

# La Familia, la Fe y el Círculo de Gracia

## Introducción

Si está leyendo esta introducción, probablemente esté considerando cómo incorporar el currículo de seguridad para los jóvenes de su diócesis, el *Círculo de Gracia*, en su programa de formación de fe para las familias. Probablemente también se esté preguntando por qué es importante.

La Carta de la USCCB para la Protección de los Niños y los Jóvenes exige que todas las diócesis impartan un programa de seguridad a sus niños y jóvenes. Este requisito abarca todos los ministerios de educación religiosa, incluida la formación en la fe de las familias. Siempre es un momento emocionante cuando los padres se involucran con la formación en la fe de sus hijos. La Arquidiócesis de Omaha está experimentando el mismo crecimiento en la formación de las familias. Reconocemos la importancia de proporcionarle a nuestras parroquias y a nuestros socios del *Círculo de Gracia* orientación sobre la incorporación del currículo en su programa familiar.

Esto tiene el propósito de ser utilizado en los programas de educación religiosa parroquial o de formación en la fe de las familias. Invitamos a las escuelas también a considerar una noche de "*Familia, Fe y Círculo de Gracia*" con sus padres.

**Los programas de seguridad para sus niños y jóvenes nunca podrían ser más importantes que ahora. El hecho de que los padres/tutores estén presentes y formen parte de la reunión refuerza en sus hijos el valor de este importante currículo de seguridad.** En los siguientes capítulos se recomienda que las familias se reúnan primero, y luego que los niños/jóvenes y los padres reciban formación sobre la seguridad por separado.

Hay varias razones para este modelo. En primer lugar, da a los padres tiempo para hablar de temas clave sin estar vigilados porque los niños y los jóvenes están presentes.

En segundo lugar, da a los niños y jóvenes la oportunidad de discutir la lección con sus compañeros. A veces, los niños son reacios a participar cuando los padres están presentes. Hay muchas razones por las que los niños pueden no contarle a sus padres, quienes los aman y hacen todo lo posible para protegerlos, cuando hay inquietudes sobre los límites o el abuso. Las razones pueden ir desde querer proteger a sus padres, hasta creer que el abuso/violación de los límites fue su culpa. Aquellos que hacen daño a los niños hacen todo lo posible para silenciar al niño, incluyendo declaraciones sobre que sus padres no les van a creer. Por lo tanto, el *Círculo de Gracia* hace que el niño identifique adultos de confianza además de sus padres.

Cada grado enseña tres componentes clave: 1) el carácter sagrado de la persona, 2) los límites y 3) qué medidas hay que tomar cuando hay una preocupación/problema. La siguiente meditación/concepto del *Círculo de Gracia* se utiliza en todo el plan de estudios.



## ***La Familia, la Fe y el Círculo de Gracia***

*Cada familia se reúne en un círculo en silencio. Se pide a los padres que primero levanten las manos en alto como una forma visual de invitar y cubrir a su familia en este espacio sagrado. A continuación, el líder del grupo dirige lo siguiente:*

*Levanten sus manos por encima de la cabeza  
y luego traigan*

*sus brazos extendidos, bajando lentamente*

*Extiendan los brazos delante de ustedes  
y luego detrás de ustedes*

*abracen todo el espacio que les rodea*

*Lentamente*

*lleguen hasta los pies.*

*Sepan que **Dios** está en este espacio con ustedes.*

*Este es su **Círculo de Gracia**.*

*Ustedes están en él.*

*¿Cómo sería nuestro mundo si todas las familias vivieran creyendo y sabiendo de verdad que Dios está así de cerca?*

# Resumen de los Conceptos Clave del "Círculo de Gracia"



## **Dios nos da a cada uno de nosotros un Círculo de Gracia donde Él está siempre presente:**

*Levanten las manos por encima de la cabeza y luego bajen lentamente los brazos extendidos.*

*Extiendan los brazos por delante y luego por detrás abrazando todo el espacio que les rodea*

*Alcancen lentamente sus pies.*

*Sepan que Dios está en este espacio con ustedes. Este es su Círculo de Gracia; están en él.*

## **Dios está presente porque Él desea una relación con nosotros.**

- Dios está con nosotros cuando estamos felices y tristes. Dios no hace que nos pasen cosas malas. Él nos ama mucho.
- Dios desea ayudarnos cuando estamos heridos, asustados o confundidos (inseguros).
- Tener fe no puede eliminar todas las luchas de la vida. Es debido a estas luchas, que Dios prometió estar siempre presente; proporcionando guía y consuelo en nuestros momentos de necesidad.

