

bastadesilencio®

Material para la Escuela Sabática - MAESTRO

JUVENILES

VIOLENCIA DIGITAL

!@#%&*^

!@#%&*^

*&^%\$#@



UNIÓN ARGENTINA
MINISTERIO DE LA MUJER



EDICIÓN: Lic. Evelin Wandersleben de Bentancor
Directora del Ministerio de la Mujer (Unión Argentina)

AUTORA: Luz del Alba Nuñez
Lic. en Psicopedagogía
(Graduanda en Maestría en Neurociencias aplicada a la educación)

CORRECCIÓN: Prof. Anabel Caro de Cayrus
Prof. Beatriz W. de Juste
Lic. Cintia Kalbermatter de Lavooy

DISEÑADOR: Judith Kaiser de Romero
Freepik Premium



Introducción:

Desde hace más de veinte años, la Iglesia Adventista del Séptimo Día trabaja en un proyecto propuesto por el Ministerio de la Mujer sobre prevención de la violencia y abuso en sus diferentes matices. Año a año, las temáticas han ido cambiando según las necesidades que se observaban en la sociedad. El interés, la necesidad y relevancia de dicha campaña llevó a la Iglesia a desarrollar las temáticas ajustándolas al rango etario, por lo que el proyecto incluye al Ministerio Infantil y al Ministerio del Adolescente. Estos, junto con otros ministerios de la iglesia, trabajan en conjunto durante el mes de agosto.

Este año abordaremos una temática que nos atraviesa a todos de modo universal: la violencia y otros riesgos a los que estamos expuestos en el mundo digital. Hace unas décadas atrás, los adolescentes tenían una dinámica de vida totalmente diferente a la que llevan la mayoría de los jovencitos en la actualidad. Enviaban cartas, miraban la televisión (solo en horarios aptos y por tiempo limitado), compraban revistas, iban a la biblioteca para buscar información, conversaban con sus amigos cuando los veían o llamaban por teléfono a un familiar o amigo que vivía lejos. En fin, para todo lo que hacían, necesitaban tiempo, dedicación, atención, esfuerzo, límites, paciencia, tolerancia y muchas otras virtudes que hoy se encuentran secuestradas en un dispositivo de 15 x 8 cm. Increíble, ¿no? Nuestra intención no es posicionarnos en un rol "tecnófobo"¹, ya que la tecnología ha demostrado ser útil en muchas áreas de nuestra vida, incluso en la difusión del evangelio. La idea es incorporar la mayordomía en nuestra vida cotidiana, incluso en la utilización de la tecnología, buscando el equilibrio con el que Jesús vivió y nos invita a vivir.

En su libro *La trampa digital*, Sanete Ríos nos advierte acerca de los peligros a los que estamos expuestos en el mundo digital, comenzando por el uso excesivo, que ya constituye una forma de violencia contra nuestra salud integral. El libro muestra estadísticas preocupantes referidas a enfermedades emocionales, enfermedades psiquiátricas y afecciones de las habilidades cognitivas y sociales. Varios profesionales de las áreas de salud y educación, entre ellos Ríos, recomiendan una "desintoxicación digital" a sus pacientes para trabajar en una rehabilitación o tratamiento.

En lo personal, me adhiero a esta recomendación. Desde hace varios años trabajo como psicopedagoga clínica en consultorio. En mi práctica, aplico el método Montessori, sigo algunos consejos de Elena G. de White y, sobre todo, me inspiro en el método de Cristo para enseñar: llevarnos a lo más real y concreto a través de lo que nos rodea. Esto implica sumergirnos en el mundo natural, que tiene tanto para enseñarnos; aprender de manera saludable mediante los cinco sentidos y disfrutar de los ocho remedios naturales.

Con los niños, prácticamente no utilizo tecnología. En el caso de los adolescentes, sí incorporo algunos recursos digitales. Sin embargo, noto con frecuencia que, aunque están muy familiarizados con internet, la inteligencia artificial y otras herramientas modernas, muchas veces no saben cómo usarlas de forma provechosa. Les cuesta investigar, profundizar y nutrirse verdaderamente de estos descubrimientos.

Por eso, te propongo cinco clases prácticas en las que incluiremos el uso de lo digital, pero de forma moderada y con un propósito claro: ampliar el conocimiento y desarrollar un pensamiento crítico. Reconocemos que lo virtual ya forma parte de nuestra realidad, ha llegado para quedarse, y sería poco realista pedirles a nuestros adolescentes que se alejen por completo de estas herramientas. Lo que sí debemos hacer es tomar el control de nuestras vidas y no permitir que estos recursos dominen nuestra salud ni nuestro bienestar.

Como dice Filipenses 4:8: "*Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad*".

