

**SEMBRANDO SALUD'S**

**GUIDE TO**

**GROUP LEADER SUCCESS**

# **GRADING CRITERIA**

Your grade will be based on the following:

## **RELIABILITY (40%)**

- \* Punctuality. Be on time to trainings, groups, feedback sessions, etc.
- \* Ability to follow project protocol (picking up materials, attending trainings and feedback sessions)
- \* Being able to problem solve during a crisis or confusing situations. It is important that Group Leaders be able to think on their feet and use common sense. When you are in doubt, your first responsibility is to call the on-call staff member and ask for advice about how to remedy the situation.
- \* Keeping staff informed of changes in personal information (phone number, address, schedule, etc.)

## **PERFORMANCE (50%)**

- \* Full participation in all group activities.
- \* You will be evaluated on your presentation by staff.
- \* Wear appropriate attire. Suggestive attire is not permitted. Blue jeans, appropriate T-shirts and casual clothing are fine.
- \* You are required to teach every class you sign up for. In an emergency, contact the project office to make appropriate arrangements.

## **ASSIGNMENTS (10%)**

- \* A two page paper due at the end of the semester, describing your reactions to your experiences as a Group Leader on Sembrando Salud.
- \* “How did it go?” feedback forms, due at each Friday feedback session.

# **UNDERSTANDING STUDENTS AND THE LEARNING PROCESS**

## **THE LEARNING PROCESS**

Learning can be defined as a process of change through which people acquire new knowledge, skills, or attitudes as a result of some type of study or experience. Learning occurs over time and should be considered a lifelong process or experience. If change of some kind does not occur, the teaching is ineffective. As a Group Leader, your job is to motivate group members to acquire new information, remember it, and apply it. But your group members must do the learning, and they will learn best by being involved in the learning experience.

The objective of learning is to replace or enhance some of the ways we think or act with new ideas, attitudes, or behaviors. But your group may differ in the way they accept change. Some may become anxious when they are expected to perform new skills or to be tested on new knowledge. They may try to reduce their anxiety by holding on to familiar ways of thinking and doing things and that means that they may not use their newly acquired knowledge or skills.

## **SHARING EXPERIENCES**

Your group members will need to feel free to share their first attempts in expressing new ideas or in performing new activities. Some members, especially those who have had negative experiences in school, may find it hard to take risks and to share their ideas with others in the class. Providing support and encouragement and being positive will help them be more relaxed and open in the learning environment.

Part of learning also may involve making mistakes. Help your group members to understand that few people do everything right the first time they try. Support, encouragement, and corrective feedback will help motivate group members to continue the learning process by sharing with others.

# **BEING AN EFFECTIVE INSTRUCTOR**

Your most important role as a Group Leader is to help the members of your group learn. For you to accomplish this, you must encourage your group to share the responsibility for learning. Some ways to do this include asking questions, encouraging discussion in class, and encouraging each member to actively participate in course exercises, role playing, and other activities. You may find when you show confidence in a member's ability to learn that the member actually becomes more confident and performs better. Teens tend to perform at the level that you expect them to perform. Your role is particularly important in the first stages of learning when group members may feel unsure of themselves. At this early stage, group members often need more direction from you.

## **CHARACTERISTICS OF AN EFFECTIVE GROUP LEADER**

In this section, you will learn characteristics of an effective Group Leader, which include the following:

- \* Good communication skills to enhance learning through motivation, association, repetition, and use of the senses.
- \* Knowledge of the subject to reinforce course objectives and enhance learning through motivation, association, and repetition.
- \* Positive attitude to help motivate students by being friendly and enthusiastic and by accepting others as individuals.
- \* Appropriate attire and professional appearance to serve as a motivator and role model.
- \* Patience and flexibility to respond to group members' learning needs.
- \* Professional behavior to place importance on your conduct and effectiveness in managing your class to motivate group members.

# LESSON 1

## INTRODUCTION

---

### 1.1: Parents and Teens

**Objectives:** To welcome everyone to the group and to introduce the purpose of the program.

**Time:** 30 minutes

**Materials:**

- 1) Name tags
- 2) Markers
- 3) Parent and teen rosters/sign-in sheets
- 4) Play money

#### 1. Welcome

As adolescents and parents come in, greet them and have them sign the appropriate attendance form (either parent form or teen form) and fill out a name tag. Afterwards, have them find seats (chairs should be arranged in vertical style rows).

#### 2. Group Leader Introductions

Call the group to order. Group Leaders should introduce themselves and briefly share their backgrounds.

#### 3. Program Summary

Introduce the program and its purpose with the following points:

*\* Sembrando Salud is an eight-week program dedicated to teaching Latino youth, enrolled in the Migrant Education Program about the prevention of tobacco and alcohol use and abuse.*

*\* The teens will learn about the health effects tobacco and alcohol use have on the body. The social consequences that arise out of such use will also be discussed. Along with this, the various forms of peer pressure that can have an impact on a teens behavior will be examined, and the teens will be*

# LESSON 2

## COMMUNICATION SKILLS

---

### 2.1: Parents

**Objectives:** To review the steps to effective listening and to have the parents practice their skills through a listening exercise.

**Time:** 20 minutes

**Materials:**

- 1) Name tags
- 2) Markers
- 3) Parent roster/sign-in sheet
- 4) Play money

#### 1. Welcome

As parents come in, greet them and have them sign the attendance form and fill out a name tag. Afterwards, have them find seats (chairs should already be arranged in a circle).

#### 2. Overview of Today's Lesson

Give a brief overview about the purpose of today's lesson. *Today we will be discussing positive and negative forms of communication. In order to be a good communicator, it is necessary to have good communication skills. It is important to remember though, that just like with any other skills, some of us perform them better than others. But no matter at what skill level we are at individually, there is always room for growth and improvement. Don't forget, we are planting seeds in this program, and just like seeds grow and become stronger, so will your listening and communications skills.*

#### 3. Review of Last Lesson

After the brief overview, recap the major points covered in lesson one by reviewing the steps to effective listening. Ask volunteers to describe each step.

