



Comenzar:

- ¿Puedes pensar en un momento en el que te sentiste incómodo cuando alguien dijo algo desagradable o insensible sobre alguien que te importaba?
- ¿Qué has dicho? ... ¿O qué te hubiera gustado haber dicho pero no lo hiciste y lamentaste después?

Actividad: Practicar la promoción positiva y proactiva

A lo largo de su vida, experimentará momentos en que alguien, un grupo de personas y / o una causa que le importa es un objetivo de palabras o acciones hirientes. Practicar opciones de defensa positivas ahora lo ayudará a estar preparado más adelante.

Asóciase con un compañero de clase y discuta las preguntas para cada escenario:

- ¿Viste su viaje en la práctica? Eso fue histérico. ¡Parecía tan avergonzada!
- No puedo creer que pases el rato con él. Es tan molesto.
- Todo el mundo sabe que los niños son mejores en matemáticas y ciencias que las niñas.
- Otro estudiante es objeto de burlas e incluso empujado mientras camina por los pasillos y en una de sus clases.



ABOGANDO POR OTROS

Cuando veas que alguien no es amable, sé un:

Distractor: "Oye, vamos a jugar baloncesto" o "¿Viste este nuevo video en YouTube?"

Seguidor: No te rías de la situación. Consolar/ animar a la persona objetivo.

Reportero: Hable con alguien con más influencia [un adulto o compañero(s)]

Confrontador: "Eso no es cool." "Eso no es divertido." "Oye, eso duele."

Preguntas:

- Si la persona / personas atacadas escucharan esto dicho, ¿cómo crees que se sentirían?
- ¿Qué opción(es) de promoción cree que serían más útiles/aplicables en esta situación?
- ¿Qué palabras podría decir para abogar en esta situación? (Escriba y dígalos en voz alta).

Reflexión/Aplicación: Planificación Anticipada para Defensa Positiva

Piensa en un momento en el que desearías tener las palabras y/ o el coraje para abogar por alguien. Mirando hacia atrás ahora, ¿qué podría decir o hacer en esa misma situación para abogar proactivamente por alguien?

Escribe 1) la situación, 2) lo que harías o dirías, y 3) cómo te sentirías si abogaras proactivamente por esa persona / personas, y 4) cómo podría afectar tu relación.

"Dentro de veinte años, estarás más decepcionado por las cosas que no hiciste que por las que hiciste."

- Mark Twain