

Módulo de Sexualidad y Afectividad

8º



Didáctico

Licda. Carla Solari Rivera

I TRIMESTRE

Impulso sexual y presión de grupo

RETOS A ENFRENTAR:

- Reconocer y manejar saludable y responsablemente el impulso sexual en sus distintas etapas.
- Aprenderán a reconocer y manejar la presión de grupo sobre sus decisiones afectivas y sexuales y a tomar decisiones independientemente de esa presión y en el marco del respeto a su propia dignidad y a la de los demás.
- Estarán en capacidad de analizar los efectos de estigmas y prejuicios sobre la vivencia de la sexualidad y formarse criterio para la toma de decisiones que mejoren su bienestar desde el vínculo afectivo.

El tomar la decisión de amar,
nos lleva al sentimiento más grande de nuestra vida
Jorge GIL KOKE

1. Manejo de impulsos y emociones para vivir mejor nuestra afectividad y sexualidad integral

SEMANA 1

Guía de Estudio:

Impulso sexual en todas sus etapas y su impacto en la toma de decisiones. El impulso sexual es un tipo de atracción que las personas sienten hacia otras personas, ya sean de su mismo sexo o no. Está determinado por una serie de factores de carácter biológico, psicológico y social.

Aun cuando el desencadenamiento del impulso sexual es muy cerebral-hormonal-motor, los elementos psicológicos son los que regulan su expresión y por tanto somos nosotros quienes administramos según nuestra voluntad la manera como nuestro impulso sexual es canalizado socialmente. (Castellanos, 2008)

Actividad 1: Cine y caricias (El texto “Cine y caricias” está adaptado de Así es la vida, Carlota, de Gemma Lienas (1990), Ediciones SM, Madrid, pp. 82-83):

Aquella tarde decidimos ir al cine unos cuantos de clase. Cuando entramos en la sala, coincidió que yo iba entre J., que me cae muy bien, y Blanca, que me cae fatal. Nos sentamos en el mismo orden en que habíamos entrado. Nos quitamos las chaquetas y esperamos a que se iluminara la pantalla y empezara la proyección. Al principio no me di cuenta de nada. Quiero decir que estaba tan pendiente de la película que no me fijaba en nada de lo que pasaba a mí alrededor. Yo me había inclinado hacia la izquierda, es decir, hacia J. Lo había hecho porque de esa manera veía mejor la pantalla –si me inclinaba hacia la derecha, la cabezota del tipo de delante me lo tapaba todo–. Y también porque así evitaba el contacto con Blanca, que me resultaba especialmente repelente. Poco a poco, J. debía de haber ido haciendo lo mismo, es decir, se había ido acercando hacia mi lado. No sé en qué momento me di cuenta de que nuestros dos codos estaban apoyados en el brazo de la butaca. Y como brazo de butaca sólo hay uno, y en cambio codos había dos, estos últimos disponían de muy poco espacio y a la fuerza tenían que tocarse. Aquel contacto me gustaba mucho. Despertaba en todo mi cuerpo un calor dulce y me ponía la piel de gallina. De repente me di cuenta de que estaba prestando más atención a la cantidad de superficie de mi cuerpo que rozaba el de J. que a la película. También tenía más interés en la presión que su cuerpo ejercía sobre el mío, y al revés, que en aquello

que sucedía en la pantalla. Casi no me movía ni me atrevía a respirar por miedo a que un cambio mío provocase otro en la postura de J. No me atrevía a respirar demasiado y, sin embargo, mi respiración se había agitado. Aunque me esforzaba en contenerla, tenía la respiración muy alterada, rápida y sincopada. Intenté mirar a J. con el rabillo del ojo. Me habría gustado saber qué cara ponía. Pero para llegar a ver su cara habría tenido que girarme tanto que forzosamente nuestros codos se habrían movido, separándose. No valía la pena. Prefería seguir notando la presión de su cuerpo contra el mío. Me acerqué más y casi pude percibir su aliento. “¿Qué debe de notar J.?” me pregunté. Posiblemente no se daba cuenta de nada. Quizá no era consciente de que nuestros cuerpos se tocaban. Quizá ni siquiera sabía que era yo quien se había sentado a su lado. “No me extrañaría nada”, me dije, ya que últimamente empezaba a dudar de mi capacidad para llegar a gustar a alguien. Justo cuando estaba pensando esto...

DESARROLLO (Pasos)

1. Se le entregan a cada alumno y alumna copias del texto “Cine y caricias”, que aparece en la parte de arriba, y se lee en voz alta.
2. Se les pide que imaginen una continuación para la historia. Pueden hacer sus aportaciones en voz alta o por escrito, de manera que luego el profesorado escoja algunas, las lea en voz alta y se comenten en gran grupo.
3. Conviene aprovechar los momentos más oportunos de las intervenciones para pedirles que expongan sus dudas y para explicar el contenido de esta sesión.

SEMANA 2

Guía de Estudio:

Influencia de la presión de grupo y su impacto en las prácticas saludables y de no riesgo. Tomar tus propias decisiones es lo suficientemente difícil, pero cuando otras personas intentan influenciarte presionándote para que tomes una decisión en lugar de otra, puede resultar más difícil. Cuando otros compañeros intentan influir en tus decisiones, esto se denomina presión de grupo. Los compañeros a tu alrededor influyen en tu vida, incluso sin que te des cuenta, simplemente al compartir tiempo contigo. Los compañeros pueden tener entre sí una influencia positiva o negativa. Por ejemplo, algunos niños(as) en la escuela pueden tratar de influenciarte para que te unas a ellos y no asistas a clase, tu compañero de fútbol puede tratar de convencerte para que seas cruel con otro jugador y nunca le pases el balón o un niño en tu vecindario puede querer que cometas robos en las tiendas con él.

Algunos niños(as) ceden ante la presión de grupo porque quieren caer bien, ser aceptados o porque se preocupan de que otros niños(as) se burlen de ellos si no se unen al grupo. Otros ceden porque tienen curiosidad de probar algo nuevo que estos compañeros ya están haciendo. La

noción de que “todo el mundo lo hace” puede influenciar a que otros niños(as) se olviden de su buen juicio y de su sentido común. Tu fortaleza interna y la confianza en ti mismo pueden ayudarte a mantenerte firme, rechazar los intentos de otros para convencerte, y resistir a hacer algo que tú consideras incorrecto. Si continúas enfrentando la presión de grupo y se te está haciendo difícil controlarla, habla con alguien en quien puedas confiar. No te sientas culpable si cometes un par de errores. Hablar con tus padres, tus maestros o tu consejero en la escuela puede ayudar a que te sientas mucho mejor y a prepararte para la próxima vez que tengas que enfrentarte a la presión de grupo. (Izenberg, 2012)

Actividad 2: Dinámica en grupos para jóvenes

Metodología: El docente debe buscar 5 ó 6 voluntarios (o los elige arbitrariamente) del grupo para que salgan de la sala con el objetivo de prepararse el caso que se les plantea y representarlo a sus compañeros/as. Es importante que el dinamizador asigne los personajes teniendo en cuenta la personalidad de los jóvenes. El resto de compañeros tendrán que observar la representación y recoger los aspectos significativos de los personajes y del transcurso de la situación. A medida que la representación vaya avanzando, el dinamizador/a podrá dar nuevas instrucciones para enriquecer el debate.

CASO: Un grupo de amigos/as está reunido en la plaza del pueblo donde siempre quedan antes de ir a la discoteca. Dos amigos/as del grupo ya han consumido en varias ocasiones drogas y ofrecen a los demás ya que creen que así la noche será mejor.

PAPELES DE LOS PERSONAJES:

- Dos personas que con drogas procuran convencer a los demás para comprar y consumir.
- Dos personas deben rechazarla y mantenerse firmes en su decisión.
- Dos personas tras su negativa inicial empiezan a tener dudas entre aceptar o no.

Al finalizar la representación, el dinamizador pedirá a los actores que expliquen a los demás como se han sentido y si han tenido dificultades para mantener su postura inicial. A continuación, los compañero/as que observaban darán su punto de vista y el dinamizador cerrará el debate destacando los aspectos más significativos de la presión de grupo, trabajará la habilidad social de decir No...

SEMANA 3 :

Guía de Estudio

El amor desde la perspectiva masculina y femenina. “Celebremos el amor en vez de castigarlo. Lo que hay que castigar es el odio y la violencia”. Este es el mensaje principal de Libres e Iguales, una campaña lanzada por Naciones Unidas para erradicar la discriminación contra las personas homosexuales, lesbianas y transgénero.