## **Dios nos ayuda a saber qué pertenece en nuestro Círculo de Gracia**

- Nuestros sentimientos nos ayudan a conocernos a nosotros mismos y al mundo que nos rodea.
- Dios nos ayuda a saber qué pertenece en nuestro Círculo de Gracia al experimentar paz, amor o alegría cuando algo o alguien bueno entra en nuestro Círculo de Gracia.

## **Dios nos ayuda a conocer lo que no pertenece en nuestro Círculo de Gracia**

- Dios desea ayudarnos cuando estamos heridos, asustados o confundidos (inseguros).
- El Espíritu Santo nos incita (alerta) de que algo no pertenece en nuestro Círculo de Gracia dándonos "una sensación rara o incómoda" de que algo no es seguro. Esta sensación está ahí porque Dios quiere que estemos seguros.

## **Dios nos ayuda a saber cuándo debemos pedirle ayuda a alguien en quien confiamos.**

- Dios nos da personas en nuestras vidas para ayudarnos.
- Dios quiere que hablemos con los adultos de confianza sobre nuestras preocupaciones, inquietudes o "sensaciones raras o incómodas" para que puedan ayudarnos a estar seguros.



## Código de Conducta para Niños y Jóvenes

Entiendo que he sido creado por Dios y que vivo en el amor del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.

Entiendo que Dios no quiere ni hace que ocurran cosas malas.

Entiendo que Dios está conmigo incluso cuando estoy herido o triste.

Comprendo el *Círculo de Gracia* que Dios me da a mí y a los demás.

Entiendo que puedo ayudar a erradicar el "bullying" (acoso escolar) no siendo un espectador silencioso.

Entiendo que denunciar y tomar medidas positivas cuando se produce el acoso escolar marca la diferencia.

Gracias a este entendimiento, cuando interactúe con alguien, ya sea en persona o cuando utilice la tecnología como los mensajes de texto y las redes sociales, me esforzaré por:

- Que mis acciones sean seguras y demuestren respeto hacia mí y hacia los demás.
- Que mis palabras y acciones representen la verdad.
- Identificar y mantener límites y relaciones apropiadas y saludables.
- Hablar con mis padres/adulto de confianza si tengo preocupaciones (bullying) o si hay una pregunta sobre si estos límites son violados.

Estudiante \_\_\_\_\_ Profesor \_\_\_\_\_

Padre/Madre \_\_\_\_\_ Fecha \_\_\_\_\_

# LA FAMILIA, LA FE Y EL CÍRCULO DE GRACIA

## *Desde Kínder hasta el Grado 12*

Queridos padres,

Por preocupación por todo el pueblo de Dios y en respuesta a la *Carta para la Protección de los Niños y Jóvenes* de la Conferencia de Obispos Católicos de los Estados Unidos, tenemos un programa de ambientes seguros para la educación de los niños y los jóvenes apoyado y ordenado por

*Las diócesis/parquías establecerán programas de "ambiente seguro". Cooperarán con los padres, las autoridades civiles, los educadores y las organizaciones de la comunidad para proporcionar educación y formación a los niños, los jóvenes, los padres, los ministros, los educadores y otros sobre las formas de crear y mantener un ambiente seguro para los niños. Las diócesis/parquías aclararán al clero y a los miembros de la comunidad las normas de conducta para el clero y otras personas en posiciones de confianza con respecto al abuso sexual.*

*Artículo 12 - Carta para la Protección de los Niños y la Juventud*

Este programa se llama ***Círculo de Gracia***. Está destinado a complementar y a ser integrado en los excelentes programas y planes de estudio para la formación de niños y jóvenes en nuestras escuelas y programas de educación religiosa. El ***Círculo de Gracia*** tiene como objetivo equipar a nuestros niños y jóvenes dotándoles de conocimientos y habilidades esenciales basados en la riqueza de nuestra fe. Este programa ayuda a los niños y jóvenes a comprender su propia dignidad (y la de los demás) en mente, cuerpo y espíritu.

### ***¿Qué es un **Círculo de Gracia**?***

La Iglesia Católica enseña que Dios ha creado a cada uno de nosotros como único y especial. Génesis 1:27 nos dice que hemos sido creados "hombre y mujer a imagen de Dios" y que Él vio esto como algo "muy bueno". En esa bondad, debemos respetarnos a nosotros mismos y a todos los demás como personas creadas y amadas por Dios.

