**GUIONES DE TUTORIA SEMANA 21**

**JOSÉ PONCE GONZÁLEZ**

**GRUPO MAESTROS DE CIENCIAS SOCIALES – DPCC Y TUTORIA**

**GRADOS: 1° Y 2°**

**Tema:**

**“CONSTRUYENDO MIS REDES DE APOYO Y CONFIANZA”**

**¿QUÉ BUSCAMOS?**

Que las y los estudiantes reflexionen y logren el autoconocimiento e identifiquen con quienes pueden contar a fin de construir sus redes de confianza y apoyo.

**Leemos y reflexionamos sobre las siguientes historias**

**PATTY (AMAZONAS)**

les comento que el año pasado participamos en la construcción de redes de apoyo y protección, fue una experiencia muy interesante porque nos preguntaron ¿en qué personas de la comunidad confiamos?¿a quienes acudimos cuando necesitamos ayuda y orientación? y que no se escuchen en el caso de necesitar algo, hicieron las mismas preguntas con nuestros padres, docentes y otras personas de la comunidad; eso fue muy importante porque a pesar que son nuestros familiares o personas con quienes nos relacionamos a diario a veces sentimos que a los jóvenes no nos escuchan y eso fue la oportunidad para decir lo que sentimos y pensamos, además participaron en todo el proceso nuestros representantes juveniles; consideró que por fin se nos escuchó e íntegro en la propuesta final.

**ROGELIO (PIURA)**

Les comento que el mes pasado mi hermano tuvo problemas en casa y sé que se escapaba para poder encontrarse con sus amigos y enamorada, ya ni escuchaba ni a mis padres ni a mí, su maestro le llamaba semanalmente y como a veces no respondía me llamaba mí, yo le contaba lo que lo que sabía de él; pero era muy difícil. Finalmente su profesor se contactó con sus amigos y enamorada y a través de ellos que lograron llegar a él, quién confeso que le estaba costando mucho seguir las clases y se estaba dando por vencido. Felizmente tuvo la confianza de decirle lo que sucedía y empezó a recibir orientaciones más frecuente de su profesor José Ponce, quién le ayudo a expresar sus problemas y sentirse escuchado, ahora lo veo mucho mejor y está esmerándose en mejorar sus estudios.

**REFLEXIONAMOS Y RESPONDEMOS:**

- ¿Qué situaciones ayudaron a Patricia a sentirse escuchada?

.....................

¿En quiénes confío el hermano de Rogelio para pedir ayuda?

...................

Y tú ¿Tienes personas en quien confiar y pedir ayuda cuando lo necesitas?

...........................

**TIPS DEL TUTOR O TUTORA**

**LA CONFIANZA**

Es la seguridad que tenemos en nosotros mismos y en nuestras acciones.

**¿QUÉ ES UN CÍRCULO DE CONFIANZA?**

está integrado por aquellas personas próximas, que nos brindan respeto y seguridad y en quiénes podemos confiar de preferencia personas adultas que con su experiencia te saben escuchar sin juzgarte, te respetan, se ponen en tu lugar, te motivan a tomar tus propias decisiones, te ayudan a ver las consecuencias de tus actos; también puedes identificar a quienes parecen en un primer momento confiables; pero luego descubres que tienen un interés personal detrás, por ejemplo te piden cosas a cambio de su amistad o buscan aprovecharse de un momento de debilidad, te ofrecen cosas o te presionan a hacer algo que no quieres o no te sientes seguro o segura, te juzgan o hacen sentir culpable cuando no haces lo que te pide. Las personas de confianza pueden ser personas de nuestra edad: hermanos y hermanas mayores, familiares, profesores, etc. que tienen la disposición y sabes que con ellas puedes contar.

**¿QUÉ ES UNA RED DE APOYO?**

Es un conjunto de personas o instituciones de la comunidad que nos permiten sentirnos protegidos frente a cualquier situación de riesgo que se pueda presentar.