El Informe Nacional de Desarrollo Humano sobre la convivencia en Costa Rica, publicado en 2013, encuentra que hoy en día la familia costarricense ya no es solamente aquella figura tradicional de un padre y una madre casados, y que la sociedad está comenzando a asumir este cambio como algo natural. Por ejemplo, hoy, el 71% de los matrimonios son civiles, mientras que hace 15 años era apenas el 40%. El 68% de los nacimientos son de madres no casadas y el 34% ha expresado que en su familia hay personas gays o lesbianas. Y en la mayoría de los países, incluido Costa Rica, no se reconoce plenamente los derechos de las personas LGBT – en particular su derecho a formar uniones de amor legalmente reconocidas y protegidas. (Yasukawa, 2014)

Actividad 3: Foro de discusión. Las y los estudiantes, con la ayuda de su profesor, implementan la técnica de lluvia de ideas para expresar los conocimientos y experiencias previas sobre los factores que inciden en la auto aceptación y la aceptación entre pares, y sobre el amor. Con la mediación del docente, comparten y analizan posiciones y respuesta a las siguientes preguntas generadoras:

- ¿Es posible una forma de vida armoniosa con aquellos/as que son distintos a mi persona?,
- ¿Cuál es “mi” relación con la auto aceptación y la aceptación entre pares?
- ¿El amor y el deseo es exclusivo de heterosexuales?
- ¿Se puede alcanzar felicidad en la diversidad sexual?

SEMANA 4:

Guía de Estudio

Prácticas sexuales de riesgo son aquellas acciones que pueden generar enfermedades de transmisión sexual causadas por medio del sexo oral, genital o anal. Algunos ejemplos de estas enfermedades incluyen la clamidia, la sífilis y la gonorrea. El VIH y la hepatitis viral son los tipos más comunes de infecciones de transmisión sexual. El contacto piel con piel sin cubrir por el preservativo puede ocasionar Herpes, Chancro blando, Condilomas acuminados, Pediculosis pubis (ladillas), Sarna y Moluscus contagioso.

De acuerdo con los datos del INEGI (Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática), las y los adolescentes que han tenido relaciones sexuales, seis de cada diez no utilizaron anticonceptivos durante la primera vez, lo que conduce a suponer que no se percibe el riesgo de tener relaciones sexuales sin protección, tanto por parte de ellas como de sus compañeros. [...] Esta situación conlleva también el riesgo de embarazos no planeados o igualmente de contraer infecciones de transmisión sexual. (Alejandro, 2012)

Las adolescentes tienen un riesgo más alto de enfermedades sobre todo si se practican duchas vaginales con frecuencia. Además de correr un riesgo más alto si tienen relaciones sexuales durante la menstruación. Los comportamientos peligrosos incluyen también el uso del alcohol, las drogas y el tener múltiples compañeros sexuales, así como el hacerse tatuajes o perforaciones para aretes. (Allina Health, s.f.)

Actividad 4: Foro de discusión.

En grupo de no más de seis personas se trabaja escribiendo una serie de ideas que tiendan a evitar o prevenir estas prácticas sexuales de riesgo y por ende, a evitar y prevenir enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados. Luego de unos minutos de trabajo en grupo, se exponen estas ideas en el plenario y se discuten las observaciones escritas. Con ayuda del docente los estudiantes procuran obtener conclusiones que ayuden a evitar estas situaciones de riesgo. Para finalizar se escriben las conclusiones en un papelógrafo, tipo mural y se fijan en las paredes del aula.

SEMANA 5 :

Guía de Estudio

Cambios emocionales en las relaciones entre pares e intergeneracionales. Durante la adolescencia, los chicos y chicas tienen que redefinir las relaciones con sus iguales (Furman y Shaffer, 2003), y durante esta etapa aumenta el contacto de los adolescentes con sus iguales de distinto o del mismo sexo (Pellegrini, 2001). Estos cambios evolutivos, a menudo tienen como consecuencia el inicio de las relaciones amorosas, de pareja y sexuales (Steinberg y Morris, 2001) y de cambios emocionales muchas veces imprevisibles.

En cuanto a la relación dada entre personas de distintas generaciones, se tiene que desde que nace un hijo se proyectan sobre éste una serie de expectativas y a lo largo de su crecimiento, se va alentando una dirección predeterminada por los padres, la familia y la sociedad (Hazan y Shaver, 1987; Ijsendoorn, 1995). Cuando un hijo se desvía de éste camino, se genera una gran cantidad de estados emocionales, tales como la ira, coraje, resentimiento, etc., ya que los padres no permiten que el hijo se desvíe de lo preestablecido (Vargas e Ibáñez, 2002). Algunos padres permiten, igualmente dentro de ciertos límites, que los hijos tengan un rango razonable de libertad para escoger su propia forma de ser, sin embargo el punto importante aquí es que la familia es un sistema del que todos toman cierta ventaja para cubrir sus propias necesidades emocionales. (Vargas e Ibáñez, 2003)

Actividad 5: Asumiendo los cambios emocionales y manejando la presión de pares y de grupo en mis decisiones para la vivencia de la afectividad y la sexualidad integral.

Con el aporte de todas y todos se elabora un lista de emociones o sensaciones que se experimentan de manera particular en la adolescencia. Cada estudiante coloca en una caja o bolsa su papel con la respuesta, el o la docente con ayuda de algún voluntario va leyendo las palabras o respuesta y la va colocando al lado de la emoción correspondiente en la lista elaborada. Con todos los aportes del grupo y por medio de la guía del docente, se identifican los elementos que permitan valorar la importancia de reconocer los cambios emocionales en el desarrollo de las personas.

Con los hallazgos se propicia el que los estudiantes y las estudiantes analicen, valoren y generen aprendizajes sobre la forma en que los factores culturales, sociales y familiares afectan estos cambios emocionales en ellos mismos y cuáles pueden ser las consecuencias positivas y negativas.

SEMANA 6 :

Guía de Estudio

Trastornos alimenticios. Los problemas alimenticios que usualmente experimenta el adolescente son resultado de depresiones, ansiedades, malos hábitos de nutrición y por el hecho de querer las comidas de moda. Pero, aparte de esto, existen dos desórdenes psiquiátricos de la alimentación: la bulimia y la anorexia nervosa, que actualmente están más presentes especialmente en las jóvenes.

La o el adolescente con anorexia nervosa es típicamente una o un perfeccionista. En su obsesión por adelgazar, la adolescente poco a poco se está matando a causa de su régimen de hambre. Esto puede llegar a situaciones muy serias de dañar su cuerpo, e inclusive hasta puede llevarla a la muerte. La bulimia por su parte se identifica al momento que la persona ingiere grandes cantidades de comida de altas calorías y luego se purga de estas calorías vomitando y/o usando laxantes. Las repetidas purgas traen consigo un peligro muy serio a la salud física, incluyendo la deshidratación, el desequilibrio hormonal, el agotamiento de minerales importantes y el daño a los órganos vitales.

La obesidad es una enfermedad crónica originada por muchas causas y con numerosas complicaciones, se caracteriza por el exceso de grasa en el organismo. Influye haber padecido de obesidad en la niñez. El tener sobrepeso puede predisponer al inicio de actividad física intensa o dietas sin control médico, que desemboquen en trastornos de la alimentación. El bullying en este caso puede no ser siempre cruel, sin embargo, la distinción puede generar culpas e inseguridades muy grandes en el niño o adolescente, y predisponerlo a la aparición de enfermedades como la anorexia y la bulimia.

Actividad 6: Auto-aceptación, aceptación entre pares y su relación con bulimia, anorexia y obesidad en la adolescencia.

Con la mediación del docente, las y los estudiantes comparten y analizan posiciones y respuesta a las siguientes preguntas generadoras:

- ¿Cómo influyen los hábitos alimenticios en la salud de las y los adolescentes?,
- ¿Cuál es su relación con la auto aceptación y la aceptación entre pares?

Los estudiantes y las estudiantes consultan en diferentes fuentes (bibliográficas, psicólogos, orientador, padres o madres de familia, internet, entre otros) acerca de la bulimia, anorexia y obesidad y su relación con la auto aceptación y la aceptación entre pares.

En plenaria, se comparte la información y con la guía del docente se reflexiona sobre las causas de la bulimia, anorexia y obesidad y sus efectos en la vivencia de la afectividad y la sexualidad integral en las y los adolescentes. Para tal propósito se puede utilizar la figura de un árbol con sus raíces, tronco y follaje. Con el aporte de todos (escritas en fichas) en el tronco se coloca la palabra bulimia, anorexia u obesidad. En las raíces se colocan las causas y en las hojas o follaje los efectos.

En subgrupos analizan en anuncios publicitarios de periódicos, medios de comunicación, revistas, internet, entre otros recursos, ¿cómo se percibe la imagen de hombres y mujeres? y ¿cómo afecta la autoimagen de la persona y la vivencia de la sexualidad? En una plenaria, los subgrupos presentan sus conclusiones.

