puede usar yeso en el piso, necesitará pedazos de cinta adhesiva.

Prepare las siguientes listas en la pizarra para que sus estudiantes las copien o póngalas en hojas individuales de papel.

## **DROGAS**

- Evitar lugares donde se usen drogas
- Ir a un lugar donde se usan drogas.
- Ver a alguien más consumir drogas.
- Probar una droga para ver los efectos.
- Comprar una droga ilegal.
- Vender drogas para obtener drogas.

## **ALCOHOL**

- Evitar lugares donde se consuma alcohol.
- Ver a alguien más beber alcohol.
- Probar el alcohol para ver sus efectos.
- Beber alcohol en casa.
- Ir a un lugar que se sabe sirve alcohol.
- Pedirle a alguien más que compre alcohol.

## **SEXO PREMATRIMONIAL**

- Estar en un grupo con el sexo opuesto.
- Tomarse de las manos.
- Abrazarse
- Besarse
- Estar a solas con el sexo opuesto.
- Tocarse abajo del cuello.
- Acostarse juntos y tocarse.
- Quitarse la ropa
- Acto sexual

## LECCIÓN

### COMENZANDO LA LECCIÓN

### INTRODUCCIÓN

En esta unidad hemos estado aprendiendo destrezas para la vida: actitudes y hábitos que nos ayudarán a evitar los destructores de sueños y harán más probable que cumplamos nuestros sueños. En esta lección final de la unidad aprenderemos una destreza más –cómo establecer y mantener límites saludables. En esta oportunidad tenemos una historia y otra carta de las abuelas.

### HISTORIA

5 minutos

*[Lea la siguiente historia: “La aventura de Olga en el zoológico”].*

“¿Han estado alguna vez en un zoológico importante? Preguntó la maestra Adela después de que los tres estudiantes se sentaron en sus asientos.

Carmen asintió, al igual que David, y Sergio dijo: “Defina importante”.

“¿Vamos a hacer una excursión?”, preguntó Carmen, esperanzada.

“Me imagino que si nuestras abuelas pudieran trascender en el tiempo y el espacio, sería fácil una cosa tan sencilla como llevarnos a todos al zoológico”, dijo Sergio.

“Tal vez”, sonrió la maestra. “Pero esta visita particular al zoológico se aprecia mejor a la distancia”.

“Suenan prometedor”, dijo David.

“Aparentemente cuando una de sus abuelas era pequeña fue al zoológico en la gran ciudad y esto se convirtió en una gran aventura”, dijo la maestra Adela mientras sacaba la carta de las abuelas de la caja.

*Queridos:*

*¡Cuán envidiosas estábamos cuando supimos que Olga iba a ir a visitar a su tía a la gran ciudad! Por supuesto, todas teníamos siete años en esa época. El gran evento era visitar el zoológico. Olga tenía un folleto de su tía que describía toda clase de cosas interesantes acerca del zoológico. Ella se encargó de que aprendiéramos acerca del zoológico, quisiéramos o no.*

*Se inauguró en 1864 y creció hasta tener más de 3,000 aves, reptiles, mamíferos, peces e invertebrados - cualesquiera que éstos sean. Por supuesto, es mucho más grande ahora, pero todavía suena como la morada de animales salvajes para nosotros. Aprendimos que los jaguares son buenos nadadores y los leopardos no lo son, que la mayoría de los osos en la Isla de Animales prefieren pasar sus días comiendo golosinas cerca del foso donde la gente camina, que subir el gran árbol plantado en su jaula. Con la descripción posterior que hizo Olga, todo el parque parecía un maravilloso rompecabezas de cajas, cercos, fosas, jaulas de vidrio y áreas diseñadas para evitar que sus habitantes se comieran los unos a los otros.*

*Todo marchaba muy bien. La tía de Olga le tomó una foto enfrente de la Casa del Mono en la Isla de los Animales y la excursión se estaba convirtiendo en un maravilloso recuerdo de su niñez. Entonces, poco después de que llegaran al recinto abierto de los célebres cisnes negros, se produjo una serie de verdaderos creadores de recuerdos.*