\* **Listen without distractions.**

\* **Listen without interrupting.**

# LESSON 3

## DANGERS OF TOBACCO

---

### 3.1: Teens

**Objectives:** To continue to develop group cohesion and to review the previous week's lesson.

**Time:** 10 minutes

**Materials:**

- 1) Teen roster/sign-in sheet
- 2) Play money
- 3) Raffle tickets
- 4) Raffle prize

#### 1. Welcome

Welcome the adolescents back to the group and have them sign in. Afterwards have them find a seat (chairs should already be arranged in a circle).

#### 2. Overview of Today's Lesson

Give a brief overview about the purpose of today's lesson. *Today we will be talking about the dangers of tobacco use including not only the health consequences, but also the social consequences. We will then talk about peer pressure and how it impacts young people like yourselves. We will also begin in today's lesson, a new activity that will continue through lesson seven. Starting today, at various times throughout the lesson, Group Leader's will be giving tickets to those students in the group who are displaying behaviors such as sitting in your seat, participating actively, not distracting others, etc. At the end of the lesson, students will write their names on their tickets and place them in a jar for a raffle to be held at the end of the class. The prizes will consist of anyone of the products that were shown to you in the first lesson. Students will not know what the prize is until shortly before the raffle. The more tickets you earn, the greater the chance of winning the raffle.*

# LESSON 4

## DANGERS OF ALCOHOL

---

### 4.1: Teens

**Objectives:** To continue to develop group cohesion and to review the previous week's lesson.

**Time:** 15 minutes

**Materials:**

- 1) Teen roster/sign-in sheet
- 2) Play money
- 3) Raffle tickets
- 4) Raffle prize

1. **Welcome**

Welcome the teens back to the group and have them sign in. Afterwards have them find a seat (chairs should already be arranged in a circle).

2. **Overview of Today's Lesson**

Give a brief overview of the purpose of today's lesson.

*Today we will be talking about the dangers of alcohol and different types of risk taking behaviors that arise out of alcohol consumption, as well as the steps necessary for effective decision-making.*

3. **Compliment Giving Exercise**

Begin the process by having group members give compliments to each other. Start by having one person in the group turn to the person on his/her right hand side and compliment him/her for something. Compliments should focus on positive aspects of the person's character and should not be focused on physical characteristics or material possessions. Compliments can range from being polite, honest, and kind to having a good sense of humor. After the compliment is given, the person receiving the compliment is to acknowledge the comment by saying "Thank You." After acknowledging the compliment, the receiver is to then turn to the person on his/her right and give him/her a

# LESSON 5

## JEOPARDY

---

### 5.1: Teens

**Objectives:** To continue to develop group cohesion and to review the previous week's lesson.

**Time:** 10 minutes

**Materials:**

- 1) Teen roster/sign-in sheet
- 2) Play money
- 3) Raffle tickets
- 4) Raffle prize

1. **Welcome**

Welcome the teens back to the group and have them sign in. Afterwards have them find a seat (chairs should already be arranged in a circle).

2. **Overview of Today's Lesson**

Give a brief overview about the purpose of today's lesson. *Today we will reviewing what we have learned about the dangers of alcohol and tobacco. In a few minutes, we will be playing a game that will test that knowledge*

3. **Compliment Giving Exercise**

Begin the process by having group members give compliments to each other. Start by having one person in the group turn to the person on his/her right hand side and compliment him/her for something. Compliments should focus on positive aspects of the person's character and should not be focused on physical characteristics or material possessions. Compliments can range from being polite, honest, and kind to having a good sense of humor. After the compliment is given, the person receiving the compliment is to acknowledge the comment by saying "Thank You." After acknowledging the compliment, the receiver is to then turn to the person on his/her right and give him/her a compliment. The person receiving the compliment is to then

# LESSON 6

## REFUSAL SKILLS

---

### 6.1: Teens

**Objectives:** To continue to develop group cohesion and to review the previous week's lesson.

**Time:** 10 minutes

**Materials:** 1) Teen roster/sign-in sheet  
2) Play money  
3) Raffle tickets  
4) Raffle prize

1. **Welcome**

Welcome the teens back to the group and have them sign in. Afterwards have them find a seat (chairs should already be arranged in a circle).

2. **Overview of Today's Lesson**

Give a brief overview of the purpose of today's lesson. *Today we will be discussing the different steps you can use to refuse unwanted offers of tobacco and alcohol while at the same time keeping your friends. Afterward, we will be doing some role playing activities to help you practice those skills.*

3. **Accomplishment Sharing Exercise**

Begin the process by having group members give compliments to themselves. Begin by having group members fill in the remainder of this sentence, "The one thing I did this week that I am most proud of is ...." Have the group members fill in the statement with something they feel proud for having accomplished. Responses can range from getting a good grade on a test to helping a friend out of a jam. **(Group leaders will set the example by going first.)**

4. **Review of Last Lesson**

\* Review homework.

# LESSON 7

## MEDIA AND ADULT PRESSURE

---

### 7.1: Teens

**Objectives:** To continue to develop group cohesion and to review the previous week's lesson.

**Time:** 10 minutes

**Materials:**

- 1) Teen roster/sign-in sheet
- 2) Play money
- 3) Raffle tickets
- 4) Raffle prize

1. **Welcome**

Welcome the teens back to the group and have them sign in. Afterwards have them find a seat (chairs should already be arranged in a circle).

2. **Overview of Today's Lesson**

Give a brief overview about the purpose of today's lesson. *Today we will be talking about the types of pressure both the media and adults exert on young people to begin drinking and smoking. We will also be reviewing the information covered in the last lesson.*

3. **Accomplishment Sharing Exercise**

Begin the process by having group members give compliments to themselves. Begin by having group members fill in the remainder of this sentence, "The one thing I did this week that I am most proud of is ....." Have the group members fill in the statement with something they feel proud for having accomplished. Responses can range from getting a good grade on a test to helping a friend out a jam. **(Group leaders will set the example by going first.)**

4. **Review of Last Lesson**

Review the previous week's lesson by asking the following:

# LESSON 8

## COMPREHENSIVE REVIEW

---

### 8.1: Parents

**Objectives:** To reunite and reacquaint parents with each other.

**Time:** 15 minutes

**Materials:** 1) Name Tags  
2) Markers  
3) Parent roster/sign-in sheet  
4) Play money

**1. Welcome**

Welcome the parents back to the group and have them sign in. Afterwards have them find a seat (chairs should already be arranged in a circle).