Nuestro ser necesita ser entrenado en modo *offline*, haciendo a Jesús parte de nuestro día a día: nuestro compañero de actividades, nuestro cómplice de vida. Así creceremos en forma integral: física, mental, social y espiritualmente. Solo entonces, y recién entonces, estaremos realmente listos para habitar el mundo *online* con propósito y equilibrio.

¿Te animas? Iniciemos este desafío proponiéndonos primero una "desintoxicación digital" en nuestra propia vida. Pidamos la dirección de Dios para mejorar tanto nuestro mundo *offline* como *online*, y así acompañar a nuestros adolescentes de manera genuina, animándolos a acercarse a Jesús, quien será nuestro mejor guía en este camino de aprendizaje.

¹ Que siente aversión, desconfianza o temor hacia la tecnología o su uso.

Material dirigido a maestros de Escuela Sabática, consejeros de clubes, disertantes de talleres en escuelas, comedores, etc.

Tiempo estimado de desarrollo: 15 minutos (cada clase).

Cantidad de clases: cuatro temas (cuatro clases) y un tema globalizador.

Decoración: sugerimos colocar en un rincón del aula un cartel que diga "BASTA DE SILENCIO - VIOLENCIA DIGITAL". Como subtítulo, colocar la frase "Elemental, mi querido Watson". Esta es una frase muy conocida de la literatura de Sir Arthur Conan Doyle, autor de novelas y relatos policiales protagonizados por dos personajes principales: Sherlock Holmes, en el rol de detective, y su inseparable compañero Watson, quien no solo lo acompaña en sus investigaciones, sino que además tiene la tarea de narrar y comunicar sus descubrimientos. Puedes agregar una lupa gigante, hecha en cartulina o cartón, y bajo la lupa, colocar la letra "R" (como la palabra clave con la que se trabajará cada día comienza con R, esto resultará útil como una mnemotécnica). Sábado a sábado se irán agregando las palabras claves a la decoración.

Dinámica para cada sábado: en cada clase trabajaremos junto a los adolescentes y descubriremos los temas propuestos que tienen relación con la revista *Basta de Silencio*, enviada por la División Sudamericana para nuestros *teens*. Por lo tanto, realizaremos dos tipos de trabajo: el de **Sherlock**, investigando un tema durante 15 minutos en el horario de la Escuela Sabática, y el de **Watson**, comunicando lo descubierto más tarde, posiblemente justo antes del culto JA, cuando volvamos a reunirnos en la base. Para descubrir la palabra clave de cada sábado, usaremos una de las frases más conocidas de **Sherlock** al iluminar a su compañero durante una investigación: "Elemental, mi querido Watson".

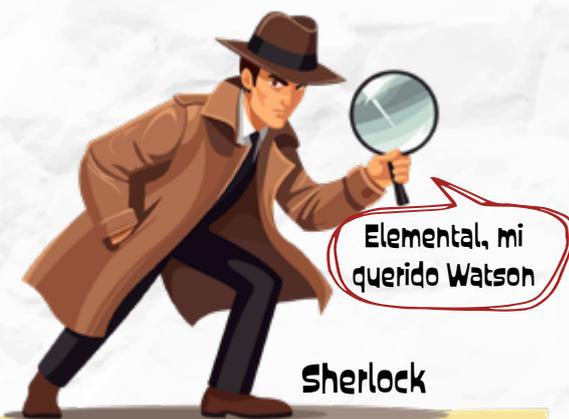
Comienza aclarando a tus alumnos que, durante todo el mes, 15 minutos de cada clase estarán dedicados a un "trabajo de detectives". Por eso, verán una lupa como símbolo. Invítalos a deducir de qué trata el programa: *¿Qué sugieren los títulos? ¿Qué les transmite la decoración? ¿Qué piensan del subtítulo? ¿Conocen la frase "Elemental, mi querido Watson"?*

Si algunos no conocen al personaje, aprovecha para introducir brevemente la figura de **Sherlock Holmes** y su compañero **Watson**, protagonistas de las novelas policiales escritas por **Sir Arthur Conan Doyle**. Esta puede ser una gran oportunidad para despertar el interés por la lectura y, al mismo tiempo, desarrollar habilidades de observación, deducción y comunicación.

**bastade
silencio®**
2025



Watson



Sherlock

PARA TENER EN CUENTA:

- * Para la investigación, utilizaremos recursos virtuales, ya que el objetivo no es alejar a nuestros jóvenes de lo digital, sino enseñarles mayordomía en el uso adecuado de estas herramientas. En caso de no contar con acceso a internet, puedes invitar a algún profesional de la salud para que desarrolle el tema y responda las preguntas que surjan, especialmente si no te sientes preparado o no te animas a guiar la charla. Sugerimos que quien lo imparta esté vestido como Sherlock Holmes, con traje de detective, para hacer la experiencia más atractiva y divertida.
- * Los adolescentes deben tener descargadas las aplicaciones necesarias en sus dispositivos para poder utilizar los recursos interactivos, como los QR, PDF (Adobe Systems) y feliz7play.