*Los cisnes son criaturas grandes y elegantes, y la tía de Olga pensó que sería muy bueno si Olga pudiera ver la belleza de las aves más de cerca. Ahora probablemente ustedes sabrán que no deben alimentar a los animales en el zoológico, pero esto no se le ocurrió a la tía de Olga.*

*Pedazos de pan de su bolillo convencieron a uno de los cisnes negros más grandes a orillarse en el estanque. Con un poco de persuasión tenía al cisne completamente fuera del agua devorando lo que quedaba del pan. ¿Quién sabe? Tal vez fue el hecho de que el cisne estaba fuera del agua y lleno de expectativas, pero al terminarse la comida también se terminó la relación en lo que al cisne se refería. La tía de Olga no se percató del riesgo en la relación y escogió ese momento para estirarse –meramente en el espíritu de la amistad – y darle al cisne una palmadita en el cuello como despedida.*

*¡El cisne bajó su cabeza, extendió sus alas, bufó y atacó! ¡Resulta que un cisne enfurecido realmente puede moverse! Parecía también que la tía de Olga podía moverse*

*muy rápido cuando las circunstancias lo ameritaban. ¡Con su falda subida, ella corría más que ellos!*

*Ella pudo haber escapado de una de las peores experiencias si no se hubiera equivocado al abrir la compuerta de un recinto que fuera seguro. Una buena cantidad de gente se aglomeró por el espectáculo de la tía de Olga tratando de huir del cisne. Y entonces ella, inadvertidamente, entró en la jaula del canguro (uno de los que atienden a los animales acababa de abrir la puerta para alimentar a estas criaturas curiosas); inmediatamente la multitud trató de advertirle. Por supuesto, con 50 personas gritándote a la vez no se comprendía con claridad. Sin embargo, esto atrajo a los wallabys de Bennett conocidos como canguros en Australia.*

*Sintiendo que algo debería estar pasando, los canguros saltaban sobre la puerta para saludar a la que probablemente pensaron era la nueva persona que los alimentaría. A la par de los canguros saltando, un cisne al ataque parecía una pequeña molestia – ¡especialmente cuando los canguros están saltando directamente hacia ti!*

*Era solo mala suerte que las cabras monteses estuvieran temporalmente en la jaula vecina. Los funcionarios del zoológico estaban seguros que las cabras no podrían saltar las paredes de su hogar temporal. Ahora, está bien establecido que después de los elefantes, cebras, y culebras venenosas, las cabras monteses macho son los animales en cautiverio más peligrosos.*

*Por supuesto, cuando todos los canguros saltaron al siguiente recinto, todas las apuestas se suspendieron. El genio saltarín en las cabras emergió en venganza. El muro resultó ser totalmente inadecuado para mantener a las cabras adentro.*

*Ellos dicen que ésa fue la única ocasión en la que tuvieron que cerrar una sección total del zoológico durante horas de visita. Con canguros, cisnes y cabras monteses, y la tía de Olga corriendo por los pasillos, ellos pensaron que era lo mejor para estabilizar la situación, antes que se saltaran otro límite. Los funcionarios del zoológico dijeron que fue un milagro que ninguno resultara seriamente herido.*

*Años más tarde, Olga comentaba a menudo que las visitas posteriores al zoológico parecían aburridas. Ella solamente se lamenta de dos cosas. Una fue que su tía tuviera la cámara durante todo este episodio y no pudo tomar ninguna foto. La otra fue que su tía nunca mostró el más mínimo interés por una segunda visita al zoológico – ¡a pesar de que se le permitió regresar al parque sólo un par de años después!*

*Sus Abuelas*

## **EXPLORANDO LA LECCIÓN**

## PREGUNTAS PARA DISCUTIR EN CLASE

5 minutos

*[El maestro empieza].*

Pensemos juntos acerca de esta pregunta:

Después de escuchar la aventura de Olga, ¿qué piensan que pasaría si de repente se quitaran todos los cercos, paredes, fosas, barreras y los límites del zoológico?