**2. Overview of Today's Lesson**

Give a brief overview about the purpose of today's lesson.  
*Today we will be reviewing the listening skills and communication patterns discussed in the first two lessons. After that, parents will be reunited with their children, and a brief closing ceremony will begin.*

**3. Group Re-introductions**

Start the lesson by re-introducing yourself to the group. After that, have the group members do the same. Begin by having the group member to the right of you say his/her name, and one thing he/she can recall from what one of the other group members said when introducing themselves to the group in the first lesson.

# LESSON 8

## COMPREHENSIVE REVIEW

---

### 8.2: Parents

**Objectives:** To review the listening skills and communication patterns covered in the first two lessons.

**Time:** 35 minutes

**Materials:** 1) Newsprint  
2) Markers  
3) Scotch tape

1. **Importance of Good Listening & Communications Skills**  
Explain to the parents that for the next half hour we will review the listening and communication skills that were covered in the two previous lessons they attended. Inform them that it is important that they learn these skills, because if they can get to a point where they can speak openly and honestly with their children, then their children will not have a need to turn to other friends or things like tobacco and alcohol for solutions to their problems.
2. **Maintaining Open Lines of Communication**  
Parents should not expect their children to share everything that is going on in their lives with them. After all they are teenagers, and many teenagers find it necessary to have some privacy. But it is not unreasonable to expect that their children will keep them informed about the important things that are going on their lives, especially if they are in crisis.
3. **Review of Listening Skills**  
Begin the review of skills by writing the following points on newsprint.

**Listen without distractions** - When your child is attempting to speak with you, if at all possible, stop anything that you may be doing and focus all of your attention on your child. If it is not possible to postpone the activity, then arrange

# LECCION 1

## INTRODUCCION

---

### 1.1: Padres de Familia y Adolescentes

**Objetivos:** Dar la bienvenida a todos los del grupo y exponer el propósito del programa

**Tiempo:** 30 minutos

**Materiales:**

- 1) Etiquetas para nombres
- 2) Marcadores
- 3) Listas de registro de padres de familia y adolescentes
- 4) Dinero de juguete

### 1. Bienvenidos

Salude a los adolescentes y a los padres de familia conforme vayan llegando, pídale que firmen la forma de registro apropiada (ya sea la forma de los padres de familia o la de los adolescentes) y llenen una etiqueta para nombre.

Posteriormente pídale que tomen asiento (las sillas deberán de estar colocadas en hileras verticales).

### 2. Presentación de los Líderes de Grupo

Comience la lección con el grupo. Haga que los Líderes de Grupo se presenten y hablen brevemente de su historial.

### 3. Resumen del Programa

Exponga el programa y su propósito con los siguientes puntos:

*\* Sembrando Salud es un programa de ocho semanas dedicado a enseñar a la juventud Latina, inscrita en el Programa de Educación para Inmigrantes, acerca de la prevención sobre el uso y abuso del tabaco y alcohol.*

*\* Los jóvenes aprenderán acerca de los efectos en la salud provocados por el tabaco y alcohol: También se discutirán las consecuencias sociales de su uso. Así mismo analizaremos las distintas formas de presión de compañeros que pueden tener impacto en el comportamiento de los adolescentes. A los jóvenes se les enseñará las aptitudes necesarias para enfrentar estas situaciones eficazmente.*

*\* Parte de este proceso de educación se enfocará en el mejoramiento de la comunicación entre los adolescentes y sus padres. Debido a esto se les invitará a los padres de familia regresar para las lecciones 2 y 8. En las tres lecciones*

# LECCIÓN 2

## APTITUDES DE COMUNICACIÓN

---

### 2.1: Padres de Familia

**Objetivos:** Revisar los pasos para escuchar eficazmente y hacer que los padres de familia practiquen estas aptitudes a través de un ejercicio para escuchar.

**Tiempo:** 20 minutos

**Materials:**

- 1) Etiquetas para nombres
- 2) Marcadores
- 3) Lista de registro de padres de familia
- 4) Dinero de juguete

#### 1. **Bienvenidos**

Conforme los padres de familia vayan llegando, salúdelos y pídeles que llenen la hoja de asistencia y una etiqueta con su nombre. Después, pídeles que tomen asiento (las sillas deben estar ya ordenadas en forma de círculo).

#### 2. **Introducción de la Lección de Hoy**

De una breve introducción a los objetivos de la lección de hoy.

*Hoy discutiremos las formas positivas y negativas de comunicación. Para saber comunicarse bien, es necesario tener buenas aptitudes de comunicación. Sin embargo, es importante recordar que como en cualquier otra aptitud, algunos de nosotros van a ser mejores que otros. No importa en que nivel estemos cada uno, siempre habrá lugar para crecer y mejorar. No olviden, estamos plantando semillas en este program, y al igual que las semillas crecen y se convierten más fuertes, así también lo harán sus aptitudes para escuchar y comunicarse mejor.*

#### 3. **Repaso de la Lección Pasada**

Después de la breve introducción, recapitule los principales puntos cubiertos en la lección 1 repasando los pasos para escuchar más efectivamente. Pida voluntarios para describir cada paso.

\* Escuche sin distracciones.

\* Escuche sin interrumpir.

\* Sea incondicional en aceptar a su interlocutor, especialmente su hijo.

# LECCION 3

## PELIGROS DEL TABACO

---

### 3.1: Adolescentes

**Objetivos:** Seguir fomentando la cohesión de grupo y revisar la lección de la semana previa.

**Tiempo:** 10 minutos

**Materiales:**

- 1) Registro de adolescentes
- 2) Dinero de juguete
- 3) Boletos para la rifa
- 4) Premio para la rifa

#### 1. **Bienvenida**

Dé la bienvenida a los adolescentes que vuelven al grupo y haga se registren. Después pida que tomen asiento (las sillas deben disponerse previamente en círculo).

#### 2. **Introducción de la Lección de Hoy**

Proporcione un breve resumen sobre el propósito de la lección de hoy. *Hoy hablaremos sobre los peligros del use del tabaco, incluiremos no sólo las consecuencias en la salud sino también las sociales. A continuación hablaremos sobre la presión de los compañeros y qué impacto tiene sobre la gente joven como ustedes. También introduciremos una nueva actividad que se llevará a cabo a partir de hoy, y hasta la séptima lección. Esta actividad consiste en que a diferentes momentos durante la clase, los líderes de grupo le darán boletos a todos aquellos estudiantes que muestren buena conducta (como estar sentados en su lugar, participando y sin distraer a los demás). Al finalizar la lección, los estudiantes pondrán su nombre en sus boletos y los depositarán en un recipiente para así poder llevar a cabo la rifa. Los premios consistirán en cualquier cosa de los productos que les fueron mostrados en la primera lección. Los estudiantes no podrán saber cuál será el premio a rifar hasta la hora de empezar la rifa. Explíqueles que entre más boletos tengan, más serán sus posibilidades de ganar.*

#### 3. **Ejercicio para Compartir Cualidades Positivas**

Inicie el proceso de grupo haciendo que los miembros compartan con otros dos cualidades/talentos positivos que posean. (Recuerde, el objetivo del ejercicio

# LECCION 4

## PELIGROS DEL ALCOHOL

### 4.1: Adolescentes

**Objetivos:** Continuar fomentando la cohesión de grupo y revisar la lección de la semana previa.

**Tiempo:** 10 minutos

**Materiales:**

- 1) Registro de adolescentes
- 2) Dinero de juguete
- 3) Boletos para la rifa
- 4) Premio para la rifa

#### 1. **Bienvenida**

Dé nuevamente la bienvenida a los adolescentes al grupo y pídale que firmen la hoja de registro. Después haga que tomen asiento (las sillas deben estar dispuestas previamente en un círculo).

#### 2. **Introducción de la Lección de Hoy**

Proporciones un breve resumen sobre el propósito de la lección de hoy.

*Hoy hablaremos sobre los peligros del alcohol, distintos tipos de conductas riesgosas que surgen por el consumo de alcohol, así como los pasos necesarios para la toma eficaz de decisiones.*

#### 3. **Ejercicio para dar Cumplidos**

Antes de registrarse, inicie el proceso procurando que los miembros del grupo se hagan cumplidos unos a otros. Empiece por hacer que una persona del grupo se vuelva hacia la persona que se encuentre a su derecha y la halague por algo. Los cumplidos deben concentrarse en los aspectos positivos de la personalidad de la persona y no en características físicas o posesiones materiales. Los cumplidos pueden variar desde ser córtés, honesto, y noble hasta tener un buen sentido del humor. Después de recibir el cumplido, la persona que lo recibe debe reconocer el comentario diciendo “gracias”.

Después de hacerse el cumplido, el receptor debe entonces volverse hacia la persona que se encuentre a su derecha y hacerle a ésta un cumplido. La persona que recibe el cumplido debe entonces decir “gracias”. Repita el proceso hasta que todo el mundo haya tenido la oportunidad de recibir y hacer un cumplido. **(Los líderes de grupo pondrán el ejemplo siendo los primeros.)**

# LECCION 5

## JEOPARDY

---

### 5.1: Adolescentes

**Objetivos:** Continuar fomentando la cohesión de grupo y revisar la lección de la semana previa.

**Tiempo:** 10 minutos

**Materiales:**

- 1) Registro de adolescentes
- 2) Dinero de juguete
- 3) Boletos para la rifa
- 4) Premio para la rifa

#### 1. **Bienvenida**

Dé nuevamente la bienvenida a los adolescentes al grupo y pídale que firmen la hoja de registro. Después haga que tomen asiento (las sillas deben estar dispuestas previamente en un círculo).

#### 2. **Introducción de la Lección de Hoy**

Proporcione un breve resumen sobre el propósito de la lección de hoy.

*Hoy repasaremos lo que hemos aprendido sobre los peligros del tabaco y alcohol.*

*En unos minutos jugaremos un juego que pondrá a prueba esos conocimientos.*

*El equipo ganador recibirá un premio especial.*

#### 3. **Ejercicio Para dar Cumplidos**

Antes de registrar-se, inicie el proceso procurando que los miembros del grupo se hagan cumplidos unos a otros. Empiece por hacer que una persona del grupo se vuelva hacia la persona que se encuentre a su derecha y la halague por algo. Los cumplidos deben concentrarse en los aspectos positivos de la personalidad de la persona y no en características físicas o posesiones materiales. Los cumplidos pueden variar desde ser cortés, honesto, y noble hasta tener un buen sentido del humor. Después de recibir el cumplido, la persona que lo recibe debe reconocer el comentario diciendo “gracias”. Después de hacerse el cumplido, el receptor debe entonces volverse hacia la persona que se encuentre a su derecha y hacerle a ésta un cumplido. La persona que recibe el cumplido debe entonces decir “gracias”.

# LECCION 6

## APTITUDES PARA RECHAZAR

---

### 6.1: Adolescentes

**Objetivos:** Continuar fomentando la cohesión de grupo y revisar la lección de la semana previa.

**Tiempo:** 10 minutos

**Materiales:**

- 1) Registro de adolescentes
- 2) Dinero de juguete
- 3) Boletos para la rifa
- 4) Premio para la rifa

#### 1. **Bienvenida**

Dé nuevamente la bienvenida a los adolescentes al grupo y pídeles que firmen la hoja de registro. Después haga que tomen asiento (las sillas deben estar dispuestas previamente en un círculo).

#### 2. **Introducción de la Lección de Hoy**

Proporcione un breve resumen sobre el propósito de la lección de hoy.

*Hoy analizaremos los distintos pasos que pueden dar para negarse a ofertas no deseadas de tabaco y alcohol, al tiempo que conservan a sus amigos. Después haremos algunas actividades de actuación para ayudarlos a practicar esas habilidades.*

#### 3. **Ejercicio para Compartir Logros**

Inicie el proceso procurando que los miembros del grupo se hagan cumplidos unos a otros. Empiece por hacer que una persona del grupo complete la siguiente oración, “De las cosas que hice esta semana de la que más orgulloso estoy es.....” Haga que los miembros del grupo completen la oración con algo de lo que se sientan orgullosos de haber logrado. Las respuestas pueden variar desde obtener una buena nota en una prueba hasta ayudar a un amigo que se encontraba en un lío. (Los líderes de grupo pondrán el ejemplo siendo los primeros.)

#### 4. **Repaso de la Lección Pasada**

\* Revise la tarea.

\* Distribuya los boletos para la rifa.

# LECCION 7

## PRESIÓN DE LOS MEDIOS DE DIFUSIÓN Y DE LOS ADULTOS

---

### 7.1: Adolescentes

**Objetivos:** Continuar fomentando la cohesión de grupo y revisar la lección de la semana previa.

**Tiempo:** 10 minutos

**Materiales:**

- 1) Registro de adolescentes
- 2) Dinero de juguete
- 3) Boletos para la rifa
- 4) Premio para la rifa

#### 1. **Bienvenida**

Dé nuevamente la bienvenida a los adolescentes al grupo y pídale que firmen la hoja de registro. Después haga que tomen asiento (las sillas deben estar dispuestas previamente en un círculo).

#### 2. **Introducción de la Lección de Hoy**

Proporcione un breve resumen sobre el propósito de la lección de hoy.

*Hoy hablaremos sobre los tipos de presión que tanto los medios de difusión como los adultos ejercen sobre la gente joven para que empiece a beber y fumar. También revisaremos la información cubierta en la última lección.*

#### 3. **Ejercicio para Compartir Logros**

Inicie el proceso procurando que los miembros del grupo se hagan cumplidos unos a otros. Empiece por hacer que una persona del grupo complete la siguiente oración, “De las cosas que hice esta semana de la que más orgulloso estoy es.....” Haga que los miembros del grupo completen el enunciado con algo de lo que se sientan orgullosos de haber logrado. Las respuestas pueden variar desde obtener una buena nota en una prueba hasta ayudar a un amigo que se encontraba en un lío. (Los líderes de grupo pondrán el ejemplo siendo los primeros.)

\*(Distribuya los boletos para la rifa).

#### 4. **Repaso de la Lección Pasada**

Revise la lección de la semana previa preguntando lo siguiente:

\* ¿Quién puede mencionar un paso para rechazar un ofrecimiento no deseado?

# LECCION 8

## REVISIÓN AMPLIA

---

### 8.1: Padres

**Objetivos:** Reunir a los padres y hacer que vuelvan a familiarizarse unos con otros.

**Tiempo:** 15 minutos

**Materiales:**

- 1) Etiquetas para nombres
- 2) Marcadores
- 3) Registro de padres
- 4) Dinero de juguete

#### 1. **Bienvenida**

De la bienvenida a los padres al grupo y pídeles que firmen la hoja de registro. Después haga que tomen asiento (las sillas deben estar dispuestas previamente en un círculo).

#### 2. **Introducción de la Lección de Hoy**

Proporcione un resumen breve sobre el objetivo de la lección del día de hoy. *Hoy revisaremos las aptitudes para escuchar y los patrones de comunicación analizados en las primeras dos sesiones. Después de esto, los padres se reunirán con su hijos y se iniciará una breve ceremonia de clausura.*

#### 3. **Presentarse Nuevamente al Grupo**

Inicie la lección presentándose de nuevo al grupo. A continuación procure que los miembros del grupo hagan lo mismo. Empiece haciendo que el miembro del grupo que se encuentre a su derecha diga su nombre y alguna cosa que recuerde que otros miembros del grupo dijeron al presentarse en la primera lección.

# LECCION 8

## REVISIÓN AMPLIA

---

### 8.2: Padres

**Objetivos:** Revisar las aptitudes para escuchar y los patrones de comunicación cubiertos en las primeras dos sesiones.

**Tiempo:** 35 minutos

**Materiales:** 1) Caballete  
2) Marcadores  
3) Cinta adhesiva

#### 1. **Importancia de Buenas Aptitudes para Escuchar y de Comunicación**

Explique a los padres que durante la siguiente media hora revisarán las aptitudes para escuchar y de comunicación que fueron cubiertas en las primeras dos sesiones a las que asistieron. Infórmeles que es importante que aprendan estas aptitudes porque si pueden llegar a un punto en el que puedan hablar abierta y honestamente con sus hijos, entonces sus hijos no tendrán necesidad de recurrir a otros amigos o a cosas como el tabaco y el alcohol para encontrar soluciones a sus problemas.

#### 2. **Manteniendo las Líneas de Comunicación Abiertas**

Los padres no deben esperar que sus hijos compartan con ellos todo lo que está sucediendo en sus vidas. Después de todo, son adolescentes, y muchos adolescentes descubren que es necesario tener cierta privacidad. Pero no es irrazonable esperar que sus hijos los mantengan informados acerca de cosas importantes que estén sucediendo en sus vidas; especialmente si se encuentran en crisis.

#### 3. **Repaso de las Aptitudes para Escuchar**

Inicie la revisión de las aptitudes escribiendo en un caballete los siguientes puntos:

**Escuche sin distracciones** - Cuando su hijo intente hablar con usted, si es posible, interrumpa cualquier cosa que esté haciendo y concentre toda su atención en su hijo. Si no es posible posponer la actividad entonces, disponga hablar con su hijo más tarde cuando no esté preocupado o distraído. Es más probable que una persona que puede escuchar sin distraerse entienda qué está tratando de decir su hijo. A su vez, es probable que su hijo se sienta más cómodo.

Pida a los padres que ofrezcan soluciones posibles a las siguientes situaciones:

1. Está aspirando la alfombra y su hijo desea hablar con usted.
2. Está viendo su programa favorito de televisión y su hijo quiere hablar con usted.
3. Está acostado(a) por unos minutos por que tiene un dolor de cabeza muy fuerte y su hijo desea hablar con usted.

**Escuche sin interrupciones** - ESCUCHE. ESCUCHE. ESCUCHE. Cuántas veces hemos tratado de decirle algo a alguien pero descubrimos que no podemos terminar nuestra historia porque la otra persona sigue interrumpiendo y diciendo cosas. Un oyente eficaz deja que la otra persona termine de hablar y espera para compartir sus comentarios al final.

**Acepte incondicionalmente a su hijo** - Es bueno expresar desagrado por la conducta de su hijo, pero es importante dejar saber al niño que siempre será amado, no importa lo que haga. Un hijo que se siente amado y atendido sólo cuando hace algo bueno no se abrirá ni discutirá sus problemas con nadie cuando se meta en problemas o atraviere por una crisis. Es más probable que los hijos confíen en alguien que no los juzga o rechaza por sus errores.

#### 4. **Repaso de las Aptitudes de Comunicación**

Explique a los padres que no es realista esperar que nunca más se disgustarán con sus hijos. Ese no es el objetivo de este repaso. Lo importante es, sin embargo, manejar esos momentos de tensión de manera positiva, de tal manera que se reduzca la posibilidad de tener que tratar con la misma situación de nuevo en el future. Los siguientes pasos ayudarán a alcanzar esa meta. (Escribe los siguientes pasos en un caballete.)

##### Paso 1. **Enfóquese en el comportamiento.**

Cuando su hijo lo ha disgustado, no culpe simplemente al niño y que la cosa quede allí. Hacer esto implica que hay algo mal con el niño y queda fuera del control de éste corregir la situación. En lugar de ello, concéntrese en la conducta exacta que lo está disgustando a usted empleando un enunciado que incluya la palabra “Cuando”. De esta manera el niño está consciente de qué está haciendo y puede empezar a dar pasos para corregir la conducta.

Ejemplo: “Cuando no terminas tus quehaceres...”  
“Cuando dejas tu ropa tirada en la casa...”  
“Cuando no dices la verdad...”

**Paso 2. Manifieste sus sentimientos.**

Después de especificar la conducta problemática, dígame a su hijo que sentimientos provoca en usted esa conducta utilizando un enunciado que comience por “Me”. De esta manera el niño está consciente de las consecuencias que su conducta tiene en otras personas. Muchas veces los padres le gritan a sus hijos por sentirse heridos o por frustración, pero el hijo nunca está consciente del dolor que ha provocado debido a que sus padres nunca se lo han comunicado con él de otra manera más que gritándoles.

Ejemplo: “Me frustra”  
“Me preocupa”  
“Me siento decepcionado”

**5. Iniciando Conversación**

Explique a los padres que no tienen que esperar a que sus hijos inicien una conversación importante con ellos. Los padres pueden usar las aptitudes que aprendieron en estas lecciones para acercarse a sus hijos y hablar de cualquier cosa, desde malas calificaciones hasta temas de alcohol y tabaco usando los enunciados “Cuando” y “Yo”.

**6. Repaso de las Verdades sobre Tabaco y Alcohol**

Informe a los padres de familia que ahora repasaremos algunos de las verdades que sus hijos han aprendido sobre el tabaco y alcohol durante las últimas ocho semanas. Si algunos de los padres están preocupados de que sus hijos ya hayan comenzado a experimentar con el tabaco y alcohol, algunos de los indicios en los que tienen que fijarse son:

*(Los líderes de grupo deberán hablar sobre todas las consecuencias, pero deberán poner mayor atención a las consecuencias a corto plazo que resaltan debido a que si el adolescente está experimentando con el tabaco, éstas son las señales más obvias).*

**Consecuencias del Uso del Tabaco/Cigarros**

Corto Plazo

1. **Mal Olor:**
  - a. **Cabello**
  - b. **Aliento**
  - c. **Ropa**
2. **Deja manchas amarillas en los dientes**

Largo Plazo

1. **Cáncer de:**
  - a. **Pulmones**
  - b. **Boca**
  - c. **Lengua**
  - d. **Laringe**

**3. Hoyos por quemaduras en la ropa**

4. Pulso acelerado

**5. Irritación de la garganta**

**6. Ojos irritados**

7. Nausea, mareos.

8. Nervios alterados

9. Interfiere con la respiración

e. Esófago

2. Enfermedades del corazón

3. Pérdida de esmalte de los  
dientes

**Consecuencias de uso del Alcohol**

Problemas Familiares

1. Cambio repentino de personalidad

2. Comienza a discutir mucho

3. Actúa sospechosamente

Problemas Escolares

1. Empeoramiento de calificaciones

2. Problemas de conductakomportamiento

3. Peleas en la escuela

4. Suspensiones frecuentes

5. Expulsión

Problemas Sociales

1. Peleas con amistades

2. Pérdida de amistades

3. Cambio de amistades

Problemas Legales

1. Cometer crímenes

a. Robacasa

b. Vandalismo

c. Asaltos

d. Violación

e. Asesinato

2. Ser arrestado

3. Ser víctima

4. Uso de drogas

encuentren

**7. En qué Señales hay que Fijarse**

Explique a los padres que a menos de que encuentren a su hijo(a) consumiendo alcohol o que puedan olerle el aliento inmediatamente después de haber estado tomando, es por lo general difícil saber si su hijo(a) ha estado o no consumiendo alcohol. A veces, el comportamiento de una persona que toma no se ve reflejado en las consecuencias físicas sino en una serie de cambios en la personalidad, familia y funcionamiento social, cómo le va en la escuela y problemas con la ley. Por esto es muy importante el notar cambios pequeños o drásticos en el comportamiento.

**8. Receso**

De a los padres un receso de diez minutos. Infórmeles que cuando vuelvan se reunirán con sus hijos y se iniciarán las actividades de clausura.

# LECCION 8

## REVISIÓN AMPLIA

---

### 8.1: Adolescentes

**Objetivos:** Iniciar el proceso de clausura del grupo

**Tiempo:** 25 minutos

**Materiales:** 1) Registro de adolescentes  
2) Dinero de juguete

1. **Bienvenida**

Dé nuevamente la bienvenida a los adolescentes al grupo y pídale que firmen la hoja de registro. Después haga que tomen asiento (las sillas deben estar dispuestas previamente en un círculo).

2. **Introducción de la Lección de Hoy**

Proporcione un breve resumen sobre el propósito de la lección de hoy.

*Hoy revisaremos todas las lecciones que hemos cubierto en el grupo. Después de eso el grupo de adolescentes y el grupo de padres se reunirá iniciaremos una breve ceremonia de clausura.*

3. **Intercambio de Números Telefónicos y Domicilios**

Antes de iniciar aliente a los adolescentes a intercambiar números telefónicos y domicilios con la gente con la que se sienten cómodos y de la que recibirían apoyo si alguna vez tuvieran necesidad de hablar con alguien sobre una situación difícil (como en temas sobre el tabaco y el alcohol). Evite lastimar los sentimientos de cualquiera, procure que lo hagan informalmente durante el receso.

4. **Maniferstarse**

Inicie el proceso de manifiesto recordando al grupo que esta será la última vez que se reúnan hasta la primera lección de refuerzo. Si hay algo que quieran decir algún sentimiento que deseen expresar, aliéntelos a que lo hagan durante el manifiesto. Como esta será la última vez que se registren en un rato, permita que el tiempo de manifiesto sea mayor que el usual. **Procure que los miembros del grupo se manifiesten.**

5. **Actividad de Expresión Positiva**

Después de manifestarse, continúe el proceso pasando a la Actividad de Expresión de Positiva. Haga que los miembros del grupo dispongan sus sillas en forma de herradura. En el extremo de la herradura hay una abertura, coloque allí una silla vacía. Explique al grupo que una persona se sentará en esa silla por turno y que cada quien tendrá la oportunidad de hacerlo (incluso el líder del grupo). Cuando se encuentren en la silla permanecerán sentados durante aproximadamente un minuto. Durante ese minuto el resto del grupo le expresará a esa persona toda suerte de cumplidos. Por ejemplo, pueden elogiar a alguien por tener una linda personalidad o por llevar al grupo un buen sentido del humor. Aliente a todo el mundo a darle a la persona que esté sentada en la silla por lo menos una opinión positiva. Para iniciar el ejercicio, pida un voluntario del grupo. Infórmeles que si no hay voluntarios, el líder del grupo escogerá a alguien. Después de que la persona ha iniciado su minuto, el líder del grupo debe establecer el tono siendo el primero en hacer cumplidos y proporcionar una opinión positiva. El líder del grupo debe mantener esta conducta para cada persona que se sienta en la silla hasta que el resto del grupo entienda, Una vez que la primera persona haya pasado su minuto en la silla, deberá levantarse y elegir a la siguiente persona que ha de sentarse en la misma. *(Los líderes de grupo deberán procurar que el grupo no se vuelva demasiado bobo o en contra de la gente que no esté siendo sincera y genuina en sus opiniones.)*

6. **Repaso de la Lección Pasada**

Repase la lección de la semana pasada preguntando lo siguiente:

\* Qué es lo esencial de la publicidad?

(Hacer dinero)

\* Hacia quién se estaba dirigiendo la campaña publicitaria del video?

(Hacia los Latinos/minoritarios)

\* Repase la tarea. Lea las situaciones y pida a diferentes miembros del grupo responder a los diferentes ofrecimientos.

# LECCION 8

## REVISIÓN AMPLIA

---

### 8.2: Adolescentes

**Objetivos:** Revisar de manera amplia las lecciones previas.

**Tiempo:** 25 minutos

**Materiales:** 1) Tarjetas de nota con preguntas de repaso comprensivo  
2) Tarjetas con argumentos

#### 1. Actividad de Repaso con Respuestas Rápidas

Informe al grupo que durante el tiempo que resta el grupo repasará lo que se la ha enseñado en las lecciones anteriores. Explíqueles que las preguntas no se harán siguiendo ningún orden. Por ejemplo, una pregunta de aptitud para rechazar será seguida por una pregunta sobre alcohol, seguida, a su vez por una sobre tabaco.

Antes de empezar, haga que los(as) muchachos(as) se alineen en dos líneas iguales. Disponga las líneas de tal manera que la primera persona de cada línea encare a la primera persona de la otra. La persona que se encuentre al principio de cada línea debe entonces dar un paso hacia adelante y colocarse al frente del líder del grupo. A continuación, el líder leerá una pregunta. La persona que primero responda correctamente permanecerá donde está. La persona que pierda pasará al final de su fila. La siguiente persona de la fila pasará entonces hacia adelante y retará al ganador intentando ser la primera en responder correctamente la siguiente pregunta. Una persona puede responder correctamente un máximo de tres veces. Después de eso, debe dar oportunidad a la persona que se encuentre detrás de ella pasando a la cola de su fila para esperar otro turno.

#### **Preguntas de repaso.**

\* Verdadero o falso. Una mayor actividad sexual es una conducta riesgosa asociada con el alcohol.

\* Si una persona se queda dormida mientras fuma en cama, es probable que provoque un . . . . .(incendio)

- \* Menciona el primer paso del proceso decisorio.  
(Enterarse de los hechos)
- \* Menciona el segundo paso del proceso decisorio.  
(Pensar en las elecciones que puedes hacer)
- \* **Verdadero** o falso. Si abusa de él regularmente una persona puede volverse adicta al alcohol.
- \* Menciona el tercer paso del proceso decisorio.  
(Piensa en las consecuencias de cada elección)
- \* Menciona el cuarto paso del proceso decisorio.  
(Toma tu propia decisión)
- \* Si he rechazado una oferta no deseada de manera que haga reír a la gente, he rechazado usando . . . . .  
(sentido del humor)
- \* Después de fumar descubres que no puedes recuperar el aliento porque fumar interfiere con la. . . . . normal.  
(respiración)
- \* Menciona el último paso del proceso decisorio.  
(Asumir la responsabilidad de tu decisión)
- \* El nombre de la conducta de alto riesgo que incluye actividad sexual sin tomar precauciones para el embarazo o la enfermedad.  
(Sexo sin protección)
- \* Si digo “No, gracias” y espero que mi amigo diga lo mismo, he rechazado una oferta no deseada utilizando un . . . . . (amigo)
- \* Ir en un carro con un conductor borracho es un comportamiento de alto riesgo asociado con el consumo de alcohol.(verdadero)
- \* Un oyente eficaz siempre escucha sin.....(interrumpir)
- \* **Verdadero** o falso. La irritación de garganta es una consecuencia a corto plazo de fumar cigarrillos.
- \* Después de años de fumar, muchos fumadores suenan muy rasposos cuando hablan debido a que los años de fumar han dañado su.....(voz)

- \* Si digo “No, gracias” y luego salgo de la habitación intencionalmente, he rechazado la oferta no deseada utilizando una.....(salida)
- \* ¿Quién puede mencionar un paso para rechazar un ofrecimiento no deseado? (Decir no, proporcionar una razón, sugerir una actividad alterna)
- \* **Verdadero** o falso. Fumar hace que una persona huela mal.
- \* ¿Quién puede decirle al grupo que es la autoestima? (Lo que una persona siente sobre si misma)
- \* En nuestro análisis sobre las consecuencias sociales del uso del alcohol, mencionamos que lo más probable sería que el usuario tuviera problemas con la familia, la ley y los amigos. ¿Cuál es otra area problematica que analizamos? (La escuela)
- \* Cuando bebes es más probable que rompas la.....(ley)
- \* **Verdadero** o falso. La irritación ocular es una consecuencia de fumar.
- \* El término utilizado para describir el humo peligroso inhalado por la gente que no está fumando. (Humo de segunda mano)
- \* ¿Quién puede mencionar otro paso para rechazar un ofrecimiento no deseado (distinta de la ya mencionada)? (Decir no, proporcionar una razón sugerir una actividad alterna)
- \* El alcohol provoca que cuando la gente bebe haga cosas que probablemente no haría si estuviera. . . . . (sobria)
- \* Menciona el tipo de cáncer que afecta la capacidad para respirar de una persona. (De pulmón)
- \* La mayor parte de los adolescentes no pueden costear el alto precio de los cigarros porque los cigarros son.....(costosos, ó caros)
- \* Verdadero o **falso**. Estudiar para una prueba es una conducta riesgosa asociada con el alcohol.
- \* Menciona una consecuencia física a largo plazo de fumar. (Cáncer de pulmón, enfermedad cardíaca, cáncer de garganta, cáncer de boca, etc...)
- \* **Verdadero** o falso. Uno de los efectos secundarios de beber alcohol es que afecta el juicio.

- \* ¿Cuál es el ingrediente del tabaco que vuelve a la gente adicta a fumar?  
(La nicotina)
- \* Cuando bebes, tienes mayores posibilidades de ser víctima de un.....  
(crimen)
- \* **Verdadero** o falso. Hay la misma cantidad de alcohol en una cerveza que en una copa de vino o de tequila.
- \* **Verdadero** o falso. Los dientes manchados son una consecuencia de fumar.
- \* **Verdadero** o falso. El mal aliento es una consecuencia de fumar.
- \* Se han mencionado dos pasos para rechazar una oferta no deseada. Menciona el paso que falta.  
(Decir no, proporcionar una razón, sugerir una actividad alternativa)
- \* Si al rechazar un ofrecimiento no deseado le digo a la persona, “¡Cállate antes de que te golpee!” ¿Qué tipo de respuesta ineficaz es esta?  
(Respuesta agresiva)
- \* Si rechazo un cigarrillo no deseado diciendo, “No, gracias, pero adelante” ¿qué tipo de respuesta ineficaz acabo de dar? (Mensaje mixto)
- \* **Verdadero** o falso. ¿El alcohol es una droga?
- \* Lo esencial de la publicidad es obtener.....(dinero)

## 2. **Actividad de Representación**

Solicite voluntarios para que actúen las siguientes situaciones hipotéticas. El resto del grupo prestará mucha atención a la actuación. Al final de la escena solicite voluntarios de entre quienes observaron para que comenten sobre las aptitudes para rechazar utilizadas y qué tan efectivas creen que fueron las respuestas. *(Los líderes de grupo deben motivar al grupo para que se divierta con la actividad, pero deben asegurarse de no perder el control del grupo.)*

### **Situación hipotética #1**

Al volver a casa de la escuela, tú y un amigo se detienen en el 7/11 local para comprar goma de mascar. Mientras decides qué marca de goma de mascar comprar, adviertes que tu amigo curioseaba por la tienda. Cuando te acercas a la caja para pagar la goma de mascar, tu amigo se acerca rápidamente a ti y te dice que te verá afuera. Al alcanzarlo a la vuelta de la esquina de la tienda, ves que lleva algo dentro de su chaqueta. Cuando le pides que te lo muestre saca una lata de cerveza. Abre la lata, bebe un trago y te la pasa. Te dice que no te preocupes, después ambos mascarán la goma y eliminarán el olor de su aliento.

### **Situación hipotética #12**

Es sábado por la tarde y tu y un hermano mayor están solos en casa mientras sus padres visitan a una tía. Cuando tu hermano está relativamente seguro que tus padres se han ido te invita a que lo sigas al patio trasero en donde nadie puede verlos. Una vez allí saca de un agujero de un árbol una cajetilla de cigarrillos y un encendedor. Enciende un cigarro, le da un par de chupadas y luego te lo pasa. Mientras estás parado allí en estado de shock, porque no te habías dado cuenta de que tu hermano fumaba, sigue insistiendo en que fumes con él.

### **3. Receso**

Dé a los adolescentes un receso de diez minutos. Dígales que cuando vuelvan se reunirán con su padres y se iniciarán las actividades de clausura.

# LECCION 8

## CLAUSURA

---

### 8.3: Padres y Adolescentes

**Objetivos:** Dar un reconocimiento a los adolescentes y a los padres por completar el programa.

**Tiempo:** 30 minutos

**Materiales:** 1) Certificados de participación para adolescente

#### 1. Evaluación del Currículum y Líderes de Grupo

Cuando los padres y los adolescentes vuelvan al salón, entréguales una breve evaluación de currículum. Asegúrese de que los padres reciban la versión para padres y los adolescentes la versión para adolescentes. (Las sillas deben disponerse en hileras para que el salón semeje un salón de clases.)

#### 2. Qué es lo Sigue

Inicie las actividades de clausura con su gratitud y reconocimiento tanto a padres como a adolescentes por su participación durante toda la duración del programa. Antes de entregar los certificados, informe a los padres y a los adolescentes de lo que seguirá. Recuérdeles sobre:

1. Los mediciones que se realizarán la semana entrante.
2. Los incentivos en efectivo que se entregarán al final de las evaluaciones así como la abertura de la tienda de Sembrando Salud.
3. La lección de refuerzo que se realizará en aproximadamente un mes.
4. Los boletines que serán enviados a los adolescentes para mantenerlos informados sobre el programa.

#### 3. Entrega de Certificados

Llame a los estudiantes al frente del salón uno por uno y entréguele su certificado. Haga que el grupo de su reconocimiento a cada estudiante brindándole un aplauso. Haga que el estudiante vuelva a su silla Llame al siguiente estudiante.

Una vez que ha recibido su certificado, haga que todo el grupo de adolescentes se ponga de pie. En ese punto comine a los padres a darles un aplauso. Después comine a los estudiantes a darle un aplauso a los padres de familia por su participación en el programa.

#### **1.4. Despedida**

Pregunte si hay cualquier duda o comentario final. Si no lo hay, agradezca a todos una última vez y despida al grupo.