SEMANA 7:

Guía de Estudio

La orientación sexual es una atracción emocional, romántica, sexual o afectiva duradera hacia otros. La orientación sexual existe a lo largo de la vida y va desde la heterosexualidad exclusiva hasta la homosexualidad exclusiva e incluye diversas formas de bisexualidad. A las personas con una orientación homosexual se las denomina a veces gay (tanto hombres como mujeres) o lesbianas (sólo a las mujeres). La orientación sexual es diferente de la conducta sexual porque se refiere a los sentimientos y al concepto de uno mismo. Las personas pueden o no expresar su orientación sexual en sus conductas. Para la mayoría de las personas, la orientación sexual surge a principios de la adolescencia sin ninguna experiencia sexual previa. Si bien podemos elegir actuar de acuerdo con nuestros sentimientos, los psicólogos no consideran la orientación sexual una elección consciente que pueda cambiarse voluntariamente (Asociación Americana de Psicología, s.f.). El Transgénero es aquel hombre o mujer que manifiesta el estado de la identidad de género de sí mismo/a, es decir, auto identificación como hombre, mujer, ambos o ninguno. (Red de Desarrollo Sostenible de Nicaragua, 2011)

Actividad 7): Entendiendo la identidad psicosocial y su relación con la autoestima y la orientación sexual

En subgrupos, el estudiantado analiza el concepto de autoestima y el papel de ésta en la construcción de la orientación sexual. Para ello, previamente el o la docente elaborará unas preguntas guías tales como:

- ¿Qué es orientación sexual?
- ¿Cómo se vive?
- ¿Cuáles son las creencias, cuáles los prejuicios, los temores?
- ¿Qué tiene que ver la autoestima con la orientación sexual?

En plenaria, con la guía del o la docente se discuten los resultados del trabajo en los subgrupos. Además, se analizan las fobias que surgen alrededor del tema, tales como la homofobia (odio a la homosexualidad y homosexuales) y se realizan comparaciones con otros odios como la xenofobia (odio a los extranjeros) y se hace un proceso de reflexión con respecto al impacto en la autoestima de las personas que sufren por estas actitudes.

Para desarrollar esta estrategia pedagógica si las condiciones se prestan se puede implementar el ejercicio “un día en la vida” y que en subgrupos se imaginen como homosexuales, o migrantes y que intenten “ponerse en los zapatos” de una persona homosexual y experimenten los efectos de la homofobia como comportamiento contrario al respeto debido a toda persona humana. La guía docente introduce los conceptos de la hemofilia y heterofilia (respeto por la orientación homosexual y la orientación heterosexual).

SEMANA 8 :

Guía de Estudio

Efectos de la tolerancia hacia la diversidad. Diversidad sexual es un término que se utiliza para referirse a la diversidad dentro de la orientación sexual. Todas las personas tenemos derecho a elegir nuestra orientación a la hora de relacionarnos sexualmente. La manera que elegimos no es algo rígido ni permanente a lo largo de nuestra vida, sino algo dinámico y cambiante que se transforma igual que nos transformamos como personas. La intolerancia tiene su fundamento en todo aquello que se considere diferente, y con este argumento se justifica la discriminación, que a veces toma forma de rechazo, maltrato y humillación. (Diz, 2014)

Actividad 8: Responder el siguiente cuestionario

Nº	PROPOSICION	Escribir V si es Verdadera, o F si es Falsa
1	La homosexualidad es un vicio.	
2	Se sabe que una mujer es lesbiana porque son “marimachos”.	
3	Todos los gays son afeminados.	
4	El hecho de tener una relación sexual o fantasías con una persona de tu mismo sexo significa que eres gay o lesbiana.	
5	Un gay/lesbiana siempre desea sexualmente a sus amigos del mismo sexo.	
6	Todos los gays y todas las lesbianas son personas promiscuas.	
7	Algunas personas se hacen homosexuales porque tienen dificultades para establecer relaciones con personas del otro sexo.	
8	La persona homosexual desea cambiar de sexo.	
9	La homosexualidad es una enfermedad y se puede curar sometiéndose a tratamiento médico o psicológico.	
10	Antes había menos gays y lesbianas que ahora.	
11	Si aceptamos a los gays y las lesbianas, habrá más que ahora.	
12	Una persona que quiera dejar de ser homosexual puede hacerlo si realmente quiere.	

Desarrollo:

Empezamos formando grupos de cuatro o cinco estudiantes y cada grupo debe elegir un portavoz. Se les pide que comenten y anoten las reflexiones en torno a cada una de las respuestas dadas en el cuadro de arriba, explicando si están de acuerdo o en desacuerdo y por qué. Se realiza una ronda de intervenciones sobre cada una de las afirmaciones. El profesorado realizará las aclaraciones que crea oportunas.

TRABAJO EXTRA CLASE

Primer Periodo							
#	Nombre	Portada	Cumple especificaciones	Trabajo Completo	Gráficos	Bibliografía	Total
		5pts	5pts	5pts	5pts	5pts	Nota 5%
1							
2							

1. Buscar información acerca de los conceptos de bulimia, anorexia nerviosa, vigorexia, megarexia y obesidad.
2. Enumerar los prejuicios y valores distorsionados que existen sobre los desórdenes alimenticios.
3. Señalar las consecuencias que generan estas enfermedades en las personas que las padecen.
4. Ilustrar.

Se entregará con portada, en hojas aparte

II TRIMESTRE

Mitos sobre la vivencia sexual

RETOS A ENFRENTAR:

- Se estará en capacidad de reconocer y enfrentar distintos mitos en relación con el placer y la vivencia de la afectividad y la sexualidad integral.
- Podrán identificar los síntomas de violencia en las relaciones afectivas y prevenirlas mediante prácticas para establecer adecuadas relaciones afectivas.

Da tu primer paso ahora. No es necesario que veas
el camino completo, pero da tu primer paso.

El resto irá apareciendo a medida que camines

Martin Luther, Jr.

1. Relaciones de afectividad y sexualidad integral con ternura y sin violencia

SEMANA 1

Guía de Estudio:

Mitos asociados a la vivencia del deseo y formas de satisfacer el placer en hombres y mujeres. Los mitos son creencias no sustentadas en hechos reales sino en costumbres culturales que se caracterizan por ser invulnerable a las pruebas racionales que lo desmienten. En el ámbito de la sexualidad, tienen el efecto de que las víctimas suelen quedar atrapadas en medio de un consenso social que las culpabiliza y les impide ser conscientes de sus derechos y del modo en que están siendo vulnerados. Los mitos en general cumplen tres funciones: 1. Culpabilizan a la víctima (mitos acerca de la provocación, el masoquismo, etc.). 2. Naturalizan la violencia (“el matrimonio es así”, “los celos son el condimento del amor”). 3. Impiden a la víctima salir de la situación (mitos acerca de la familia, el amor, la abnegación, la maternidad, etc.).

A las mujeres no les gusta iniciar el encuentro sexual. El estereotipo de que los hombres suelen ser los iniciadores sexuales puede no ser totalmente exacto. Bergner encontró que el sexo femenino es sexualmente más agresivo que el masculino, y que este estereotipo puede ser simplemente el resultado de nuestra cultura. Que puede tener mucho que ver con el hecho de que estamos más receptivos a la iniciación sexual masculina. (Bergner, 2013)

Actividad 1: Falsas creencias sobre la sexualidad.

- 1 Casi todas las/os adolescentes han tenido relaciones sexuales antes de los 19 años.
- 2 Para tener relaciones sexuales es necesario estar enamorada/o.
- 3 Una mujer nunca debe tomar la iniciativa en la relación sexual.
- 4 Una vez que un hombre se ha excitado y tiene una erección, debe continuar hasta conseguir la eyaculación y el orgasmo, porque puede ser perjudicial si no lo hace.
- 5 Se puede disfrutar del sexo sin practicar el coito.
- 6 Antes había menos gays y lesbianas que ahora.
- 7 Con el condón se siente menos.
- 8 Una mujer adulta debe tener el orgasmo durante la penetración.
- 9 Una chica no puede quedar embarazada si ha tenido una sola relación sexual con coito.

10 El alcohol y la marihuana son estimulantes sexuales.

11 Una chica siempre puede saber o determinar con bastante exactitud los períodos de su ciclo menstrual en los que no puede quedarse embarazada.

12 El orgasmo es más placentero si ambas personas llegan a la vez.

13 Un hombre con un pene grande es más potente sexualmente que uno con pene pequeño.

14 Si una persona que tiene pareja se masturba, significa que tiene problemas sexuales.

15 En el caso de chicas y chicos que han sido o son víctimas de abuso sexual, éste ha sido realizado generalmente por extraños.

16 Es incómodo relacionarse con personas homosexuales si eres de su mismo sexo puesto que tratarán de ligarte.

Desarrollo:

1. Se entrega a cada alumna y a cada alumno dos tarjetas, una roja y otra verde.
2. Durante cinco minutos leen individualmente y en silencio las frases del recuadro.
3. Se pasa al análisis y debate de cada una de las frases; para ello se utilizará la siguiente dinámica:
 - a) Se lee en voz alta una frase y se pide que, si están de acuerdo con la afirmación, levanten la tarjeta verde y, si están en desacuerdo, la tarjeta roja.
 - b) Después de cada frase, se les va preguntando, por qué sí o por qué no, de forma aleatoria entre el alumnado (para evitar que siempre respondan las mismas personas).
4. Al final, si hay tiempo, puede haber un debate abierto sobre el desarrollo de la sesión o sobre los propios mitos.