*[Agregar estas respuestas si los estudiantes no las mencionan:]*

- *Algunos animales podrían ser devorados.*
- *Otros escaparían.*
- *Algunos probablemente tratarían de esconderse.*
- *Otros se sentirían agobiados con su nueva libertad.*
- *Cualquier visitante probablemente se uniría a la tía de Olga para tratar de salir de allí.*

El problema al establecer límites es saber cuándo ustedes los van a necesitar antes de encontrarse en una situación donde los necesiten. Así que vamos a discutir el establecimiento de límites.

¿Qué clase de límites establece la gente para mantener las cosas dentro de algo y qué clase de límites establece la gente para mantener las cosas fuera de algo?

*[Las respuestas pueden incluir:]*

- *Fronteras de país*
- *Campos para atletismo*
- *Límites de propiedad*
- *Variedad de cercos.*
- *Corrales, gallineros, salones, prisiones, etc.].*

**¿Cuáles son las razones principales para el establecimiento de límites?**

*[Las respuestas pueden incluir:*

- *Protección*
- *Seguridad*
- *Cuidado de los animales*
- *Eficiencia en las actividades agrícolas*
- *Razones políticas*
- *Para demostrar propiedad, etc.].*

**¿Qué clase de límites tienen ustedes como personas jóvenes?**

*(Las respuestas pueden incluir:*

- *Su pequeño espacio en su apartamento o casa.*
- *Una silla y un escritorio en la escuela*
- *Una hora límite para llegar a casa por la noche, etc.].*

**La mayoría de límites son visibles y fáciles de identificar, tales como las líneas que demarcan un campo de atletismo, cercos alrededor de una casa o patio, campos rodeados por carreteras, ríos y árboles.**

**Algunos de los límites no son precisamente visibles, pero a menudo se dividen con señales, signos y mapas, tales como líneas geográficas que separan países, regiones o propiedades privadas.**

**También hay límites que son completamente invisibles, pero que aún son muy importantes para nosotros como seres humanos. ¿Qué límites invisibles piensan ustedes que serían éstos?**

*[Acepte todas las respuestas, pero dé una afirmación especial a las respuestas que sean muy parecidas o similares a lo siguiente:*

- *Espacio personal*

- *Límites para una salud física que tienen que ver con drogas, licor y sexo prematrimonial.*
- *Límites emocionales que tienen que ver con la amistad y el amor.*
- *Límites del comportamiento que tienen que ver con nuestro carácter y escoger lo correcto o incorrecto)*

**La gente prefiere mantener alguna distancia física entre uno y otro, pero la distancia varía de una situación a otra y de cultura a cultura. Nosotros llamamos a esta distancia “límites de espacio personal”, que es el área alrededor de cada uno de nosotros que nos da sentido de comodidad y seguridad.**

**Por ejemplo, muchas personas no se sienten tan cómodas cuando se encuentran muy apretadas en el bus. Por supuesto, esto es algo que debemos soportar y aún acostumbrarnos, excepto por las pocas veces en las que podemos esperar por el próximo bus con la esperanza que éste no venga tan lleno.**

**= 10 minutos**

### **ACTIVIDAD DEL ESPACIO PERSONAL**

**10 minutos**

El estudiante B camina hacia el estudiante A enfrente de él o ella.

El estudiante B camina hacia el estudiante A por un lado de él o ella.

El estudiante B camina hacia el estudiante A por detrás de él o ella.

#### **SUGERENCIA PARA EL MAESTRO(A):**

Dígales a los estudiantes que si alguno de ellos desea hablar con usted en privado o con el psicólogo escolar o con la trabajadora social, que no dude en hablar con usted después de clase.

#### **Demos un vistazo a los límites personales.**

*[Pídales a dos estudiantes del mismo sexo, bastante colaboradores, que le ayuden con la siguiente actividad. Coloque a los dos estudiantes de pie, frente a frente a una distancia de dos metros.*

Haga una marca suave con yeso en el piso enfrente de los zapatos del estudiante A, otra atrás de su zapato y marcas justo a la derecha e izquierda de sus zapatos. Dígale al estudiante A que se mantenga dentro de las marcas de yeso y viendo al estudiante B.