TEMA 1
**LO VIRTUAL IMPACTA
LO REAL**
2 DE AGOSTO

Objetivos:

- ✓ Que los adolescentes conozcan o reconozcan los procesos neurológicos que nos llevan a naturalizar conductas y cómo influyen en ellas.
- ✓ Que los adolescentes puedan reflexionar sobre el uso y la influencia que tiene el mundo virtual en sus vidas.



Palabra clave: Elemental, mi querido Watson...
REALIDAD.

Versículo: "Por sobre todas las cosas, guarda tu corazón (lo que piensas y sientes), porque de él mana la vida" (Proverbios 4:23).



Querido maestro, en este primer tema veremos cómo se naturalizan los hábitos, según las neurociencias, y cómo repercute el mal uso de lo virtual en la vida de cada uno. Encontrarás imágenes elaboradas con IA (inteligencia artificial) en el QR

que te proporcionamos al final del material, las cuales te ayudarán a desarrollar el tema con la actividad de búsqueda de pistas.

Actividad. Haremos una búsqueda de pistas en la base. Deberás esconder en el aula cuatro pequeñas cajas numeradas. Dentro de cada una de las cajas habrá una imagen y, por último, la palabra clave del día. Busquen todas las cajas a la vez, pero vayan abriéndolas según el orden para desarrollar el tema juntos. Como maestro, tú guiarás la investigación y permitirás que ellos realicen el descubrimiento. El mayor recurso que tenemos para guiar son las preguntas. Permite que expresen sus opiniones y, si surgen dudas por parte de los adolescentes, propón la búsqueda de respuestas por medio de los recursos virtuales que posean.



Caja 1 - Imagen del cerebro/lóbulo frontal. Pregúntales: *¿Reconocen o identifican lo que ven en la imagen? ¿Qué sugiere esta imagen? ¡Bien! Es un cere-*

bro. Y la parte que se destaca en la imagen, ¿qué sector será? Les daré una pista para que busquen en sus celulares "lóbulos del cerebro". ¡Bien! Es el lóbulo frontal. ¿Qué función cumplirá? Cada ser humano tiene capacidades diferentes a las de los otros seres vivos del reino animal. ¿Cuáles son esas capacidades y habilidades? (dales tiempo para que respondan: pensar, decidir, elegir, planificar, resolver problemas, etc.). Puede darnos la impresión de que algunas de estas funciones también las encontramos en los animales. Es posible, pero no en el grado de complejidad que las usa el ser humano, ya que este, tiene mucho más desarrollado el lóbulo frontal del cerebro, el cual se encuentra prácticamente debajo de la frente.

Caja 2 - Imagen de una neurona.

Continuemos con la segunda imagen. ¿La reconocen? (a esta edad, es muy probable que varios de tus alumnos ya hayan visto en alguna materia escolar neuronas o redes

neuronales. Permite que quienes sepan algo del tema puedan compartir con quienes aún no saben; de lo contrario, busquen respuestas utilizando IA). Para desarrollar las habilidades que mencionamos antes, nuestro cerebro cuenta con redes neuronales, que son las conexiones entre las neuronas (las células del sistema nervioso) y funcionan como canales o vías de información.





Caja 3 - Imagen de un sendero. Observando esta imagen, ¿qué pueden imaginar, deducir o explicar los Juveniles? Preguntar sobre el contexto, cómo sucede eso, etc. Orienta la respuesta a “mientras más veces se pase por este camino, más marcado quedará”.

Luego, diles: *Si te tocara pasar por allí, ¿por dónde caminarías, por el camino o el pasto? ¿Por qué? ¡Claro que sí! El camino ya está listo, marcado. ¡Por supuesto! Entonces, si las redes neuronales “son vías o caminos”, ¿qué relación podemos hacer entre la imagen 2 y la imagen 3? ¡Exacto! Si repetimos una actividad, sea cual sea, nuestras redes neuronales se vuelven más fuertes, lo que hace que lo que estamos haciendo se naturalice, convirtiéndose en un hábito. Esto puede llegar a ser tan automático como mirar el celular cada rato, jugar durante horas con él, apostar en línea, ver pornografía, ingresar a redes oscuras o, incluso, molestar a alguien a través de las redes sociales, entre otros. Con el tiempo, estas conductas se normalizan y nuestro cerebro ya no las reconoce como negativas. Se convierten en algo “normal”, algo que “mis amigos también hacen”. Herramientas que podrían ser una bendición, como el celular, internet, la computadora o las redes sociales, terminan alejándonos de la vida real. Lean el versículo que se encuentra en Proverbios 4:23.*



