

**PROGRAMA DE AMBIENTE SEGURO  
DIOCESIS DE FORT WAYNE - SOUTH BEND  
OCTAVO (8) GRADO - SESIÓN 1  
PLAN DE LA LECCIÓN & MATERIALES**

**Maneras que las Personas Violan los Límites**

**Tiempo estimado:** 1 sesión de 45 minutos o puede combinarse con las sesiones 2 y 3 con descansos.

**Objetivo para la sesión uno:** Aprender sobre las violaciones básicas de los límites

**Materiales necesarios:** **Límites, Una Guía para adolescentes** (copia del libro para el presentador) **Cómo las personas violan los límites** Volante 8-1, página 4 de este material) una copia por estudiante

Nota: La maestra deberá leer los planes de la lección 7, **Límites para las Buenas Relaciones en el Plan de Dios**, antes de enseñar esta lección y los capítulos 4-7 del libro, **Límites, una Guía para Adolescentes** escrito por Rev. Val J. Peter y Tom Dowd.

**Oración:** Amado Dios, abre nuestras mentes y corazones hacia ti. Ayúdanos a descubrir tu plan amoroso para cada uno de nuestras vidas - un plan para crecer, para aprender, para dar, para recibir y para amar en las relaciones con todos nuestros hermanos y hermanas. Ayúdanos a conocer y a vivir este plan que nos encaminará hacia la felicidad eterna contigo.

**Repaso:** El año pasado, durante su adiestramiento anual sobre ambiente seguro, aprendieron sobre los límites personales y su círculo de límites, las clases de límites personales, el valor de límites saludables, y algunas reglas para crear buenos límites en nuestras vidas. También ustedes hablaron sobre desarrollar límites saludables que les ayuden a convertirse en la clase de persona que anhelan ser y que Dios desea.

Este año aprenderemos sobre violaciones de límites, en otras palabras, cómo es que los límites se rompen, incluyendo algunas tácticas utilizadas en un proceso llamado acondicionamiento.

## Como Las Personas Violan Los Límites

### Grado 8 - sesión 1

Todos sufrimos los efectos del pecado original. No siempre las personas obedecen el plan de Dios en las relaciones humanas. La gente rompe los Diez Mandamientos, las leyes de un país, estado o ciudad, o hasta las reglas que los padres, maestros y entrenadores crean para nuestro bien. Las personas pueden malinterpretar lo que son límites buenos o pueden violar las reglas para límites buenos.

Taller: Límites - Rotos, Violados y más

Durante la jornada pueden desarrollarse problemas con nuestros límites. A veces, desarrollamos límites muy abiertos o muy cerrados. Si tus límites están:

- **Muy cerrados o rígidos** - Nunca compartes tus pensamientos personales y emociones con los demás.
- **Demasiado abierto o suelto** - Compartes demasiada información, especialmente pensamientos privados, sentimientos y experiencias con personas que no pertenecen al círculo de límites cerrados.

Ninguna de estas situaciones es saludable. Si tus límites están demasiado cerrados, te cierras exageradamente a los demás. Al final te harás daño a ti mismo y a los que realmente quieren cuidarte. Algunas maneras de hacer esto son:

- Diciendo siempre "NO" a las invitaciones que requieren acercarte a los demás
- Compartiendo poco o nada sobre ti con tu familia o amistades
- Nunca identificar tus necesidades, lo que quieres y sentimientos sin hablar sobre ellos
- No hacer nunca amistades
- Nunca permitir nunca que adultos confiables te ayuden
- Nunca pedir ayuda ni siquiera cuando lo necesitas
- Aislándote de tu familia y compañeros de escuela

Si tus límites están muy sueltos o abiertos, puedes terminar siendo lastimado por los demás. Algunas maneras en que esto puede suceder incluyen:

- Compartir demasiada información personal sobre ti con conocidos o extraños
- Asumiendo responsabilidad por los sentimientos de los demás
- Creyendo todo lo que escuchas
- Haciendo siempre lo que dicen los demás, sin nunca mostrar estar en desacuerdo o diciendo "NO"
- Haciendo lo que sea por evitar conflicto
- Mostrar afección inapropiada
- Sentándote o parándote demasiado cerca de otra persona

Diciendo o haciendo algo que sugiera cosas sexuales delante de otras personas, incluyendo chistes, ruidos o comentarios

## **Como Las Personas Violan Los Límites**

### **Grado 8 - sesión 1**

- No buscar ayuda luego de sufrir abuso por medio de engaño.

Es muy probable que ocurrirán violaciones, especialmente cuando límites que están muy abiertos, pueden ser desde sencillo hasta extremo. Repartir a cada estudiante la hoja de trabajo. **Cómo Las Personas Violan Los Límites.** (Volante 8-1, página 4 de este material) Lean todos juntos la parte uno.