Después, pida al estudiante B que se pare a dos metros **frente al estudiante A**. Pida al estudiante B que camine despacio hacia el estudiante A hasta que éste diga “detente”. Observe que tan cerca están ellos y ponga una marca con yeso en el piso enfrente de los zapatos del estudiante B.

1. Pídale al estudiante A que describa qué sintió cuando dijo “detente”. Afirme las respuestas del estudiante y guíe una breve discusión que se enfoque en las respuestas que indiquen los niveles de confianza, niveles de temor, niveles de comodidad y niveles de incomodidad.

Después, coloque al estudiante B dos metros **al lado, de frente al estudiante A**, por lo menos a dos metros de distancia y pídale al estudiante B que camine despacio hacia el lado del estudiante A hasta que éste diga “detente”. Observe que tan cerca está ahora y ponga una marca de yeso en el piso enfrente de los zapatos del estudiante B.

2. Pida al estudiante A que describa lo que sintió o percibió mientras el estudiante B se le acercaba. Las respuestas podrían ser similares al No. 1. Señale cualquier diferencia y por qué.
3. Pregunte al estudiante A que sintió o percibió cuando dijo: “Detente”. Afirme las respuestas del estudiante y guíe una discusión breve que se enfoque en cualquier diferencia de las respuestas anteriores que indican los niveles de confianza, niveles de temor, niveles de comodidad y niveles de incomodidad.

Finalmente pida al estudiante B que se pare **dos metros atrás del estudiante A**. Pida al estudiante B que camine despacio hacia el estudiante A hasta que el estudiante A diga, “detente”. Los dos estudiantes pueden estar casi tocándose o ellos pueden estar a cierta distancia. Vuelva a hacer una marca de yeso en el piso justo enfrente de los zapatos del estudiante B.

4. Otra vez, pida al estudiante A que describa qué sintió o percibió mientras el estudiante B se le acercaba. Las respuestas parecerán similares a las del No. 1 y No. 2. Señale cualquier diferencia y por qué.
5. Pregúntele al estudiante A que sintió cuando él o ella dijo: “Detente”. Asevere las respuestas del estudiante y guíe una discusión breve que se enfoque en cualquier diferencia de las primeras respuestas que indican los niveles de confianza, niveles de miedo, niveles de comodidad y niveles de incomodidad.

Concédales a todos los estudiantes unos minutos para que trabajen en parejas para descubrir sus límites de espacio personal. No necesitan marcar sus límites con yeso, solamente tomar conciencia de su espacio.



*Explique a sus estudiantes que acaban de experimentar el límite de espacio personal y permítales compartir sus comentarios y preguntas. Confirme los comentarios que replanteen que los límites personales varían en distancia de persona a persona, varían dependiendo en quién es el que se acerca, varían de cultura a cultura y son determinados por niveles de confianza, temor y comodidad].*

**Esta actividad demuestra los límites personales de los cuales las personas pueden no estar conscientes. También hay límites morales de los cuales las personas a menudo no están conscientes y que afectan nuestro carácter. Dependiendo dónde usted establezca estos límites pueden afectar grandemente el logro o no de sus sueños y metas de vida.**

**Los límites morales son los límites que ustedes establecen en su comportamiento, así como las cercas que ponen a su alrededor para evitar ser influenciados inapropiadamente y evitar ser utilizados por otras personas.**

**Las sociedades también redactan leyes que establecen límites personales, incluyendo derechos del individuo en cuanto a seguridad personal. Nadie tiene derecho de golpear con ira, tocar inapropiadamente, forzar a otro sexualmente o coaccionar a otros a beber licor o consumir drogas.**

**= 20 minutos**

### **ACTIVIDAD “ESTABLECIENDO LÍMITES EN SU DIARIO PERSONAL”**

10 minutos

Referirse a la lista que escribió en el pizarrón al principio de la clase.