Caja 4 - Imagen con la palabra clave. Muestra la palabra clave del día: **REALIDAD**. *El tema de hoy solo nos introduce en la temática que trabajaremos todo el mes. Naturalizamos hábitos, hacemos cosas que creemos “normales”, pero que nos alejan de*

la realidad. Reflexionemos juntos: ¿Haces cosas porque las hacen los demás? ¿Naturalizas prácticas que afectan tu realidad? ¿Lo virtual está afectando tu realidad? ¿Intentas seguir el consejo del versículo que repetimos recién? Lo que dice nuestro versículo de hoy (repítanlo) es que lo virtual puede ser importante, muy importante para ti, pero no más que la vida real. Por eso, ¡cuidado con lo que piensas! ¿Con qué alimentas el cerebro a través de tus cinco sentidos? Elena de White llama a los cinco sentidos

“las avenidas (camino) del alma”. Propónles a tus alumnos que lean en su casa los artículos “El juego comenzó” y “La vida no es un juego” de la revista *Basta de Silencio: La vida no es un juego* de este año. Pueden realizar el test que encontrarán en el QR (al final del segundo artículo) y evaluar si realmente están seguros en internet. Si los adolescentes no tienen esta revista, deberás fotocopiar los artículos y entregárselos para que los lean o subirlos como documentos al grupo de WhatsApp de los Juveniles.



Trabajo de Watson (comunicar la investigación):

Este momento tendrá lugar por la tarde, ya que por la mañana debe realizarse la programación de la Escuela Sabática.

Opción A. Solicita a los adolescentes que, teniendo en cuenta lo aprendido en este primer tema, creen una imagen en sus dispositivos con IA. La mayoría tiene acceso a Meta en WhatsApp. Las descripciones de la imagen que se le den a la IA deben ser específicas; cuantos más detalles se le proporcionen, mejor resultado se obtendrá. Ejemplo de la descripción que podemos solicitarle a la IA: “Crear una imagen de un adolescente en un contexto cotidiano haciendo uso excesivo e incorrecto de lo virtual, mostrando los resultados que esto causa”. A continuación, pueden utilizar la imagen para publicar pequeñas reflexiones en sus redes bajo el título “Lo virtual impacta lo real”. Esta actividad también se puede realizar en pequeños grupos para compartir dispositivos, en el caso de que no todos tengan.

Opción B. En el caso de no contar con acceso a internet, la propuesta es realizar boletines informativos para repartir entre los adultos o jóvenes de la iglesia el siguiente sábado. La actividad puede realizarse de modo individual o grupal.

Recuerden colocar:

1. **Título:** pueden usar el mismo de la clase o cambiarlo.
2. **Encabezado del boletín:** deben contar brevemente de qué trata el tema.
3. **Cuerpo del boletín:** pueden contar todo lo aprendido.
4. **Llamado a la reflexión:** pueden usar el versículo y hacer un **cierre**.

No necesariamente se debe preparar un boletín para cada adulto o joven. La idea es que ellos elijan a quién regalárselo para compartir lo que aprendieron.

Objetivo:

- ✓ Que los adolescentes logren reconocer los peligros que pueden enfrentar dentro del mundo virtual.



Palabra clave: Elemental, mi querido Watson...
RECONOCER.

Versículo: "Hay caminos que al hombre le parecen rectos, pero que al final conducen a la muerte" (Proverbios 14:12).

Elemental, mi querido Watson



Trabajo de Sherlock Holmes (investigación):

En esta clase abordaremos netamente el tema de la violencia virtual. El mundo digital es parte de nuestra vida cotidiana, y necesitamos reconocer los peligros que pueden surgir.

Actividad: antes de empezar la clase, imprime los términos/palabras que se trabajarán. Encontrarás en el QR imágenes con los términos *grooming*, *ciberstalking*, etc. Coloca cada término dentro de un globo. Luego, infla los globos con los papeles adentro. Puedes agregar varios globos sin pistas. Los alumnos deberán reventar los globos para descubrir las palabras a investigar. En medio del aula, puedes colgar del techo un globo más grande, el cual tendrá adentro la palabra clave del día. En el QR encontrarás la palabra clave para que la puedas imprimir. Te recuerdo nuevamente que, si tus alumnos no tienen acceso a internet (para investigar) y si hay temas que te parecen complicados como para abordarlos tú mismo, invita a algún profesional o conocedor del tema para acompañarlos durante estos 15 minutos.

Inicia la actividad compartiendo con los alumnos la historieta que encontrarán en la revista *La vida no es un juego*. A modo de introducción, repasen el significado de la palabra **violencia**. ¿Qué es? ¿Qué tipos de violencia conocen? Recuérdales que investigaremos específicamente sobre violencia digital, que, probablemente, sea lo que mencionaron hace un momento: intimidar, acosar, explotar, maltratar a una persona o a varias, pero a través de las tecnologías digitales. Este tipo de violencia puede desencadenar en consecuencias muy graves, incluso fatalidades.