SEMANA 2

Guía de estudio

Síntomas de violencia y dominación de estas prácticas. Hablamos de violencia doméstica cuando una persona trata de controlar y de ejercer poder sobre su pareja en el contexto de una relación sentimental. En la mayoría de los casos, los maltratadores son varones y las víctimas, mujeres, aunque también puede ser al revés. Pueden darse diferentes tipos de abuso: físico, emocional, sexual o financiero.

El abuso físico es, posiblemente, la forma más reconocible de abuso. Puede ocasionar daños físicos, y en algunos casos, poner la vida en juego. No siempre deja cicatrices u otras huellas visibles. No se debe minimizar o justificar el abuso físico. El abuso emocional constituye un modo altamente eficaz de establecer un desequilibrio de poder dentro de una relación. A menudo es invisible o intangible para cualquier persona externa. El abuso emocional es tan perjudicial como la violencia física. Cuando existe una dinámica de control y abuso dentro de una relación sentimental, la probabilidad de que haya coacción y abuso sexual es alta. El abuso sexual es

cualquier actividad sexual entre dos o más personas sin consentimiento de una o varias de ellas. Puede producirse entre adultos, de un adulto a un menor o incluso entre menores. Incluye cualquier tipo de penetración de órganos genitales en contra de la voluntad o aprovechando la incapacidad de un menor o persona adulta para comprender ciertos actos, también se incluye el inducir u obligar a tocar los órganos genitales del abusador. Comprende, además, cualquier acción que incite a presenciar contenido sexual impropio (observar desnudo a alguien mientras mantiene relaciones sexuales con otras personas, ver material pornográfico o asistir a conversaciones de contenido sexual, por ejemplo).

Actividad 2: Identificando las manifestaciones y situaciones de violencia. Se organiza una reflexión grupal que permita identificar, analizar y buscar aprendizajes prácticos respecto a los puntos siguientes:

- ¿Por qué se utiliza el cuerpo de la mujer para anunciar productos. Es esta acción una forma de violencia?
- ¿Es la banalización de la sexualidad humana, interpretada de manera reductiva y empobrecida y relacionada únicamente con el cuerpo y el placer egoísta, una forma de violencia?
- ¿Cómo se presenta en ciertas canciones la forma de galantear y seducir a la mujer?
- ¿Hay factores de control y poder sobre el cuerpo de la mujer y del hombre?

Mediante un conversatorio, lluvia de ideas u otras técnicas, el estudiantado reflexiona para generar propuestas que ayuden a enfrentar, manejar o eliminar las concepciones erróneas asociadas a la forma en que satisface el deseo y el placer según el género.

SEMANA 3 :

Guía de Estudio

Violencia y dominación patrimonial: No sólo los golpes y las agresiones verbales son violencia. El abuso económico no es inofensivo, es una agresión que transgrede el derecho fundamental a la subsistencia. La violencia económica es una forma de violencia doméstica, donde el abusador controla todo lo que ingresa sin importarle quién lo haya ganado, manipula el dinero, dirige, y es el dueño absoluto de todos los bienes. Es un delito que afecta a numerosas personas

El agresor es el proveedor por excelencia. En la casa no falta nada, el refrigerador lleno, todos los servicios pagados... pero TODO es de él. Controla cada peso, supervisa todos los gastos, no le da efectivo a su pareja y amenaza con quitarle todo a su pareja, incluyendo los hijos, si ésta o éste no realiza sus caprichos y fantasías, cualesquiera que fueran.

Actividad 3: Obra teatral. Se organiza la clase en tres o cuatro grupos y cada grupo realizará una obra de teatro en donde los personajes serán: Una pareja de novios o esposos, en donde uno de ellos, el hombre o la mujer, ejerce el poder económico dominante y la otra parte, es la dependiente. Alguien ejerce el papel de hijo/a o hijos/as, igualmente dependiente/s. También existe alguien que representa la amistad de la parte dependiente y que da consejos que tienden a eliminar la dominación económica.

El **desarrollo** de la obra consiste en mostrar el poder dominante de quien tiene el control económico o patrimonial y la posición sumisa y en ocasiones hasta de rebeldía de quien está en posición dependiente. Los grupos hacen una representación y al final existe debate de opiniones sobre la obra. El docente al final saca algunas conclusiones pertinentes y que tiendan a mostrar lo nocivo de este tipo de relación.

SEMANA 4:

Guía de Estudio

La Violencia y dominación sexual afecta a millones de personas en todo el planeta. Este tipo de violencia puede ser utilizado para humillar, castigar, controlar, vulnerar, atemorizar y destruir. Los perpetradores a menudo son quienes supuestamente deben dar seguridad doméstica y social. La violencia sexual incluye violaciones, abusos sexuales y explotación sexual.

La violación implica el uso de la fuerza, amenazas o coacciones. Cualquier penetración no consentida se considera violación. Los forcejeos que no acaban en penetración se consideran intentos de violación. La explotación sexual es abusar de una posición de vulnerabilidad, de poder o de confianza para fines sexuales. Incluye la prostitución forzada, la esclavitud sexual y el sexo transaccional (intercambio de favores sexuales por protección, alimentos o dinero). Es muy común la violencia o dominación sexual entre los esposos o parejas constituidas de hecho.

Actividad 4: “El caso de la Señora C. refiere una situación bastante común. Ella nos consultó por un problema alimentario de su cuarto hijo de 6 años, es revelador. La consulta revela la existencia de un importante conflicto de pareja, caracterizado por una descalificación mutua permanente, así como por una casi ausencia de vida sexual. Durante la entrevista con cada uno de los padres separadamente, la madre nos confía que fue “abandonada” por su propia madre cuando tenía 1 año (carencia afectiva y traumatismo de la separación) y confiada a un orfanato dirigido por religiosas, “donde fui feliz gracias a su cariño” -nos dice la señora C.

Allí permaneció hasta sus 8 años y luego fue retirada por su madre para hacerse cargo de sus hermanos y hermanastros menores (reconocida como objeto). Un año después vuelve nuevamente al orfanato porque la madre había decidido separarse de su concubino, personaje tan violento y alcohólico como el propio padre de C. Pasados apenas dos años la madre la retira nuevamente del orfanato porque ha decidido rehacer su vida con el primer marido, es decir, el padre de C.

Poco tiempo después, apenas cumplidos sus 11 años, el padre decide iniciar su “educación sexual”, manteniendo relaciones con la joven C., más o menos una vez por semana, durante alrededor de 5 años, a vista y paciencia de la madre. A los 16 años encuentra a su marido actual quien la salva de situación. El padre se “consuela” “educando sexualmente” a otra de las hermanas de C. (padre despótico dueño de sus hijas y con derecho a hacer lo que le viene en gana). La familia de C. vive un destino de incesto. Hace algunos meses, su suegro se ha permitido ciertos

comportamientos incestuosos con una de las hijas mayores de C. Comentando el comportamiento de su suegro, C. dice comprenderlo, haberlo perdonado, aunque reprocha a su marido de no haberse mostrado más firme con su padre.” (Serrano y Serrano, 1999)

Desarrollo:

Cada alumno lee detenidamente y en forma individual el “Caso de la Señora C.” Pasado un tiempo prudencial determinado por el docente, éste inicia preguntando en forma individual “el parecer” sobre lo leído, para luego terminar en un conversatorio sobre este tipo de agresión. Al final se debe sacar una conclusión que sirva para terminar con este tipo de violencia y que señale cuál debe ser la actitud, a lo inmediato, cuando esta situación se pueda presentar en nuestras vidas o en las de un/a conocido/a.

SEMANA 5 :

Guía de Estudio

Violencia y dominación emocional: Este tipo de violencia está muy ligada a la verbal, aunque no es exclusiva de ella pues también se puede manifestar con acciones y actitudes. Sin embargo la podríamos resumir como cualquier acto que tenga como fin humillarte o ejercer un control sobre ti, lo que puede generar que te sientas angustiada, insegura o hasta amenazada. Este tipo de violencia se genera a partir de la intimidación, amenazas, manipulación, acusaciones falsas, vigilancia, persecución o aislamiento. (Gobierno del Estado de Aguascalientes, s.f.)

En particular, maltrato emocional (o psicológico) es muy común pero difícil de diagnosticar. Esto se debe a que no deja huellas visibles, como el maltrato físico, por ejemplo. Esto incluye amenazar la integridad física de la víctima y de la gente cercana a ella, controlar su libertad o aislarla. Frecuentemente, este tipo de maltrato se presenta antes o simultáneamente a abusos de otro tipo, como el físico o el sexual. (Carlson y otros, 2002)

Actividad 5: Recopilación de historias de agresiones emocionales. Buscar en periódicos, revistas y demás información de maltratos emocionales, incluyendo gráficas y exponerlas en el aula. Pueden mencionarse incluso experiencias de abuso que se hayan sufrido en carne propia, o que se conozcan de segundos y terceros, siempre y cuando se guarde el anonimato de esas personas.