No siempre tenemos que hacer algo físico con otra persona para que una violación de límite ocurra. Muchos de nosotros utilizamos una computadora o el teléfono para comunicarnos con nuestra familia, amigos y conocidos. Todos estamos familiarizados con enviar mensajes a través del correo electrónico, textos, mensajes instantáneos, Facebook, Mi Espacio, etc. Violaciones de límites pueden ocurrir a través de cualquiera de estos medios de comunicación. Los temas que aparecen en la lista con un asterisco son algunos ejemplos de violaciones que pueden ocurrir en un correo electrónico, texto, mensajes, etc.

Pídale a los estudiantes que terminen las partes dos y tres. Después que todos los estudiantes han completado por lo menos la parte dos, lean juntos todas las preguntas en la parte tres. Pídale a los estudiantes que ofrezcan sus contestaciones.

**Resumen:** Aprendimos hoy sobre algunas violaciones a los límites. En la próxima reunión vamos a aprender algo más sobre violaciones. Llévase a casa el volante y guárdalo en un lugar donde lo pueda leer de nuevo.

Final del plan de lección para sesión uno. Volantes en las páginas siguientes.

**¿Cómo las Personas Violan los Límites?**

**Parte uno - Lea el listado siguiente sobre violaciones de límites.**

1. Interrumpiendo una conversación cuando hablas con otra persona.
2. Tomando una de tus posesiones
3. Bromear o hacer chistes sobre tu persona que te ofenden.\*
4. Haciendo preguntas muy personales que son inapropiados.\*
5. Chismeando sobre ti.\*
6. Estar siempre a tu lado. Haciéndote sentir incomodo/a al invadir tu espacio personal.
7. Llamadas telefónicas excesivas, textos, mensajes instantáneos, correos electrónicos.\*
8. Diciendo\* o haciendo cosas delante de ti que son ofensivos o vulgares.
9. Siempre trata de estar o sentarse a tu lado. Sentándose en tu falda.
10. Utilizando lenguaje inapropiado\* o tocando.
11. Abusar de ti física, emocional, o sexualmente.
12. Forzándote a hacer algo sexual.

\*Estas violaciones de límites pueden ocurrir utilizando tecnología.

**Parte dos - Siga estas instrucciones:**

- a) Ponga una marca de cotejo sobre cualquiera de los hechos arriba mencionados que te haya ocurrido.
- b) Subraye cualquier hecho que haya cometido contra otra persona.

**Parte tres**

1. ¿Cómo se lastima a los demás al violar sus límites? Explique.
2. ¿Cómo es que te afecta el violar los límites de otra persona? Explica.
3. ¿Qué puedes hacer para reparar el haber violado los límites de los demás?
4. Si alguien esta constantemente violando tus límites, ¿qué debes hacer?

# Como las Personas Violan los Límites

## Grado 8 - sesión 1

Copia del Maestro  
Volante 8-1

### ¿Cómo las personas violan los límites?

#### Parte uno - Lea el siguiente listado sobre violaciones de límites.

1. Interrumpiendo una conversación cuando hablas con otra persona.
2. Tomando una de tus posesiones
3. Bromear o hacer chistes sobre tu persona que te ofenden.\*
4. Haciendo preguntas muy personales que son inapropiados.\*
5. Chismeando sobre ti.\*
6. Estar siempre a tu lado haciéndote sentir incomodo al invadir tu espacio personal.
7. Llamadas telefónicas excesivas, textos, mensajes instantáneos, correos electrónicos.\*
8. Diciendo\* o haciendo cosas delante de ti que son ofensivos o vulgares.
9. Siempre trata de estar o sentarse a tu lado. Sentándose en tu falda.
10. Utilizando lenguaje inapropiado\* o tocando.
11. Abusar de ti física, emocional, o sexualmente.
12. Forzándote a hacer algo sexual.

\*Estas violaciones de límites pueden ocurrir utilizando tecnología.

#### Parte dos - Siga estas instrucciones:

- a) Ponga una marca de cotejo sobre cualquiera de los hechos arriba mencionados que te haya ocurrido.
- b) Subraye cualquier hecho que hayas cometido contra otra persona.

#### Parte tres

1. ¿Cómo es que el violar los límites de los demás puede lastimarlos? Explique.  
Violar los límites de otra persona muestra falta de respeto y puede hacerle daño emocional y/o físicamente.
2. ¿Cómo es que violar los límites de otra persona puede afectarte? Explica.  
Puede hacerme menos sensitivo y cuidadoso con los demás. Me dificulta aprender buenos límites para mi mismo/a. Es pecaminoso y lastima a los demás, por lo que puede distanciarme de Dios, tener remordimiento y bochorno.
3. ¿Qué puede hacer para reparar el haber violado los límites de los demás?  
Pedir el perdón de Dios y de la persona a quien lastimé. Aprender más sobre los límites y mantenerlos.
4. Si alguien está constantemente violando tus límites, ¿qué debes hacer?  
Hablar con un adulto de confianza. Reconocer que no es una relación saludable. Terminar la relación.