¡Es momento de buscar las pistas de hoy! Pueden

explotar todos los globos, con excepción del globo más grande, que contiene la palabra clave del día. Los términos que encontrarán son específicos de la violencia digital: *ciberacoso*, *ciberstalking*, *grooming*, *revenge porn* y *trolling*. Quienes encuentren las pistas, deben buscar la definición de cada uno para luego explicársela al grupo. Los que no hayan encontrado pistas pueden unirse a quienes sí las encontraron y ayudarlos. Utilicen para ello sus celulares. Asegúrate de que en la búsqueda solo soliciten la definición de la palabra o término que les tocó para evitar toparse con contenidos no deseados. (Si decides tener un profesional invitado, un "Sherlock", pueden preguntarle qué significan tales términos). Dediquen unos minutos a compartir lo que descubrieron y después lean el versículo de Proverbios 14:12. Diles: *¿Recuerdan que el sábado pasado hablamos de caminos de neuronas, de vías o redes neuronales? Este versículo nos dice que hay caminos que al hombre le parecen rectos... pero que pueden conducir a mucho dolor. ¿No les parece que se puede aplicar al consumo digital? El uso de lo digital es algo cotidiano; impedirlo ¡es imposible! Incluso, lo necesitamos. Pero debemos ser equilibrados para no dañarnos a nosotros mismos, y tener cuidado para que otros no nos dañen. ¿Qué opinan ustedes?* (dales unos minutos para que compartan sus opiniones). Seguidamente, pueden descubrir la palabra clave: **RECONOCER**. *¿Por qué será esta la palabra clave de hoy? ¡Hay que reconocer que no todo lo que nos parece bueno realmente lo es! Es necesario reconocer que, aun*

en lo que nos parece bueno, ¡también hay o puede haber peligros!

Invítalos a leer en sus casas el artículo "Juventud conectada, herida, invisible" de la revista *La vida no es un juego*.





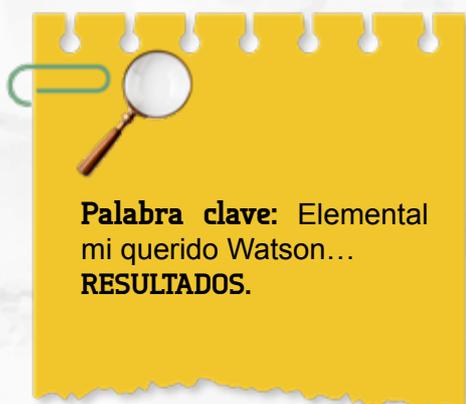
Trabajo de Watson (comunicar la investigación):

Por la tarde, realicen un mural de arte (en cada iglesia suele haber jóvenes que tienen talento para dibujar). Pueden realizar dibujos creativos, que adviertan sobre los peligros que descubrieron en la Escuela Sabática. Agreguen mensajes reflexivos, coloquen el versículo, etc. La idea es exhibir el mural en un lugar bien visible del templo para que todos puedan verlo. Asegúrate de consultar previamente a los líderes de la iglesia.



Objetivo:

- ✓ Que los jovencitos puedan identificar los resultados o efectos que causa la violencia digital.



Versículo: “La paga del pecado es la muerte, mientras que el regalo de Dios es la vida eterna en Cristo Jesús, Señor nuestro” (Romanos 6:23).

Elemental, mi querido Watson



Trabajo de Sherlock Holmes (investigación):

Querido líder de adolescentes, en este tercer encuentro trataremos **los efectos de la violencia digital**. La carencia de cuidados específicos puede traer muchas consecuencias negativas a nuestra vida.

Es importante que señales a tus alumnos que todos somos propensos a caer en las trampas digitales, no solo ellos.

Actividad: necesitarás preparar el día anterior los carteles que, en esta ocasión, serán mensajes escritos con jugo de limón sobre hojas blancas. Una vez que se seque, los mensajes no podrán verse a simple vista. Te recomiendo hacer letras grandes, en imprenta mayúscula, con un pincel fino. Los carteles deben tener las siguientes palabras: **físico, psicológico, social**. Deja las hojas ya secas, dentro de un cofre. Prepara también un sobre que contenga la palabra clave del día (puedes imprimir la palabra clave que encuentras en el QR). Cuando llegue el momento de la clase, a modo de introducción, muestra el cofre y pregunta: *¿Cuál es hoy tu mayor tesoro?*

(da la oportunidad de que cada alumno pueda responder sinceramente lo que piensa). *¿Qué tesoro deseas tener? ¿Qué hacemos con un tesoro, con aquello que vale mucho? Bien, en 15 minutos vamos a descubrir juntos nuestros más grandes tesoros. ¿Se animan?* (entrega al grupo tres pistas, escritas en trozos de papel; son dos definiciones y una pista para descubrir la palabra clave del día).