En el cuaderno cada estudiante debe escribir al menos 5 recomendaciones que sirvan para evitar o contrarrestar el abuso o la violencia emocional, para luego exponerlas en el aula. El docente escribirá en la pizarra aquellas que considere son ideas muy importantes, y una vez escritas éstas serán motivo de discusión y debate.

SEMANA 6 :

Guía de Estudio

Violencia y dominación física. El abuso físico, es una forma de violencia intrafamiliar y puede empezar con un empujón o un pellizco. Nunca se puede justificar, ni se debe tolerar. La persona que usa la agresión física para lograr sus objetivos, puede acabar destruyendo a su pareja o a sus hijos. Generalmente nos asusta descubrir síntomas de violencia en nuestra relación de pareja y tendemos a negarla o a quitarle importancia. Pero una vez que se inicia el abuso físico, se incrementa y se mantiene con facilidad.

Cuando empezamos a utilizar la violencia física, para controlar a una persona o cuando permitimos que la utilicen con nosotros, puede volverse parte “normal” de nuestra vida. Para hablar de violencia o abuso físico, no es necesario que la persona a la que golpean resulte herida de gravedad, ni que se de todos los días. Tampoco es un problema que se da, sólo en ciertas clases sociales o en personas con poca educación. Se considera violencia, cualquier tipo de agresión, que no sea accidental, en la que se usa la fuerza física. Esta agresión puede ser con un objeto, arma, sustancia o con alguna parte del cuerpo (pies, puños, etc.) y abarca desde un empujón o golpe con la mano abierta, hasta cualquier lesión que cause incapacidad o muerte.

Actividad 6: Analizando las noticias como informadoras y promotoras de violencia

Organice subgrupos y entrégueles periódicos para que busquen y recorten noticias de violencia. Responden luego, basadas en las informaciones noticiosas, las siguientes preguntas:

- ¿Dónde se dan esas situaciones de violencia y quiénes son las personas agresoras?
- ¿Cuál es la valoración personal de cada una de estas situaciones y de las personas agresoras?

Cada subgrupo redacta además preguntas de análisis que le surgen a raíz del impacto de las noticias. Cada subgrupo presenta las noticias con las respectivas preguntas de análisis y su posición al respecto.

En sesión grupal se reflexiona respecto a los noticieros de radio, televisión, prensa escrita, internet

- ¿Contribuyen estas noticias a disminuir o a incrementar la violencia?
- ¿Qué noticias ofrecen de los centros educativos?
- ¿Qué tipos de violencia en los centros educativos se reflejan en las noticias?
- ¿Qué tipo de violencia se refleja en nuestra clase?
- ¿Hay violencia en su comunidad, qué se puede hacer al respecto?
- ¿Cuál es el rol del adolescente en relación a la violencia?

Al final se prepara un listado de opciones para lograr relaciones saludables y disminuir la violencia en el centro educativo. Con éstas como insumos se sugiere elaborar un noticiero positivo y de relaciones de convivencia en el marco de la afectividad y sexualidad integral en las relaciones de las y los adolescentes.

SEMANA 7:

Guía de Estudio

Prevención de la violencia por medio del instinto de ternura. Existe un exceso de violencia a la que asistimos de manera continuada todos los días. El maltrato, la falta de atención y la tristeza que estas situaciones producen lleva con frecuencia al suicidio. Además, los médicos se encuentran con las barreras impuestas por los propios afectados que tienen miedo a denunciar estos casos. ¿Soluciones? Sin duda, la mejor arma es la ternura. Y está demostrado que los niños que reciben más muestras de ternura de sus padres son los menos violentos. Habrá que promover entonces una campaña, diciendo a los padres: ¿Ha abrazado usted hoy a su hijo? (Sánchez-Ocaña, 2012)

De todos los afectos reprimidos, la ternura es uno de que más le cuesta expresar al hombre. Por el contrario, ser frío, duro, insensible, parecen ser rasgos naturalmente asociados a la virilidad masculina. La ternura califica a la mujer y descalifica al hombre. El vocablo ternura, como sustantivo viene del latín teneritia y evoca la idea de algo blando, privado de dureza y rigidez. Y como adjetivo tendere, significa “extenderse hacia”, proyectarse. Por lo tanto, la ternura es la forma en que nos volcamos hacia el otro (llámese, hijo, esposa, familiar o amigo). Abrir los compartimientos emocionales del hombre es mucho más que abrirse al intercambio de roles. Cambiar pañales no es cambiar de paradigma. Es necesario cambiar desde ya el rol machista que impide al hombre humanizarse a través de la ternura. (Galli, s.f.)

Actividad 7: El Abrazo Salvador: Un relato verídico de la enfermera Gayle Kasparian.

Leer el siguiente relato con mucha atención y en forma individual:

Recuerdo aquel 17 de octubre de 1995, amaneció lloviendo en la ciudad de Worcester (Massachusetts). El tiempo olía a otoño y a hojas caídas. Ese día me asignaron en la unidad de cuidados intensivos neonatal. Trajeron a dos hermanas gemelas de tan sólo 28 semanas de gestación. Kyrie de 980 gr y Brielle de 900 gr. Colocamos a cada una de las niñas en una incubadora y comenzamos con los cuidados habituales. Por entonces todos los bebés nacidos de partos múltiples se mantenían separados para prevenir infecciones. Terminé el turno y allí quedaron las pequeñas alejadas una de la otra a un par de metros de distancia. Casualmente volví a esa unidad unas tres semanas más tarde. Allí seguían las gemelas, las hermanas Jackson. Kyrie mantenía sus constantes estables, una curva de peso ascendente y un hermoso color sonrosado.

Sin embargo su hermana apenas ganaba peso, presentaba dificultad respiratoria, problemas cardiacos y una coloración pálida que no gustaba a nadie. Sabíamos que el estado de la Brielle era bastante frágil. Los doctores no daban muchas, por no decir ninguna, esperanzas de vida a esa niña. De repente la pequeña Brielle empeoró. Parece que estoy viendo el rostro de la madre, Heidi, asustada con las manos en la cara, contemplando a su hija. Su bebe respiraba con dificultad, inspiraciones profundas e irregulares, gasping. Los niveles de oxígeno descendían de forma alarmante, los músculos se contraían, una taquicardia grave disparó la alarma de la incubadora. Empecé a aspirarle, apenas había secreciones. Comprobé el pulxiosímetro que medía el oxígeno en sangre, funcionaba correctamente. Los bracitos de la niña y sus delgadas piernecillas iban tomando un preocupante color azulado, cianótico. Aumente el nivel de oxígeno en la incubadora. Nada. Nada. ¿Qué hago? Me preguntaba sin cesar. De pronto, recordé las palabras de un compañero hablándome de una práctica común en Europa, desconocida en América. Poner juntos a los hermanos, los prematuros, en la misma incubadora compartiendo la misma manta. Pero yo estaba sola. La supervisora había salido a una conferencia. No podía tomar decisiones de ese calibre sin consultarlo. Me arriesgué. Había que estar allí viendo el llanto de la madre convencida de la inminente muerte de su hija. Entonces le ofrecí esa única idea. Déjame intentar poner a Brielle con su hermana para ver si eso ayuda -dije en un intento exasperado-. ¡No sé qué más puedo hacer! Movi6 la cabeza de arriba a abajo. Tomé a la pequeña con cuidado y la deposité junto a su gemela. Acurrucada. Bajé la puerta de la incubadora transparente y nos quedamos mirando. No salía de mi asombro. El cambio fue inmediato. La pequeña se calmó enseguida, relajada junto al calor de su hermana. La madre me abrazó. Contemplaba asombrada los niveles de saturación de oxígeno. ¡Un 100%! El corazón se estabilizó y su cuerpecito fue tomando poco a poco el dulce color sonrosado de su hermana Kyrie. Al día siguiente una compañera al coger el turno de la mañana descubrió el pequeño milagro. Esta magnífica fotografía, la instantánea que ha dado la vuelta al mundo. Por la noche mientras todos dormían Kyrie abrazó a su hermana Brielle con su abrazo salvador. Curiosamente la conferencia a la que había asistido la supervisora era sobre el Co-bedding, que consistía en poner a los prematuros juntos en la misma cama. Cuando al día siguiente contempló la maravillosa escena de las gemelas se sorprendió gratamente. En ese instante todas supimos que esa práctica formaría parte de los protocolos desde esa misma mañana. Han pasado muchos años. Sigo pensando en ellas. Hoy son dos hermosas adolescentes que no se han separado la una de la otra ni un solo día de sus vidas. (Calero, 2013)

El o la docente inician con preguntas que los y las estudiantes responden, a través de un análisis crítico, las interrogantes formuladas:

- ¿Cómo se explica que la cercanía de las bebés haya permitido la recuperación súbita de la más débil y destinada clínicamente a fallecer?
- ¿Está el ser humano, independientemente de su sexo, dado a expresar por naturaleza sentimientos de amor, de afecto y ternura?
- ¿Cuáles pueden ser las causas para que en algún momento del crecimiento físico y espiritual de una persona ésta deje de mostrar sentimientos de ternura?
- ¿Por qué el hecho de abrazar a alguien significa por lo regular un gesto de aprecio, solidaridad y afecto?
- ¿Debe el hombre abrirse hacia las muestras de ternura sin que ello signifique un menoscabo a su masculinidad, o esa manifestación es propia de las mujeres?