*[Esta actividad está diseñada para que los estudiantes escriban sus respuestas individuales en su Diario Personal].*

**Pensemos acerca de la idea de cómo los límites morales se relacionan con el uso de drogas, alcohol y sexo prematrimonial.**

**En el pizarrón hay tres listas de actividades. Copien cada lista en su Diario Personal. Estas actividades están enlistadas en orden descendente, del más seguro al más peligroso. Para cada lista, dibuje una línea indicando donde quiere parar – donde escogerá no comprometerse o rendirse. Cuando dibuje estas líneas, usted está estableciendo los límites morales personales. No se le pedirá que comparta en clase o conmigo, su maestro, sus decisiones.**

*(Discuta el hecho que todas las decisiones de los límites tienen consecuencias positivas (beneficios) y consecuencias negativas (costos). Por ejemplo, trazar límites apropiados puede resultar en una buena reputación y abre puertas a nuevas amistades saludables, pero puede costarle su relación con un supuesto amigo quien ha escogido un camino que pone en peligro tus sueños. Sus sueños llegan a ser tus sueños.*

*Pida a sus estudiantes que miren la actividad directamente de arriba hacia abajo, donde ellos trazaron sus líneas de límites en cada una de las tres listas. Pídeles que escriban una oración en su Diario Personal acerca de cómo el beneficio y costo puede cambiar si ellos “se detuvieron” en diferentes eventos en la lista de drogas. Hagan lo mismo para las listas del alcohol y de las relaciones prematrimoniales.*

*Cuando sus estudiantes hayan terminado de escribir, diga]:*

**Tal vez a alguno de ustedes le gustaría cambiar el lugar donde trazó la línea en una o más de las listas. Tomen un momento para revisar lo que hemos aprendido acerca de las consecuencias de las decisiones en éstas áreas y hagan cualquier cambio que consideren prudente.**

**= 30 minutos**

## **DISCUSIÓN EN CLASE**

**5 minutos**

*(Recuérdale a sus estudiantes de algunas posibles formas en las que un individuo puede ser capaz de mantener un límite específico cuando es presionado por alguien más para cambiarlo, incluyendo:*

- *Alejarse.*
- *Establecer claramente los límites y comprometerse con ellos.*
- *Evitar la presión escogiendo estar con las personas que apoyan el mismo límite que usted, etc.*

*Refuerce las ideas que se enseñaron en la Lección 25 relacionadas a las formas de evitar la manipulación. (Decir “No” repetidamente, evitar las excusas, etc.).*

**= 35 minutos**

## FINALIZANDO LA LECCIÓN

### RESUMIENDO

Todas las personas tienen límites personales, incluyendo límites morales. Ustedes están en la edad en que pensar detenidamente, establecer y mantener sus límites morales es decisivo. Las decisiones que ustedes tomen en estas áreas afectarán el resto de sus vidas. Sus decisiones llegarán a ser hacedores de sueños o destructores de sueños. Recuerden, el mejor momento y el más fácil para establecer límites es antes de que los necesiten.

### ACTIVIDAD DEL DIARIO PERSONAL

10 minutos

Tal vez ustedes recuerdan que en la última lección les dije que estaríamos haciendo otro apunte en su Diario Personal. Hemos llegado al final de la unidad del desarrollo de las destrezas efectivas para la vida.

Abran su Diario Personal en la primera anotación y vuelvan a leer su declaración “¿Qué es lo que más deseo de la vida?”. Revisen también los comentarios que escribieron en la sección “Más fuertes juntos”, y en las secciones “Yo reafirmo mi independencia de las drogas”, “Yo reafirmo mi independencia del alcohol” y “Yo reafirmo mi independencia de las relaciones prematrimoniales”.

Tómense algunos minutos para pensar acerca de cómo puede haber cambiado el nivel de su compromiso, ya que originalmente ustedes escribieron sus compromisos en su Diario Personal. Tal vez ustedes desean reforzar su compromiso, y si así es, por favor escríbanlo debajo de su compromiso anterior en la página apropiada.