1.ª pista: es un sinónimo. “En una suma, lo llamamos **suma total**; en una resta, **diferencia**; en una multiplicación, **producto**, y en una división, **cociente**”.



2.ª pista: es un sinónimo. “Efecto o consecuencia de hechos u operaciones”.



3.ª pista: tiene 10 letras.

Cuando descubran la palabra **RESULTADOS**, pueden abrir el sobre y sacar la palabra clave del día. También pueden abrir el cofre. Dentro del cofre encontrarán solo las hojas en blanco (con mensajes secretos) y una pista escrita en un pequeño papel, que los ayudará a descubrir cómo continúa la investigación.

El papel dirá lo siguiente:

Marcos 4:12 dice: "... para que, por mucho que miren no vean, y por mucho que oigan no entiendan". Lean también Lucas 8:17: "Porque no hay nada oculto que no haya de ser manifiesto, ni nada escondido que no haya de ser conocido y salga a la **LUZ**". Por último, lean Isaías 43:2, donde Dios dice: "Cuando cruces las aguas, yo estaré contigo, cuando cruces los ríos, no te cubrirán sus aguas; cuando camines por el **FUEGO**, no te quemarán ni te abrasaran las **LLAMAS**".

Notarás que hay palabras destacadas (permite que lo descubran solos, pero si no lo hacen, puedes ayudarlos un poco). Las tres palabras destacadas los llevarán a una **vela** y **fósforos**, que ese día serán parte de la decoración de la sala, quizás, colocados sobre una mesa. Al pasar las hojas por encima del calor de la llama (con cuidado para no quemar la hoja), aparecerán las palabras escritas con jugo de limón. Te sugiero que realices la prueba en tu casa para asegurar un resultado exitoso.

Una vez que hayan descubierto las tres palabras secretas: **físico, psicológico y social**, divide a tus

alumnos en tres pequeños grupos y entrégale una palabra a cada agrupación. Solicítales que lean el artículo "Efectos de la violencia en el ambiente digital" de la revista *La vida no es un juego* y que descubran cómo la violencia digital afecta específicamente ese aspecto o área de la vida (físico, psicológico, social). Luego de la lectura, pueden escribir algunas ideas o solo conversar.

Como cierre, repíteles el versículo del día. Luego, díles: *Los resultados del pecado, de las elecciones incorrectas, son caminos de muerte o más dolor, a corto o largo plazo. Los resultados nunca serán positivos. Eso es lo que vimos en este tema. Hay resultados, que es nuestra palabra clave de hoy, resultados dañinos, consecuencia de la violencia virtual, en cada área de nuestras vidas. Si sabemos cuidarnos en el uso y consumo de lo virtual, seguramente, los resultados serán favorables y gozaremos de los regalos de Dios, que son para vida saludable y eterna. ¡Ese es tu mayor tesoro! Ten en cuenta que Dios ve nuestra vida completa día a día, on y off line, no hay nada que podamos ocultar de Él.* Invítalos a escanear en sus hogares el QR que se encuentra en la revista *teen* al final del artículo "Efectos de la violencia en el ambiente digital" para poder ver el documental "Mi sol".



Trabajo de Watson (comunicar la investigación):

Opción A. Por la tarde, realicen un video corto y creativo, estilo TikTok. En este video, los alumnos podrán contar a su iglesia local lo que aprendieron sobre los efectos de la violencia digital. Podrá ser utilizado o presentado por quien predique el día 23 de agosto. No olvides avisarle con anticipación al

predicador para que lo tenga en cuenta. Es importante recordar que el video no puede ser divulgado en las redes sociales si aparecen los rostros de los adolescentes, a menos que el Ministerio del Adolescente cuente con el permiso de los padres de cada menor que aparezca en el video.

Opción B. Si buscas una opción sin recursos digitales, te sugiero que los adolescentes preparen una representación creativa y corta sobre efectos del uso excesivo de las pantallas y la violencia virtual. Esta representación se puede presentar el día 23 de agosto, como introducción para la predicación, siempre avisando previamente a quien esté a cargo de la reflexión.



II ● ▶ ■ TEMA 4
S.O.S. RESCATE
23 DE AGOSTO

Objetivo:

- ✓ Que los adolescentes puedan recordar que no están solos; que sepan que, en caso de violencia digital, cuentan con la dirección divina y una red de apoyo humana.



Versículo: "Aquello que fue, fue ya; y lo que ha de ser, fue ya; y Dios restaura lo que pasó" (Eclesiastés 3:15).



Trabajo de Sherlock Holmes (investigación):

En esta clase enfatizaremos la posibilidad de salir adelante, mejorar y sanar con ayuda de las personas que nos aman y, por supuesto, con la ayuda de Dios,

sobre todo.