SEMANA 8 :

Guía de Estudio

Promoción de las responsabilidades compartidas en las tareas domésticas y comunitarias como forma de incentivar la madurez emocional, responsabilidad y el autocontrol.

Cuando los esposos ayudan en las tareas domésticas después de la jornada laboral, si ambos cónyuges trabajan, se facilita la recuperación emocional y física de ellos y se disfruta mejor del tiempo de ocio. (Eastern Group Publications, 2011)

Las responsabilidades distribuidas tanto en la comunidad como en casa, según expertos, desarrolla virtudes de autonomía, compromiso y autoestima en los hijos.

Los especialistas en familia aconsejan delegar planes de rotación para algunos trabajos, como lavar los platos después de la comida o sacar la bolsa de la basura. Hoy en día la pareja se ve en la necesidad que ambos trabajen esto implica que deban compartir los roles. No es que los valores hayan cambiado, sino que la transformación socioeconómica cambió y obligó a que se modificarán los roles. Es necesario hablar sobre el tema, decidir qué hace cada uno y ser muy consciente del trabajo que hace el otro. Lograr la colaboración conjunta es una acción que se aprende desde niños, pues en casa se empiezan a asumir las responsabilidades. (Ruiz, 2011).

Actividad 8: Obra de teatro

Personajes:

Mamá: chofer de bus

Papá: Desempleado

Hijos: 3 hijos (4 años, 7 años, 9 años)

Desarrollo:

Existe cambio de roles. El hombre realiza las actividades propias de la mujer de las llamadas “ama de casa”, y la mujer se comporta como un hombre machista, que sale al trabajo, sale de fiesta con sus compañeros y que regresa a la casa a escuchar las quejas de su esposo e hijos.

Al final de la obra se hace un conversatorio acerca de la obra. El docente o moderador hace preguntas sobre la misma, tratando de descubrir el parecer de los estudiantes y luego se sacan conclusiones que muestren como sería lo correcto para que el hogar marche sin problemas, con armonía y en donde todos colaboren por igual en los quehaceres del hogar.

TRABAJO EXTRA CLASE

Primer Periodo							
#	Nombre	Portada	Cumple especificaciones	Trabajo Completo	Gráficos	Bibliografía	Total
		5pts	5pts	5pts	5pts	5pts	Nota 5%
1							
2							

1. Defina cada uno de los tipos de violencia que existen?
 - a) Sexual
 - b) Emocional
 - c) Físico
 - d) Económico
2. Investigar sobre las causas de la violencia en el hogar, en el colegio y en la comunidad.
3. ¿Qué medidas se deben tomar para evitar o prevenir estos casos de violencia en el hogar en el colegio y en la comunidad?
4. Ilustrar

Se entregará con portada, en hojas aparte

III TRIMESTRE

Efectos del entorno familiar y social en el desarrollo de la persona y su sexualidad

RETOS A ENFRENTAR:

- Identificar situaciones de riesgo para la vivencia de la sexualidad
- Contar con criterios y valores, conocimientos, habilidades y destrezas para prevenir y enfrentar las situaciones de riesgos.
- Analizar los distintos factores que inciden en embarazos tempranos
- Tomar decisiones responsables en relación con la maternidad o paternidad

*La sexualidad no es distracción o actividad
de medio tiempo. Es una forma de ser.*

Alexander Lowen

1. Reconociendo y enfrentando las consecuencias del placer sin vínculo y sin responsabilidad

SEMANA 1

Guía de Estudio:

Paternidad y maternidad responsables. Desde un punto de vista biológico, la paternidad es la relación que existe entre un padre y sus hijos. Por otra parte, la maternidad es el proceso que contempla la época de gestación, nacimiento de la nueva persona, cuidados posteriores, atención y ayuda al nacido. Incluye la concepción, embarazo, parto, crianza y desarrollo. La maternidad y paternidad responsable debe implicar obligadamente un equilibrio en los padres de familia, toda vez que la responsabilidad de los hogares no corresponde sólo a uno de los géneros.

La división del trabajo al interior de las familias determina los distintos roles y responsabilidades para hombres y mujeres, tradicionalmente en la mujer recae la crianza de los hijos y las tareas asociadas a las labores domésticas, aspecto que en muchas ocasiones va acompañado con su incorporación en el mercado de trabajo. (Alejandro, 2014)

Actividad 1: Identificando las responsabilidades para el ejercicio de la maternidad y paternidad responsable y segura.

La persona docente con anterioridad prepara “casos” de personas que asumen o enfrentan el ejercicio de la maternidad y paternidad responsable y segura. Asigna a cada subgrupo un caso para que identifique y analice las diferentes formas para asumir un rol o papel determinado como madre o como padre. Se destacan los factores culturales que impiden y/o incitan a asumir o no las decisiones adecuadas frente a la paternidad y maternidad. Entre ellos, estereotipos, mitos tales como “las mujeres son las que tienen que cuidarse, ellas se embarazan”, Agregue los mitos que considere oportunos y contextualizados a la realidad de las y los estudiantes.

Cada subgrupo definirá la forma que considere más apropiada para exponer su caso y las conclusiones a las que llegaron, mediante: dramatización, dibujos, escultura, canciones, frases, poesías, música, entre otros. Al final de las presentaciones el docente guiará a todo el grupo en una reflexión general y puntualizará los aprendizajes logrados con el aporte de todo el grupo.

Guía de Estudio

Factores de riesgo para un embarazo no deseado. Los embarazos son cosa de dos: hombres y mujeres. Hay que descartar la idea, por supuesto errónea, de que el embarazo no deseado es sólo responsabilidad de la mujer, ya que para que haya concepción ha de haber un hombre. Existen una serie de factores de riesgo que predisponen a ciertas chicas a tener mayores posibilidades de quedarse embarazadas sin desearlo. Los embarazos no deseados son más frecuentes en chicas que previamente ya han tenido un embarazo no deseado, que tienen o han tenido enfermedades de transmisión sexual, son adictas al alcohol o las drogas, tienen problemas mentales o provienen de familias con antecedentes de malos tratos, alcoholismo, etc.

Generalmente las madres adolescentes son personas que al final se hacen cargo solas de los hijos porque la relación con el padre del niño no suele estar plenamente establecida ni es sólida como para sobrellevar una situación tan delicada e importante como la maternidad. En algunos casos las adolescentes implican a la familia para que se hagan cargo de los críos y así ellas poder continuar estudiando o para dejar los estudios y ponerse a trabajar en lo primero que encuentren, lo que sin duda, limita sus oportunidades de futuro. Un embarazo en la adolescencia frena la evolución de las jóvenes como personas ya que ellas mismas son personas que se están convirtiendo en adultas y que necesitan una cierta libertad para completar esta etapa de la vida. Por otra parte, la educación que estas madres adolescentes puedan ofrecer a sus hijos tampoco suele ser la más adecuada ya que ellas mismas no han tenido la oportunidad de formarse. (Terra Networks,s.f.)

Actividad 2: El hombre embarazado.

Se sugiere discutir alrededor de la pregunta: ¿Se “embaraza” un hombre?, visto desde la responsabilidad que debe asumir al embarazar a una mujer. Este es un tema que puede permitir que las y los estudiantes realicen una encuesta o sondeo de opinión con la pregunta ¿se “embaraza” un hombre?

O bien una dramatización o el montaje de una obra de teatro que pueden representar con un título ¡el hombre embarazado! o ¡embaracé a mi novio!

Finalice esta estrategia promoviendo el análisis del papel y responsabilidad del hombre en la salud reproductiva, los factores de riesgo y situaciones de vulnerabilidad, desde los valores, las creencias, actitudes, pensamientos de las comunidades, familias y colegios.

Guía de Estudio

Abuso sexual. Incesto. El abuso sexual es otra forma de violencia de género y abuso de poder, la peor de todas, especialmente cuando se manifiesta sobre niñas y adolescentes. Un abuso de poder que marcará su vida, especialmente cuando el abuso se convierte en violación y proviene de los padres o bien entre hermanos. El abusador/violador se refugia en el secreto, que le protege y le permite repetir la misma actuación con otros menores de la familia. Porque aunque sea descubierto por algún otro miembro de la unidad familiar, el hecho de hacerlo público es tan espantoso que generalmente callan para proteger la imagen de la familia. Esta ley del silencio agudiza los efectos y las consecuencias que la víctima sufrirá durante gran parte de su vida.

La principal medida que debe tomar la persona abusada consiste en desenmascarar al agresor, enfrentándolo, rompiendo el silencio, denunciando su violencia o hablando con otros miembros de la familia de la experiencia vivida. A veces con las hermanas, descubriendo en la mayoría de los casos que también ellas han sido abusadas.

Las acciones inmediatas a realizar por las víctimas, son las siguientes (Asociación de mujeres para la salud, s.f.):

- 1 . Aprender a verbalizar la experiencia abusiva.
- 2 . Tomar conciencia de que la experiencia es común para muchas mujeres
- 3 . Asumir la experiencia vivida, desculpabilizándose como víctima.
- 4 . Identificar las secuelas que ha dejado el incesto en su comportamiento sexual y propiciar los cambios necesarios para recuperar su sexualidad.
- 5 . Sanar el dolor, aprender a recuperar su sexualidad y a quererse a sí misma/o, desarrollando la confianza, la autoafirmación y la autoestima.
- 6 . Trabajar con el propio cuerpo para reencontrarlo, valorarlo, quererlo y sensibilizarlo positivamente.
- 7 . Elaborar su propia carta de derechos.

Actividad 3: La historia de Julia

Lea la siguiente historia en forma individual.

“Julia es ahora una mujer de 35 años, con 3 hijos, dos varones y una mujer, cada uno de progenitores diferentes. Yo soy su madre, y abuela y hermana del mayor de sus hijos. Me duele contar esta historia porque gran parte de la situación actual de mi hija se debe a que cuando ella me contó que mi pareja, el hombre con

quien vivía hace 22 años atrás, le había tocado sus senos yo no le creí, la ignoré y más bien la regañé y le dije que no aceptaba sus palabras como ciertas porque ella no quería a mi pareja y que ahora buscaba como ponerlo en mal para que yo lo rechazara. En el fondo creo que yo le creía pero, no quería aceptar la realidad, porque me parecía mentira que el hombre que yo amaba me traicionara así, tampoco quería perderlo y no quería imaginarme la vida sin su apoyo económico. Varias veces mi hija me dijo de ese abuso y recuerdo que yo siempre la rechazaba y no le prestaba atención. De pronto ella no volvió a decirme más nada y yo entendí que todo había terminado y que había terminado bien. Dos años después mi hija estaba embarazada, tenía 15 años de edad. Luego supe que el padre de mi hija era mi propia pareja y que además él mantenía relaciones de sexo con otra de mis hijas desde hacía casi 5 años. Lo corrí, nunca lo denuncié por temor a lo que diría la gente, los vecinos y mi propia familia. Desde entonces vivo con remordimientos. Mi hija se fue de la casa con un muchacho que vivía cerca y un tiempo después regresó con otro hijo en su vientre. Ahora tiene una bebé que estoy cuidando como si fuese yo su propia madre. Mi hija está presa desde hace 6 años, cumpliendo una pena por haber matado a un hombre en una riña callejera. Ella se me hizo alcohólica, anduvo en drogas y llegó hasta a dormir en las calles. A veces pienso si todo eso se hubiera evitado si yo le habría creído cuando de niña me dijo de aquel abuso.”.

Responda el siguiente cuestionario:

- ¿Por qué cree usted que se siente mal la mamá de Julia?
- ¿Cómo crees tú que vivió Julia el rechazo de su madre?, ¿Qué pensaría?, ¿Cómo se sentiría?
- ¿Crees que es común esta realidad en nuestra sociedad?
- ¿Puedes contar una historia semejante que conozcas?
- ¿Es lícito pasarlo bien sin pensar en el daño que podemos causar a los demás?

Escribe varios pensamientos y describe varios sentimientos que te deje esta historia de Julia.

El profesor puede iniciar un Debate sobre el tema del abuso sexual y del incesto, sobre cómo evitarlo, a quién recurrir en caso de que al contarlos no crean una historia semejante, sobre si vale o no la pena poner la denuncia.

SEMANA 4:

Guía de Estudio

Una conducta de riesgo. Es claro que el desarrollo adolescente puede verse perturbado por acciones del propio joven, que pueden llevar a consecuencias nocivas para su salud. Muchos de los principales problemas sanitarios del adolescente son consecuencia de comportamientos riesgosos. En cuanto a las conductas de riesgo se pueden mencionar las farmacodependencias, la conducta sexual temprana, conductas violentas, y la deserción escolar, aunque también pueden incluirse las alteraciones de las apetencias (bulimia y anorexia nerviosa). En términos de la situación de las y los adolescentes, es difícil esperar que no entren en contacto con fuentes de drogas, pero si es dable pensar que tengan destrezas para rechazarlas. En el caso del cigarrillo, el problema es a mediano o largo plazo con consecuencias tales como cáncer pulmonar. En otros riesgos la consecuencia es más inmediata, como cuando la conducta relación sexual temprana tiene como consecuencia un embarazo precoz.

Entre los factores protectores encontrados por múltiples estudios empíricos, están (Florenzano, s.f.):

- a) Una relación emocional estable por lo menos con un padre u otro adulto significativo.
- b) Redes sociales existentes tanto dentro como fuera de la familia: parientes, vecinos, profesores, religiosos, pares.
- c) Clima educativo abierto, positivo, orientador, con normas y valores claros.
- d) Modelos sociales que valoren el enfrentamiento positivo de los problemas, representados por los padres, hermanos, profesores o amigos;
- e) Actitud proactiva frente a situaciones estresantes;
- f) Experiencias de sentido y significado de la propia vida (fe, religión, ideología, coherencia valórica).

Actividad 4: Reflexionando sobre conductas de riesgo y vulnerabilidad.

Con la guía de análisis previamente elaborada, en subgrupos, las y los estudiantes escriben, identificando y analizando comportamientos y actitudes que representan riesgo o vulnerabilidad con respecto a embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual, drogas, alcoholismo, delincuencia o actos violentos y deserción estudiantil en los adolescentes. Luego en plenaria, cada subgrupo expone las actitudes y los riesgos asociados con éstos.

El docente o la docente anota en la pizarra los aspectos centrales vistos por los subgrupos y encierra aquellos puntos que él o ella considere resumen lo discutido.

SEMANA 5 :

Guía de Estudio

Desarrollo de la capacidad para decir NO (Asertividad). La Asertividad se define como la habilidad de expresar nuestros deseos de una manera amable, franca, abierta, directa y adecuada, logrando decir lo que queremos sin atentar contra los demás. Pongamos un ejemplo: Usted se sienta en un restaurante a cenar. Cuando el camarero le trae lo que ha pedido, se da cuenta de que la copa está sucia, con marcas de pintura de labios de otra persona. Usted podría:

- a) No decir nada y usar la copa sucia aunque a disgusto.
- b) Armar un gran escándalo en el local y decir al camarero que nunca volverá a ir a ese establecimiento.
- c) Llamar al camarero y pedirle que por favor le cambie la copa.

Ni a) ni b) son conductas apropiadas en esta situación si lo que pretendemos es reducir nuestro estrés. Estas formas de comportarnos nos hace a veces ineficaces para la vida social, generándonos malestar. Sin embargo, como cualquier otra conducta, es algo que se puede ir aprendiendo con la práctica. Una de las razones por la cual la gente es poco asertiva, es debido a que piensan que no tienen derecho a sus creencias, derechos u opiniones. En este sentido, el entrenamiento asertivo no consiste en convertir personas sumisas en quejicas y acusadoras, sino a enseñar que la gente tiene derecho a defender sus derechos ante situaciones que a todas luces son injustas. (García, 2013)

Actividad 5: Decir NO a las expresiones de presión

Desarrollo (PASOS A SEGUIR):

PASO 1 : Pedimos dos personas voluntarias (chico y chica, si es posible) para hacer de jueces en el juego y dividimos al resto en dos equipos.

PASO 2 : Les decimos que éste es un concurso para ver qué equipo da las mejores respuestas a las frases que los chicos o las chicas pueden decir para presionar para tener relaciones sexuales.

PASO 3 : El equipo A y el equipo B se sientan a cada lado del aula. El profesor o profesora será el animador del juego, leyendo cada frase en voz alta (Ver ficha). Después de leer la frase los equipos se reúnen y formulan una buena respuesta. El primer equipo que tenga la respuesta levantará la mano.

PASO 4 : Los dos jueces y el profesor o la profesora decidirán cuál es la mejor respuesta y el equipo obtendrá un punto. El equipo ganador es el que obtenga más puntos.

PASO 5: Para finalizar se hará un debate sobre los siguientes puntos de discusión:

Definimos entre todos qué es una frase de presión (cuando alguien te amenaza, miente, humilla o te molesta, está usando una expresión para presionarte a tener relaciones sexuales o, en general, a hacer cualquier cosa que no se desea).

- 1) ¿Qué impide dar buenas respuestas contra la presión?
- 2) ¿Qué se puede hacer si tu pareja te sigue presionando? Señala cuáles son, entre las siguientes, las mejores soluciones:
 - Decir no y repetirlo tajantemente.
 - Dar razones para decir no.
 - Tomar la ofensiva: decir cómo te está haciendo sentir la continua presión de esa persona.
 - Rehusar a seguir discutiendo el asunto. Marcharse.
- 3) ¿Es más común para las chicas o para los chicos usar frases de presión? ¿Por qué?
- 4) ¿Hay situaciones en que las frases de presión son buenas?
- 5) ¿Qué factores pueden debilitar nuestra voluntad para sucumbir finalmente a la presión?

FICHA A LEER

No	Expresión de presión
1	No se lo diré a nadie.
2	Si me quisieras, te acostarías conmigo.
3	Lo que ocurre es que eres una estrecha.
4	Esto hará más profunda nuestra relación.
5	Si no querías hacerlo, ¿para qué empezaste?
6	Vamos a tomar algo y así nos pondremos a tono.
7	No pasa nada porque hoy lo hagamos sin condón.

SEMANA 6 :

Guía de Estudio

Ley de la Persona Joven y la Convención de los Derechos de los Jóvenes.

El 8 de julio de 2013, se publicó en el diario oficial La Gaceta, la reforma a la Ley General de la Persona Joven, en la que el Movimiento Diversidad en Costa Rica considera que se aprueba la unión legal entre personas del mismo sexo. Sin embargo, hay juristas que niegan tal posibilidad, al estimar que existe legislación que no fue derogada y que impide aplicar esta ley para la unión de parejas del mismo sexo. (Solano, 2007)

La modificación aprobada por los legisladores permite que se reconozcan los derechos de quienes viven en unión de hecho, sin discriminación contraria a la dignidad humana. Con esto, se incluye a las parejas del mismo sexo, ya que según la Corte Interamericana de Derechos Humanos (CIDH) la discriminación por orientación sexual es contraria a la dignidad humana. Se están regulando las uniones de hecho de forma distinta a lo que establece el Código de Familia. “Hoy el Código establece en el artículo 242 que las uniones de hecho serán entre hombre y mujer y se está cambiando para poner que serán sin discriminación contraria a la dignidad humana (...)”. (Anónimo, 2013).

Actividad 6: Revisando derechos y responsabilidades legales.

El estudiantado, en subgrupos y con la guía del o la docente, identifica y analiza los artículos de la ley No 8261: Ley General de la Persona Joven, en donde se establecen derechos y responsabilidades en relación con la protección y prevención de conductas de riesgo.

A través de la realización de discusión en plenaria, foro, panel, entre otros, el estudiantado presentará sus conclusiones, ideas, comentarios sobre los derechos y deberes de los y las jóvenes expresados en la legislación mencionada.

SEMANA 7 :

Guía de Estudio

Estereotipos que impiden el desarrollo integral de la sexualidad. Mediante la constitución de género, la sociedad clasifica, nombra y produce las ideas dominantes de lo que deben ser y actuar los hombres y las mujeres. En esta perspectiva, mientras el sexo es una condición biológica “natural”, el género es una construcción “cultural” que se expresa en los valores, normas, instituciones, creencias, usos y costumbres en torno al rol sexual femenino y masculino. Las diferencias de género implican múltiples formas de desigualdad y falta de equidad en las relaciones entre varones y mujeres.

Se hace necesario entonces abordar el género como eje fundamental para la salud sexual, desde un enfoque integral, puesto que la salud no solo es ausencia de enfermedad sino que se concibe dentro del campo de los derechos humanos, que concierne también a los procesos reproductivos, al embarazo adolescente, el abuso y delitos sexuales, mitos y creencias sobre el origen de la homosexualidad, a la anticoncepción y al aborto, a la imaginaria popular sobre la masturbación, violencia intrafamiliar, a las llamadas infecciones de transmisión sexual para solo mencionar unos cuantos rubros que comprenden tanto al género como la sexualidad.

Actividad 7: Identificando los mitos estereotipos y estigmas relacionados con el desarrollo integral de la sexualidad.

El docente o la docente conformará subgrupos, asignándole a cada uno una tarjeta con mitos, estereotipos y estigmas acerca del desarrollo integral de la sexualidad, para que escojan algunos y discutan sobre ellos; luego cada grupo elaborará un papelógrafo, donde se colocan dos columnas: una con mitos y otra con realidades. Y se identifican actitudes que permitan contrarrestar estos mitos, estereotipos y estigmas.

En plenaria, se realiza una discusión colectiva sobre las opiniones a favor y en contra de los análisis hechos en los subgrupos.

Una persona especialista de alguna instancia de salud de la comunidad (EBAIS, clínica, familia, entre otros), previamente identificada e invitada por el o la docente o el estudiantado, brinda los aportes teóricos para desmitificar las creencias, mitos y estigmas, en las que el grupo tenga dudas.

SEMANA 8 :

Guía de Estudio

Práctica y promoción de acciones de protección contra el riesgo de enfermedades de transmisión sexual. Las enfermedades venéreas son enfermedades infecciosas que representan un riesgo oculto ya que en muchas ocasiones no presentan síntomas. Son producidas por diferentes tipos de gérmenes, como bacterias, virus y parásitos, que en su mayoría son microscópicos. Estas enfermedades se transmiten principalmente por medio del contacto sexual, pero también algunas se contagian aun en ausencia de penetración, por sexo oral, a través de agujas contaminadas, por transfusiones, o de la madre al niño a lo largo del embarazo o en el momento del parto.

El preservativo sirve para prevenir las enfermedades venéreas, sin embargo, su protección no es absoluta; además es menos efectivo en enfermedades que producen lesiones contagiosas en áreas que éste no cubre. Tal es el caso del virus del papiloma y el del herpes, de la sífilis, el chancroide, el linfogranuloma venéreo y el piojillo, entre otras. Toda persona con vida sexual se expone al riesgo de adquirir estas infecciones.

Afortunadamente, existen medidas que disminuyen el riesgo de contagio. Entre ellas se destacan:

- a) Evitar las relaciones sexuales con personas de riesgo, como prostitutas.
- b) Evitar las relaciones sexuales con desconocidos o bajo el efecto de alguna droga.
- c) Utilizar el preservativo de manera estricta, correcta y constante.
- d) Vacuna para la hepatitis B y otra para el virus del papiloma.

Es muy importante recordar que el diagnóstico es la primera parte de todo un proceso requerido para la curación o para el control de una enfermedad venérea. Así, es fundamental (Fernández, s.f.):

- a) Comenzar de inmediato el tratamiento.
- b) Tomar los medicamentos durante el tiempo indicado, aun cuando los síntomas hayan cedido.
- c) Seguir al pie de la letra los consejos del médico.
- d) Informar a todas sus parejas sexuales recientes e insistir en que vayan al médico.
- e) Evitar la actividad sexual mientras se encuentra en tratamiento por la enfermedad venérea.
- f) Hacerse pruebas de seguimiento, para asegurarse de que la enfermedad se ha tratado exitosamente.

Actividad 8: Reflexionando sobre conductas de riesgo y vulnerabilidad.

El docente debe buscar promover la reflexión y la toma de decisiones con respecto a actitudes, conductas e ideas que los hacen caer en conductas de riesgo y vulnerabilidad con respecto a embarazos e infecciones de transmisión sexual y violencia.

También es necesario destacar aspectos de autoestima en hombres que los podría hacer más vulnerables a la adicción, así como analizar porqué existe una mayor propensión en hombres que en mujeres, a partir de la reflexión sobre los valores, factores, actitudes, creencias, ideas o sentimientos que están afectando o influyendo esta situación. Finalmente, se analizan datos estadísticos veraces y confiables sobre enfermedades y muerte de hombres y mujeres en la adolescencia, y se evalúan esos datos con relación a creencias y actitudes de género.

Se recomienda la invitación de un médico o sexólogo, o profesional indicado que hable y responda dudas e inquietudes de los estudiantes acerca de estas conductas de riesgo.

TRABAJO EXTRA CLASE

Primer Periodo							
#	Nombre	Portada	Cumple especificaciones	Trabajo Completo	Gráficos	Bibliografía	Total
		5pts	5pts	5pts	5pts	5pts	Nota 5%
1							
2							

- 1 . Conocer y definir el origen y las causas de los abusos sexuales y del incesto como expresión de poder, violencia y explotación contra las mujeres.
- 2 . Investigar sobre las causas de la adicción, relaciones sexuales precoces, delincuencia y deserción estudiantil en las y los adolescentes
- 3 . ¿Qué medidas se deben tomar para evitar o prevenir estos casos de riesgo en el hogar y en el colegio?
- 4 . Ilustrar

Se entregará con portada, en hojas aparte