*[Proporcione tiempo suficiente para que los estudiantes completen la tarea].*

Una vez que hayan terminado de revisar las secciones anteriores, ustedes estarán listos para agregar una sección titulada “Yo establezco límites responsablemente.”

**Precaución:** Si ustedes no trazan límites morales para ustedes mismos, serán mucho más vulnerables a los manipuladores que si ya hubieran decidido cuáles comportamientos tendrán y cuáles no.

En este grupo de lecciones hemos tratado de prepararlos con las siguientes destrezas importantes:

- Resistir la presión a comprometerse (ceder).

- **Reconocer los peligros del encaprichamiento.**
- **Demorar la gratificación para alcanzar metas mayores.**
- **Desenmascarar los medios de comunicación.**
- **Evitar ser manipulado.**
- **Establecer límites responsables.**

Ahora es tiempo de establecer algunos límites responsables. Sus maestros solamente pueden establecer límites en el salón de clases. Sus padres les están traspasando lentamente a ustedes la tarea de establecer sus límites. Ésta no será la última oportunidad en que ustedes establezcan límites para ustedes mismos; es un proceso de toda la vida. Cuando adoptamos una postura estableciendo un límite, éste se convierte en un “momento decisivo”. Así que sean valientes y establezcan algunos límites fuertes para ustedes mismos. Cuando ustedes establecen límites, están escogiendo quiénes son y en quiénes se convertirán.

El reto de este momento decisivo es trazar su propio primer juego de límites morales. Me gustaría que hicieran esto escribiendo en sus Diarios Personales el comportamiento que ustedes no tendrán en sus tres listas (drogas, alcohol y sexo prematrimonial).

Empiecen con las palabras “YO NO” y simplemente listen todos los comportamientos que ustedes no tendrán (las actividades listadas bajo su línea en cada una de estas tres áreas). Cuando hayan terminado, por favor firmen y fechen su compromiso. Asegúrense de dejar suficiente espacio para un par de firmas, tal y como lo hicieron en las secciones anteriores.

*[Deles suficiente tiempo a los estudiantes para que terminen la tarea].*

El próximo paso será que ustedes compartan su declaración con al menos dos personas. Pueden ser las mismas personas con quienes ustedes compartieron la sección previa o alguien más (un padre, abuelo(a), maestro(a), hermano(a) o amigo(a)), en quien confíen que les será de apoyo.

Díganles algunas de las cosas que han aprendido acerca de cómo establecer límites que pueden afectar sus sueños. Después, pídale que firmen en la sección “Yo establezco límites responsablemente”, como un testigo de su compromiso. Si ustedes tienen el coraje de dar este paso, estarán en el camino de realizar sus sueños y de tener el beneficio de compañeros de confianza durante el camino -personas que pueden ser una fuerte de fortaleza para ustedes cuando enfrenten los retos y obstáculos que encontrarán más adelante.

Este es el final de nuestra unidad sobre Destrezas para la Vida. La próxima vez empezaremos la última serie de lecciones en nuestra clase sobre *Hacedores de Sueños - Destruidores de Sueños*. Nuestra próxima lección se llama “El mundo invisible”.

## RECURSOS

### PROFUNDIZANDO

Hoy exploramos cómo los límites pueden protegernos de los destructores de sueños, tales como las drogas, el alcohol y el sexo prematrimonial. Tres de las más grandes religiones del mundo -el judaísmo, el cristianismo y el islam- creen que Dios mismo estableció límites importantes para nosotros, los humanos que Él creó. El más conocido de estos límites es un juego de reglas llamado Los Diez Mandamientos.

Los cristianos creen que Dios dio estos límites, no para hacernos infelices o quitarnos la diversión, sino todo lo contrario. Él nos dio estos límites para protegernos del dolor y ayudarnos a evitar cosas que podrían destruir nuestros sueños.