Actividad: para este último encuentro, busca a un especialista o a una persona que se anime a contar un dato interesante sobre el cerebro. Puede asistir vestido de Sherlock, como lo sugerimos al principio. Antes de iniciar la clase, escribe con tu dedo sobre un espejo o vidrio de la siguiente manera: empaña la superficie con el vapor de tu aliento y, con un dedo, escribe sobre el vapor. El vapor se secará enseguida y el mensaje desaparecerá, solo podrá ser visto nuevamente con vapor. Es importante que realices la prueba previamente para asegurar el éxito de la actividad. El mensaje será: "ABC es 123. ¡Continúa!".

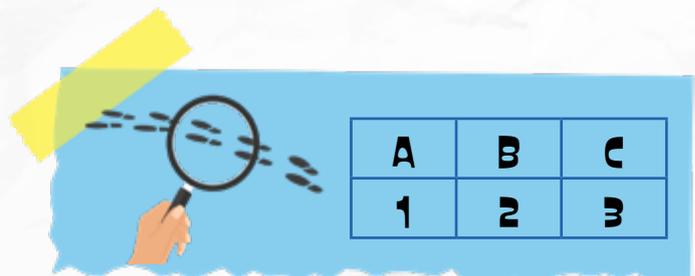
Dato interesante (para que el invitado transmita):

En el centro de nuestro cerebro, entre los lóbulos, hay un área que nos hace sentir bien, nos hace sentir óptimos y disfrutar. Es el centro del placer, conocido como el núcleo **Accumbens**. Puedes ver la imagen que aparece en el QR de este día, donde se resalta en color esta zona central del cerebro. Cuando comemos algo que nos gusta, vemos a alguien que nos atrae, escuchamos una canción que me-

jora nuestro ánimo o practicamos nuestro deporte favorito, es porque la información, en forma de la hormona **dopamina**, llega a este centro a través de las redes de neuronas. La sensación de placer es tan gratificante que, en poco tiempo, queremos repetir la experiencia: comer de nuevo, escuchar otra vez la canción, ver a esa persona, etc. Esto forma parte de lo que llamamos el **sistema de recompensa**. Al repetirse de manera cíclica el ciclo de "deseo-acción-satisfacción", caemos en un círculo vicioso. Lo mismo ocurre con el uso de dispositivos tecnológicos, el consumo de videojuegos, redes sociales, videos cortos, apuestas en línea, entre otros. Este uso excesivo puede ser dañino, y puede empeorar, ya que en medio de ese ciclo vicioso somos más vulnerables a riesgos como el ciberacoso, el *grooming*, el *stalking* o la pornografía. ¡Lo bueno es que siempre hay solución, podemos mejorar! Les dejo una pista para continuar la investigación:

"¡Dios sopló aliento de vida!". El vapor de tu aliento te ayudará a continuar. ¡Descubre la siguiente pista!

Una vez que los alumnos descubran la siguiente pista y cuál es el significado de "ABC es 123. ¡Continúa!", deberán decodificar tres mensajes teniendo en cuenta que el número es el lugar que ocupa la letra en el abecedario.



26	16

19	5	4		4	5		1	17	16	26	16

4	9	16	20

Cuando descubran los tres mensajes: “yo – red de apoyo–Dios”, podemos compartir con ellos la palabra clave **RESTAURACIÓN**. Encontrarás la imagen en el QR. Entonces, relacionaremos los tres mensajes:

Yo: Según lo que aprendimos todo este mes, ¿cómo podemos restaurarnos a nosotros mismos?

Red de apoyo: ¿Qué es una red de apoyo? (escucha sus opiniones e ideas). ¿Qué hace una red de apoyo? ¿Quiénes serían esa red de apoyo para ustedes? (permite que piensen por un momento antes de responder).

Dios: Vamos a leer el versículo del día de hoy y Jeremías 29:11 para compartir opiniones. ¿Cómo puede Dios tomar parte en esta **restauración**?

Concluye invitándolos a leer en sus hogares el artículo “Alerta digital” y realizar el test correspon-

diente de la revista *La vida no es un juego*. Que también lean “¿Por qué es tan difícil soltar la palanquita?”.

Trabajo de Watson (comunicar la investigación):



Muchos especialistas en neurociencias dicen que la naturaleza puede volver la mente a cero. “Resetear el *software*” logra un efecto de paz y tranquilidad que no obtenemos de otra manera. En efecto, la naturaleza es uno de los medios por los que Dios nos habla. Reemplazar actividades digitales por actividades en la naturaleza de vez en cuando es una

hermosa opción. Entonces, esta tarde vamos a comunicar al barrio de la iglesia local que buscamos una vida más sana poniendo “manos en acción”. La propuesta es plantar arbustos, plantines de flores o regalarlos en macetas.



Objetivo:

- ✓ Que los adolescentes puedan reconocer el valor de la presencia de Dios en sus vidas a diario para recibir sabiduría en el uso y consumo de lo digital.