* **RED DE APOYO PRIMARIO** es tu familia: tu mamá, papá o hermanos; pero también abuelas y abuelos, tías y tíos, etc.
* **RED DE APOYO SECUNDARIA** son las instituciones, personas que están en la comunidad como: la escuela, docentes, autoridad comunal, policías etc. un ejemplo podría ser un grupo de mujeres que se organizan para apoyarse unas a otras, identifican que una de ellas está mal, las otras se organizan para cuidar a sus hijos, la acompañan a la policía, al centro de salud o a la institución adecuada; incluso las sabias o curanderas curan el susto a los hijos y ayudan en la recuperación.

***La red*** también puede actuar desde un **rol preventivo** promoviendo los derechos de las niñas, niños y adolescentes organizando ferias informativas, campañas, patrullaje, brigadas de protección, tertulias entre otros; también las redes actúan cuando alguien requiere atención, es decir si una persona necesita que se le apoye en algo específico, por ejemplo un caso de abandono o violencia familiar, en estos casos se coordina con los servicios de Justicia salud o de otros relacionados.

Conociendo estas redes podemos pedir apoyo y orientación cuando lo necesitemos sabiendo que están ahí para apoyarnos y protegernos

**OTRAS REDES**

Son las organizaciones de autoayuda y las que se promueven desde el Estado; en el Estado de Emergencia Sanitaria, la ayuda se realiza por teléfono a través de líneas de ayuda como la LÍNEA 100, ANAR 113, OPCIÓN 5 entre otros.

**PASOS PARA PEDIR AYUDA A OTRAS PERSONAS**

**PRIMERO**. Date cuenta si la situación te hace daño es importante reconocer lo que realmente te hace feliz y lo que te hace sufrir.

**SEGUNDO**. Si alguien te hace daño recuerda que no eres responsable de lo que sucede. Nada justifica que alguien te haga daño.

**TERCERO**. Confiésalo a alguien, hablar de nuestros problemas es bueno nos ayuda a encontrar soluciones y conseguir apoyo.

**CUARTO**. Mantente en comunicación con tu familia y amigos ello te permitirá permanecer fuerte. QUINTO. Recuerda que eres una persona valiosa con muchas habilidades.

**NO OLVIDES** poner en práctica estos consejos, te serán muy útiles en la vida, además deben apuntar en una agenda los números y direcciones de las redes de apoyo del Estado y las que existen en la comunidad, es importante que al primer indicio de vulneración de derechos acudas a la persona de confianza. Recuerda que la prevención es importante.

**LLEVAMOS A LA PRÁCTICA LO APRENDIDO**

MI RETO: Ser muy creativo o creativa

**“ELABORO MI CÍRCULO DE CONFIANZA”**

**Indicaciones:**

Trazar un ***círculo*** grande que abarque toda la hoja, ***dividir al círculo en 4 partes*** como con una cruz. En cada sector de este artículo escribimos un ***título***:

1.- familia.

2.- escuela

3.- amigos.

4.- comunidad.

Ahora que cada sector de nuestro gran círculo tiene un título, vamos a resolver la siguiente pregunta:

**¿Con qué personas o aliados cuento en cada sector?**

.................................

**EJEMPLOS**:

**EN EL SECTOR DE LA FAMILIA**, en quienes confío, a quienes les pediría ayuda u orientación cuando la necesite, también puedo escribir el nombre de familiares que no viven conmigo, pero sé que puedo contactarme con ellos cuando los necesite.

**EN EL SECTOR DE LA ESCUELA** Identifico con quiénes cuento: docentes, directivos, personal en general.

**EN EL SECTOR DE AMIGOS** podemos colocar el nombre de nuestros amigos del colegio, del barrio, etc.

**EN EL SECTOR DE LA** **COMUNIDAD**, puede estar integrado por servicios, vecinos, comedor, voluntariado, grupos de música o baile centros de salud entre otros.

NOTA: Remite tu evidencia por el medio acordado a tu tutor o tutora

**METACOGNICIÓN**

¿Cómo me sentí?

¿Qué te pareció?

¿Para qué me sirve?

**JOSÉ PONCE GONZÁLEZ**

**Amigo de las redes ...respete la autoría**