*[Si usted lo considera útil, pueden leer los Diez Mandamientos originales en Éxodo 20:3-17].*

### LISTA DE PROTECCIÓN DE LOS DIEZ MANDAMIENTOS

Escriba en la pizarra:

1. Pon a Dios primero.
2. Nada entre Dios y tú.
3. Respeta el nombre de Dios.
4. Día de adoración.
5. Honra a los padres.
6. No matarás.
7. No cometerás adulterio
8. No robarás
9. No mentirás
10. No codiciarás

Voy a hacer un resumen de cada uno de los mandamientos y escribir una frase breve para cada uno en la pizarra. Por favor copien estas frases en sus cuadernos de notas. Después voy a preguntarles cuáles de estos 10 límites podrían ser útiles para protegernos de los tres destructores de sueños (drogas, alcohol y sexo prematrimonial) que hemos estado estudiando.

El primer mandamiento es:

1. Poner a Dios en primer lugar en tu vida.

El segundo mandamiento es:

2. No permitas que nada se interponga entre tú y Dios.

El tercer mandamiento es:

3. Respeta el nombre de Dios, no lo uses a la ligera.

El cuarto mandamiento es:

4. Aparta un día en especial cada semana para dedicarlo a la adoración a Dios.

El quinto mandamiento es:

5. Honra a aquellos que te criaron.

El sexto mandamiento es:

6. No mates a otro ser humano.

El séptimo mandamiento es:

7. Sé fiel a la pareja que escogiste.

El octavo mandamiento es:

8. Respeta lo que otros tienen, no se los quites.

El noveno mandamiento es:

9. Sé veraz, no mientas acerca de otra persona.

Y el último de los diez mandamientos es:

10. Vive contento, no desees lo que le pertenece a otro.

Ahora que ustedes tienen un breve resumen escrito en sus cuadernos de notas, retrocedamos y hablemos acerca de cuáles de estos límites podrían guardarnos de los tres destructores de sueños. Mantengan en mente que algunos pueden protegerlos directamente y otros sirven como una protección general o más indirecta. (En otras palabras, si ustedes siguen los mandamientos con todo su corazón, sería mucho menos probable que se involucraran con destructores de sueños).

*[Guíe una discusión a través de cada mandamiento, dejando que los estudiantes compartan sus ideas primero. Después agregue sus propios comentarios.]*

*La idea central de este ejercicio no es que todos estén de acuerdo con exactamente cuál de los 10 los protegería de los tres destructores de sueños. El punto es que Dios desea protegernos y nos ha dado límites en la forma de mandamientos. El séptimo mandamiento es claramente una protección parcial contra el sexo fuera del matrimonio. Los mandamientos tres, cuatro y seis probablemente ni siquiera son protecciones indirectas contra los tres destructores de sueños que hemos estado discutiendo en este currículo. Los otros mandamientos son probablemente protecciones indirectas. Un ejemplo de una protección indirecta podría ser “honra a tus padres”. La mayoría de los padres no animan activamente a sus preadolescentes o adolescentes a consumir drogas ilegales, a emborracharse o a tener sexo. Así que si los adolescentes honran a sus padres, ellos se comportarán de manera que hagan a sus padres sentirse orgullosos de ellos, aún cuando los padres no estén presentes].*

## PUNTO DE ENFOQUE

Asegúrese de dejar tiempo para discutir al final de la actividad de aprendizaje de manera que sus estudiantes puedan discutir entre la actividad de aprendizaje y la lección. Ponga atención para ver si ellos entendieron los puntos clave enumerados. Si usted siente que uno o más puntos pueden haberse pasado por alto, guíe la discusión para verificar que comprenden las ideas principales.

1. Algunos de los diez mandamientos pueden servir, al menos indirectamente, como protección contra los tres destructores de sueños.
2. Reglas como los diez mandamientos no han sido diseñadas para hacernos miserables, sino para ayudarnos a llevar vidas largas, productivas y satisfechas.

## CONEXIÓN PADRES-MAESTRO(A)

### PARA LA DISCUSIÓN FAMILIAR:

1. Discuta los límites morales que ustedes como familia han establecido.

- 
2. Pregúntele a su adolescentes cuáles piensa él o ella que son algunos límites que ustedes deberían fortalecer para mejorar las oportunidades que él o ella tiene de alcanzar sus sueños.