Palabra clave:
Elemental, mi querido Watson...
RECORDAR.

Versículo: “Ni se enciende una luz, y se la oculta debajo de un almud, sino sobre un candelero, para que alumbre a todos los que están en la casa” (Mateo 5:15).



Trabajo de Sherlock Holmes (investigación):

Querido maestro, hoy tendremos un día, de repaso para recordar todo lo trabajado en el mes. Repasaremos las 4 “R” que trabajamos como palabras claves: **realidad, reco-**

nocer, resultados, restauración a través de la palabra clave **RECORDAR**.

Actividad: te invito a realizar una actividad práctica con los jovencitos para observar el valor de repasar. Etimológicamente, la palabra **recordar** significa “volver a pasar por el corazón”. Esto nos lleva a la conclusión de que recordar es volver hacia atrás, con sentimientos

y pensamientos involucrados en el proceso. Te sugiero hacer un “camino mosaico” con cuadrados de colores diferentes (cuadrados de 30 x 30 cm) que vayan de dos en dos, como sugiere la siguiente imagen:



Pide a un alumno que se anime a recorrer el camino correcto, el cual será guiado por ti al indicarle los colores que debe pisar. Tú le darás el orden de los colores solo una o dos veces de modo oral y él debe recordarlo. Por ejemplo: celeste-marrón-azul-negro-violeta-naranja-verde. Si el alumno falla en el primer intento, puede intentar hacerlo otro compañero. Haz pasar a varios para hacer el ejercicio de memoria auditiva. Después, haz pasar nuevamente a quien ha fallado en el desafío y vuelve a repetirle los colores, pero, esta vez, el adolescente debe pisar el color a medida que lo mencionas, es decir, que lo guiarás paso a paso. Al terminar el camino, pídele que esta vez lo haga solo. Será mucho más fácil porque el repaso –“volver a pasar”– nos permite acceder con más facilidad a la memoria. En este momento, pueden descubrir la palabra clave del día: **RECORDAR**. Repasa junto con tus alumnos las palabras claves de las charlas anteriores.

1. **REALIDAD:** aquí hablamos de cuánto influye lo virtual sobre lo real, cuánto nos aleja de la realidad.
2. **RECONOCER:** en nuestro segundo encuentro, vimos los peligros que podemos hallar en el mundo virtual y qué importante es conocer sobre el tema.
3. **RESULTADOS:** en esta clase, reflexionamos sobre los efectos dañinos del mundo virtual y la falta de equilibrio en su uso diario.
4. **RESTAURACION:** finalmente, aprendimos que no estamos solos en las dificultades y problemas que podemos estar viviendo en el mundo virtual. Dios está a nuestro lado y pone a nuestro alcance personas que pueden ser una red de apoyo para rescatarnos y restaurar nuestras vidas.

Lean el versículo del día que se encuentra en Mateo 5:15. Luego, pregúntales si saben qué es un almud. Investíguelo en **META** (la IA que ofrece WhatsApp). Recuerden que los resultados de la IA son más precisos si delimitamos la búsqueda. Por ejemplo: “Según Mateo 5:15, ¿a qué se refiere el término almud?”. También pueden buscar imágenes de un almud (según Mateo 5:15). Descubrirán que el almud era un recipiente que se utilizaba para medir, el cual, por lo general, tenía forma de una caja de madera. De este modo, entenderán mucho mejor el versículo: “No encendemos una vela o una luz para ponerla debajo de una caja y ocultarla, sino que la ponemos en un candelabro, en lo

alto, para que alumbré toda la habitación.

Reflexiona con tus alumnos: *Nuestra vida en las redes, en los videojuegos, en los chats, en las apuestas online o en el uso de redes oscuras puede estar haciendo de nosotros luces debajo de un almud. ¿Sabes qué pasa con una vela que se tapa con un recipiente hermético? (brinda tiempo para las respuestas). ¡Exacto! Se apaga; la falta de oxígeno apagará la vela. ¿Y si decidimos hoy ser luces en candelabros, en lo alto, alumbrando el lugar en el que estemos? Hagamos uso de lo virtual, pero de manera adecuada. Hay una hermosa propuesta para realizar en sus casas, la pueden descubrir en las páginas 30-33 de la revista La vida no es un juego, en el artículo “El futuro digital ya llegó”. La encontrarán ingresando al QR; podrán hacer algo que ayude a muchas personas (metaverso).*



Trabajo de Watson (comunicar la investigación):

Por la tarde, proponemos una actividad para redes sociales como TikTok. Que los Juveniles elaboren un video creativo en el que comuniquen lo que aprendieron durante el mes de agosto utilizando las “4 R”. En caso de que el video muestre el rostro de los alumnos, deberás pedir el permiso correspondiente a los padres antes de compartirlo en la página del Ministerio del Adolescente de la Unión que corresponda.

Imágenes para Trabajar:



