

**Programa Grupo de apoyo basado en el plan de estudios
(Curriculum-Based Support Group, CBSG®)**

Kids' Connection: Temas y mensajes importantes de las 10 sesiones

Sesión	Tema	Descripción general
1	<i>Conociéndote</i>	Al comenzar con el Grupo, nos conoceremos y obtendremos información acerca de <i>Kids' Connection</i> . ¡El Grupo es un lugar de pertenencia seguro, en el que estableceremos conexiones y nos divertiremos!
2	<i>Una celebración de mi persona</i>	Cada uno de nosotros es especial y único por quienes somos y no por lo que hacemos. El consumo de alcohol, tabaco y otras drogas no nos ayudará a sentirnos mejor.
3	<i>Sentimientos</i>	Todos tenemos sentimientos y todos nuestros sentimientos son aceptables. Lo que importa es cómo los expresamos. Aprender a sobrellevar y expresar nuestros sentimientos de formas saludables y apropiadas es fundamental. Beber alcohol o consumir otras drogas para cambiar nuestros sentimientos no es lo correcto.
4	<i>Manejando la ira</i>	Reaccionar a las situaciones con enojo y conductas inapropiadas puede tener consecuencias negativas. Podemos aprender maneras de mantenernos en calma, evitar las peleas y no perder el control.
5	<i>Sueños y establecimiento de metas</i>	Los sueños nos dan esperanza y un sentido de propósito y futuro. Aprender a establecer y alcanzar metas nos ayuda a planificar y dar pasos que nos ayudarán a lograr el futuro que anhelamos.
6	<i>Tomando decisiones saludables</i>	Todos tomamos decisiones todos los días, y todas nuestras decisiones tienen consecuencias. Las consecuencias pueden ser positivas o negativas. Consumir alcohol, tabaco y otras drogas no es una decisión saludable y responsable, y puede tener consecuencias negativas.
7	<i>Amigo/as</i>	Para tener amigos, primero debemos SER amigos. Existen muchas maneras positivas y saludables de hacer y conservar las amistades que deseamos.
8	<i>Resistir la presión negativa</i>	La presión de nuestros compañeros puede influir en nosotros a la hora de tomar decisiones saludables o nocivas. Aprender estrategias para decir “no” y resistirnos a la presión social negativa requiere confianza y habilidades.
9	<i>Poniéndolo todo junto</i>	Reflexionar sobre lo que hemos aprendido en las sesiones anteriores e identificar los conocimientos y las habilidades que hemos practicado es importante.
10	<i>Compromiso y celebración</i>	A medida que nuestro tiempo juntos llega a su fin, es importante celebrar nuestros logros y los de quienes nos rodean. Esta es una oportunidad para comprometernos a no consumir alcohol, tabaco y otras drogas y a no tener otras conductas nocivas.

Mensajes Mayores

YO SOY agradable, capaz, único y valioso.

YO PUEDO tratar a los demás de la misma manera en que quiero que me traten.

YO TENGO relaciones significativas y personas que se preocupan por mí.

YO TOMARÉ decisiones saludables y responsables.

YO CREO en mi propósito y mi futuro.