Los adultos ayudan a los niños y jóvenes a reconocer el amor de Dios ayudándoles a comprender que cada uno de nosotros vive y se mueve en un *Círculo de Gracia*. Puedes imaginar tu propio *Círculo de Gracia* poniendo tus brazos por encima de tu cabeza y luego haciendo un círculo hacia abajo delante de tu cuerpo incluyendo de lado a lado. Este círculo, de adelante hacia atrás, sostiene lo que eres en tu cuerpo y a través de tus sentidos. Sostiene tu propia esencia en la mente, el corazón, el alma y la sexualidad.

### *¿Por qué es importante ayudar a nuestros hijos a entender su Círculo de Gracia?*

Dios quiere que nuestras relaciones en la vida sean experiencias de amor divino. Las relaciones respetuosas, afectuosas y cariñosas aumentan nuestra comprensión de nuestro propio valor y nos ayudan a amar a los demás. Nunca es demasiado pronto para ayudar a los niños y a los jóvenes a entender lo especiales que son y cómo las relaciones en la vida están llamadas a ser sagradas. Comprender esto puede ayudarles a proteger la persona especial que son y a ser respetuosos con los demás.

Los adultos, especialmente los padres, al esforzarse por proporcionar un ambiente seguro y protector, tienen la responsabilidad de ayudar a los niños y jóvenes a comprender y respetar su propia dignidad y la de los demás. Un ambiente verdaderamente seguro y protector es aquel en el que los niños y jóvenes reconocen cuándo están seguros o inseguros y saben cómo plantear sus preocupaciones, miedos e incertidumbres a los adultos de confianza en sus vidas.

### *¿En qué se diferencia el Programa Círculo de Gracia de otros programas de protección?*

Según las investigaciones, una de cada cuatro niñas y uno de cada siete niños serán abusados sexualmente antes de los dieciocho años.<sup>1</sup> Muchos programas de protección se centran en el "peligro que representan los extraños"; sin embargo, hasta el noventa por ciento (90%) de las veces el agresor es un conocido cercano al niño o el joven, como un pariente o un amigo de la familia. El *Círculo de Gracia* va más allá de la mera protección, ya que ayuda a los niños y jóvenes a comprender el carácter sagrado de su persona y a buscar ayuda a través de sus relaciones con adultos de confianza.

Por favor, no dude en ponerse en contacto con su Director de Formación en la Fe Familiar si tiene preguntas o desea más información.

---

<sup>1</sup> [www.usccb.org](http://www.usccb.org) o <http://nccanch.acfhhs.gov>

## **Pasos clave para Administradores, Directores de Educación Religiosa, Directores del Ministerio Juvenil y Líderes Cuando hay una Situación Delicada o Preocupante**

Si un niño revela información clara de abuso y hay preocupación por la seguridad inmediata, deben tomarse los siguientes pasos:

- Asegúrele al niño que se pondrá en contacto con personas que puedan ayudarlo a estar seguro.
- Pida ayuda al Director/Administrador para hacer la denuncia y para la interacción posterior con el niño/familia. (Consulte las políticas de su diócesis y la ley estatal)
- Las autoridades se encargarán de interrogar al niño, así que reduzca las preguntas al mínimo.
- Pregúntele a las autoridades quién se pondrá en contacto con los padres y cuándo lo hará.
- Asegúrele al niño que estará a su lado durante el proceso en la medida de lo posible.
- Conserve la documentación escrita.

Cuando un niño revela información que es preocupante pero que no amenaza su seguridad inmediata, se deben considerar los siguientes pasos:

- Coordine siempre con su Director/Administrador cuando se trate de estas situaciones.
- Decida cuándo y si se debe notificar a los padres en función de la relación con ellos y de los problemas que rodean a la inquietud (ejemplo: un padre está muy enfermo en el hospital y usted se da cuenta de que el niño de corta edad se queda solo en casa). Considere la posibilidad de dirigirse a los padres para ofrecerles ayuda.
- Guarde documentación escrita de sus preocupaciones.
- Utilice su mejor criterio a la hora de compartir información con los padres sobre su conversación con su hijo.
- Considere la posibilidad de informarle a las autoridades (consulte las políticas diocesanas y las leyes estatales).

**Puede haber muchas razones por las que un niño molesto se acerque a usted o le revele información potencialmente preocupante. Haga sólo las preguntas suficientes para determinar si hay una causa razonable para hacer una denuncia. A continuación, se ofrecen unas directrices generales para cuando se encuentre en este tipo de situaciones.**

1- Las preguntas **abiertas** son las mejores. Estas preguntas le ayudan a entrar en el mundo de un niño sin colorearlo con suposiciones.

(El niño se pone a llorar en clase.) Estos son algunos ejemplos:

- Si tus lágrimas tuvieran palabras, ¿qué dirían?
- Estoy aquí para escuchar.
- Cuéntame más.
- ¿Y luego qué?
- Quiero entender tu dolor.

2- Preguntas **dirigidas** cuando hay más información:

(El niño afirma que está molesto con su tío/tía)

- Cuéntame más sobre tu tío/tía.
- ¿Qué cosas te molestan?

3- Evite las preguntas capciosas:

- ¿Tu tío te hizo daño?
- ¿Tu tía te tocó en tus partes íntimas?
- ¿Te han dicho que no lo cuentes?

### **Trabajar con los Padres en Situaciones Delicadas:**

Hable en un área confidencial y cuando haga preguntas, recuerde que deben ser abiertas y no acusadoras.

Cuando la seguridad inmediata es una preocupación y se ha hecho una denuncia:

- Pida consejo a las autoridades (CPS y Policía) sobre quién se pondrá en contacto con los padres. (Puede interferir en la investigación si se pone en contacto con los padres antes que con las autoridades).
- Coordine siempre con su Director/Administrador y el párroco cuando trate con los padres en estas situaciones.
- Si los padres se enteran de su denuncia: refuerce que está siguiendo la política diocesana y la ley estatal en cuanto a la denuncia y que necesita diferir a las autoridades durante la investigación.
- Su función **no** es determinar la culpabilidad, sino denunciar los problemas según la ley.

Cuando la seguridad inmediata no es una preocupación y NO se ha hecho una denuncia:

- Comparta los hechos con los padres de forma tranquila y sin juzgarlos.
- Evite las suposiciones. Por ejemplo: Ted estaba llorando en clase y te dijo que alguien le estaba molestando. No definió la molestia ni identificó a la persona. Es importante no asumir la culpabilidad de los padres.



- Asuma que los padres le apoyarán y se preocuparán a menos que demuestren lo contrario.
- Ofrezca recursos de apoyo como la asesoría.

**A continuación, se presenta un ejemplo de una tarjeta de referencia rápida que los directores y administradores pueden entregar a sus líderes. Esta les ayudará a saber qué medidas deben tomar en relación con las situaciones delicadas. "Los Pasos Clave para Cuando Tenga una Situación Delicada/Preocupante" se puede encontrar en esta sección.**

## **Tarjeta de Referencia Rápida para Líderes**

- A** Esté **Aten**to a los comentarios y comportamientos durante la clase.
- C** **Comuníquese con** los administradores/directores antes de la salida de clase si los comentarios o comportamientos son preocupantes.
- T** El enfoque de **Trabajo en equipo** es siempre el mejor. Colabore con su administrador/director/párroco para ayudar a aclarar la declaración/comportamiento del niño y para determinar si es necesario informar a las autoridades.
- I** Puede ser necesario **una Denuncia Inicial** a las autoridades. Conozca la ley de su estado y los requisitos para denunciar el abuso y la negligencia. El número de la línea de atención al menor es
- O** **Otros recursos** están disponibles a través de su Coordinador Diocesano de Ambientes Seguros, puede ser contactado en
- N** **Anote** todas las observaciones/afirmaciones y las medidas adoptadas. Haga un archivo.

# *Información Sobre la Prevención del Suicidio*

Esta información está incluida porque todos queremos que los niños y jóvenes estén seguros. Los programas de prevención como el *Círculo de Gracia* se centran en cómo identificar y buscar ayuda cuando se producen abusos o violaciones de los límites.

El concepto del *Círculo de Gracia* consiste en informar a sus adultos de confianza no sólo sobre el daño potencial de alguien fuera de su *Círculo de Gracia*, sino también sobre las autolesiones. Todos nos esforzamos por la seguridad de los niños y jóvenes frente a fuentes externas, pero debemos reconocer la crisis real de nuestros jóvenes que consideran la posibilidad de autolesionarse o suicidarse.

A continuación, se presentan algunos datos, señales de advertencia, preguntas para hacer y recursos. Por favor, compártalos con su personal y voluntarios porque una vida perdida es demasiado.

## **Datos:**

- Desde 1999 las tasas de suicidio han aumentado un 24%. El suicidio es ahora la décima causa de muerte en los Estados Unidos.
- El suicidio es la tercera causa de muerte entre los 10 y 14 años, y la segunda causa de muerte entre los jóvenes/adultos de 15 a 34 años.
- Cada 13 minutos alguien muere por suicidio. Aunque hay más mujeres que intentan suicidarse, los hombres tienen cuatro veces más probabilidades de morir por suicidio.
- El 20% de los estudiantes de secundaria y preparatoria en Estados Unidos afirman haber pensado seriamente en el suicidio durante los últimos 12 meses.
- El 8 por ciento de los estudiantes de secundaria/preparatoria intentan suicidarse.
- El 70% de los jóvenes que intentan suicidarse consumen frecuentemente alcohol y/o drogas.
- Ser víctima del bullying y el comportamiento suicida están estrechamente relacionados.

## **Señales de Advertencia:**

- Hablar o hacer planes de suicidio
- Expresar desesperanza sobre el futuro
- Hablar de ser una carga
- Mostrar cambio de humor, angustia o dolor emocional severo o abrumador
- Retirarse o cambiar las conexiones o situaciones sociales
- Cambios en el sueño (aumento o disminución)

- Enfado u hostilidad que parece estar fuera de lugar o fuera de contexto
- Aumento reciente de la ansiedad, la agitación, la irritabilidad o el comportamiento temerario
- Despedirse de la gente
- Regalar posesiones
- Consumo excesivo de alcohol o de sustancias

### **Haga Preguntas:**

Haga la pregunta *(es un mito que preguntar le dará al joven la "idea" del suicidio. Asegúrese de tener a la mano información sobre la crisis del suicidio, mucho tiempo para escuchar y un lugar privado para poder hablar)*

- "Tengo la sensación de que estás pensando en el suicidio, pero te cuesta hablar sobre esto".
- "¿Estás pensando en el suicidio?"
- "A veces la gente en ciertas situaciones se siente suicida. ¿Has pensado en matarte?"
- "¿Alguna vez has querido dejar de vivir?"
- "¿Tienes un plan para suicidarte?"
- "Si es así, pregunte cómo, dónde y si tienen un medio (como una pistola/pastillas/cuerda u otro medio)".

### **Escuche, Tranquilice y Persuada:**

- Escuche y busque las señales de advertencia/los factores de riesgo.
- Valide sus sentimientos.
- Averigüe qué es importante para la persona y por qué decide vivir.
- Infórmeles de que tiene que ponerse en contacto con sus padres/tutores para que puedan recibir ayuda profesional. Asegúrese de que les ayudará a hablar con sus padres.
- Recuerde a la persona que buscar ayuda no es un signo de debilidad y que hay tratamiento disponible para ayudarla a sentirse mejor.
- Proporcióneles recursos:
  - 1- **Línea Nacional de Prevención del Suicidio 1800-273-TALK (8255)**
  - 2- **Línea Nacional Gratuita de Boys Town (1-800-448-3000), envíe un mensaje de texto con la palabra VOZ al 20121 o**  
[www.yourlifeyourvoice.org](http://www.yourlifeyourvoice.org)

### **Actúe:**

- No deje solo al joven una vez que haya determinado que está en riesgo.
- Comuníquese con los padres/tutores y repase lo siguiente:

- 1- Necesidad de buscar ayuda profesional o llamar al 911 si la seguridad es un problema inmediato.
- 2- Instruya a los padres para que retiren del hogar medios como armas y pastillas.
- 3- Proporcióneles recursos:

a) **Línea Nacional de Prevención del Suicidio 1800-273-TALK (8255)**

b) **Línea Nacional Gratuita de Boystown (1-800-448-3000), envíe un mensaje de texto con la palabra VOZ al 20121 o [www.yourlifeyourvoice.org](http://www.yourlifeyourvoice.org)**

*Recuerde que el no buscar ayuda para un niño/joven suicida es considerado negligencia. Si le inquieta si los padres van a obtener ayuda para su hijo o joven, debe ponerse en contacto con las autoridades.*

*Información obtenida de CDC.gov y el Centro de Salud y Servicios Humanos de Nebraska-dhhs.ne.gov*

# PLAN DE SEGURIDAD: "NO SE DEJE ENGAÑAR"

Queremos que recuerde este plan de seguridad utilizando el acrónimo DCPE.

1. *Escriba en la pizarra*

*D- Discernir*

*C- Comprender*

*P- Proteger*

*E- Ejecute su plan*

*Lea cada pregunta dejando unos momentos para la reflexión en silencio antes de debatir*

## La letra "D" significa Discernir

- ¿Qué estímulo le está dando el Espíritu Santo sobre esta persona o situación?
- ¿Respetas esta persona o situación su Círculo de Gracia?
- ¿Qué dirían sus padres u otras personas que le quieren sobre esta situación?
- ¿Con qué adulto de confianza puede hablar sobre la situación?

## La letra "C" significa Comprender

- En cada situación debemos recordar que el Espíritu Santo está siempre con nosotros para ayudarnos a estar seguros.
- El Espíritu Santo nos da sensaciones o instintos y tenemos que escucharlos.
- Comprender una situación y nuestra respuesta a ella requiere que escuchemos al espíritu santo, a nuestra familia y a nuestros amigos.
- Responder a las siguientes preguntas le ayudará a entender si una relación es saludable y pertenece a nuestro Círculo de Gracia
  1. ¿Desde cuándo conoces a esta persona?
  2. ¿Lo que sabes sobre esta persona es porque la conoció cara a cara o sólo a través de la tecnología?
  3. ¿Cuánto sabes de esta persona?
  4. ¿Cómo has verificado lo que esta persona le ha contado sobre sí misma?
  5. ¿Qué te dicen sus sentimientos (instintos) sobre esta persona o situación?
  6. ¿Cuántas cosas tienes en común con esta persona?
  7. ¿La relación respeta tus límites y los de la otra persona?
  8. ¿Eres capaz de decir "no" a esta persona y el "no" es aceptado?
  9. ¿Influye la edad o el estatus de esta persona en su comportamiento en la relación?
  10. ¿Alguna vez te ha pedido esta persona que guardes secretos?

## La letra P significa "Proteger".

Parte de la protección en situaciones incómodas es conocer las siguientes 3 áreas clave que pueden hacer que una situación o persona sea insegura. Son:

### Poder Desigual

- ¿Son significativamente mayores, más populares o de mayor tamaño que tú?
- ¿Están en una posición de autoridad?
- ¿Tienen acceso a más recursos como dinero, conocimientos, coche, etc. que tú?

### Secreto

- ¿Te piden que guardes secretos y no les cuentes a tus padres, amigos u otros adultos?
- ¿Te piden que no cuentes sobre los regalos, el tiempo que pasan juntos en línea, en persona o las actividades que hacen juntos?
- ¿Dicen que nadie entenderá su relación?

### Aislamiento forzado

- ¿Se enfadan cuando quieres salir con tus amigos?
- ¿Se enfadan si no respondes al teléfono o a los mensajes de texto de inmediato?
- ¿Sientes que intentan controlarte con sus palabras y acciones?

## La letra "E" es para Ejecutar tu Plan

- Hay otras cosas que puedes hacer para proteger tu *Círculo de Gracia* cuando tus padres o adultos de confianza no estén cerca. Algunas de ellas son:
  1. No reveles información personal en Internet o en las redes sociales. Eso incluye nombres completos, escuela, grado, dirección, teléfono, equipos deportivos, grupos de la iglesia, etc. Los agresores intentan identificar a los jóvenes conociendo sus actividades y sus horarios. Ten especial cuidado con las redes sociales como myspace.com y los blogs personales.
  2. Aléjate o hazte a un lado de las situaciones que te hacen sentir incómodo.
  3. Las tácticas pueden incluir decir "no", alejarse, llamar a los padres.
  4. Evita las situaciones inseguras, que impliquen alcohol, drogas o tabaco, etc.
  5. Ten cuidado con las situaciones en las que se queda solo sin un adulto de confianza.
- Para proteger tu *Círculo de Gracia*, tienes que decirles a los adultos de confianza que necesitas ayuda cuando te sientas incómodo.
- Avisa a tus padres o a otro adulto de confianza cuando alguien haya violado tus límites, por ejemplo, si intenta controlarte o no respeta tu *Círculo de Gracia* o el de otra persona.

*Continúe diciendo:*

Los adultos de confianza quieren lo mejor para ti; quieren que se respete tu *Círculo de Gracia*. Habla con tus padres de las otras tres personas que consideras adultos de confianza. Luego, hazles saber a los adultos de confianza que los has elegido. Comparte con ellos lo que significa

el Círculo de Gracia para ti y el plan de seguridad. Hoy es un buen día para iniciar esas conversaciones.

*NOTA: Este plan de seguridad se encuentra en las lecciones de 7º y 8º grado para ayudar a los jóvenes cuando se encuentren en una situación que pueda incomodarles. Por favor, utilícelo a su discreción para otros grados o como folleto para los padres*