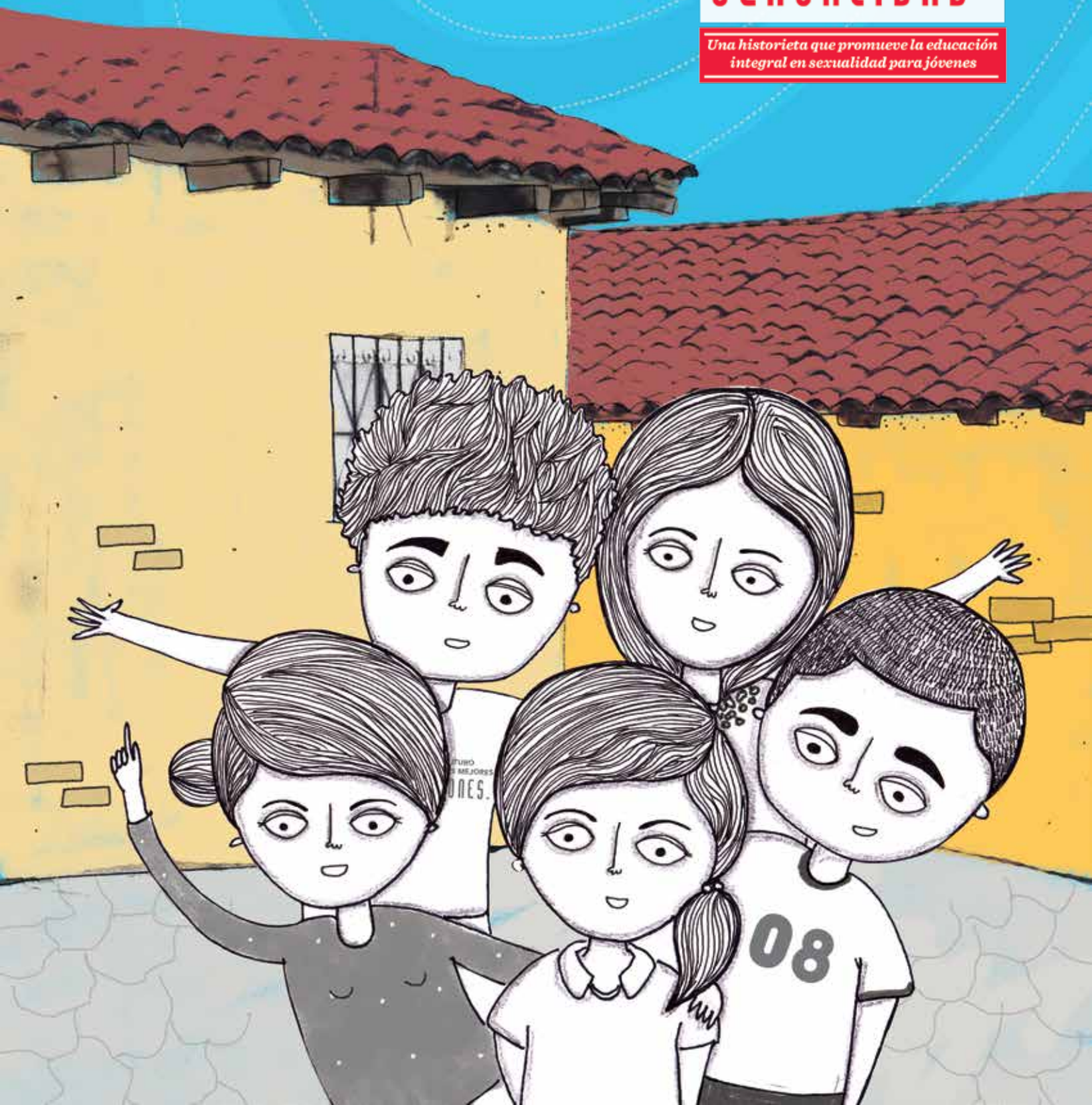


¿Qué es la SEXUALIDAD?

*Una historieta que promueve la educación
integral en sexualidad para jóvenes*





Publicado por:
Ministerio de Educación de Guatemala,
Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA),
Organización de las Naciones Unidas para la educación, la ciencia y la cultura (UNESCO).

Dirección: XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

Coordinación editorial: Cecilia Alfaro, Nelly Castillo, José Roberto Luna y Lucía Verdugo
Autoría: Carolina Naranjo
Corrección de texto: Pablo De la Vega
Diseño gráfico e ilustración: Pedro Méndez y Diana Perén

Los textos incluidos en esta publicación no reflejan necesariamente las opiniones de las Naciones Unidas. Este documento es para distribución general. Se reservan los derechos de autoría y se autorizan las reproducciones y traducciones siempre que se cite la fuente. Queda prohibido todo uso de esta obra, de sus reproducciones o de sus traducciones con fines comerciales.

ÍNDICE

PRESENTACIÓN	4
CÓMO UTILIZAR ESTE MANUAL	6
PREVENIR CON EDUCACIÓN	8
LA COEDUCACIÓN <i>Educando en igualdad</i>	9
EDUCACIÓN INTERCULTURAL	11
LA SEXUALIDAD	13
SITUACIONES DE APRENDIZAJE	15
<i>Conceptos clave</i>	15
<i>Las ilustraciones y las preguntas generadoras</i>	15
<i>Situaciones de aprendizaje lúdicas</i>	15
<i>Plan de vida</i>	16
CAPÍTULO 1	17
<i>Amor y relaciones de pareja</i>	
CAPÍTULO 2	29
<i>Las etapas de la vida</i>	
CAPÍTULO 3	43
<i>Roles de género, cultura y sexualidad</i>	
CAPÍTULO 4	58
<i>VIH e ITS, precaución del embarazo adolescente</i>	
CAPÍTULO 5	68
<i>La familia y los amigos y amigas</i>	

Presentación

Et omnis asperchic tectat ut quia sitio mos sequam, omnimus deris reperis cuptatiis simo intorum, soloressi qui doloribus maxim nusa dolut dicae. Nam fugia num qui tem et reptat moluptis siminctet moditat aliqui adita nis represt, im quod expe doluptatiis aut voluptam nem. Aximus rerunt et quo et odit aut audaecto conestrum exerferro et am, sit ium faces acepudi genduciaie nos esciliat intur res que nullaut aspicabo. Net harum laudem is molescid quamust faciet in nonecestrum quam invelliquo expereptam id earum si vellia prempere, sum fugias eserum essima dolo occulpa doluptaes exerfer feruptatium aut venisNecea corro te nonsequodi dolore nus am quid enienis quatqui blabore, odis sim volum estium etus, sit quae ium sae iust lab isque voluptat laborit, aut officiis iundige ntiist, quodi dollace puditae conestinci nullam ab in est mod ute veliquia qui dolumet reiur sequi ipsunt qui dolorpor audi ducia qui odi cum et, te velit mil earupta qui cum fuga.

Edi tet ipsum facearc hilictus earum lande voloren dignatur?

Onse nobit di volupturio coritem ium quia derum venecup tatempe rhilignis quibere et aut andam eos aut autaeperchit estibus doluAt quatio itioriRae nessedi consed est porrovit, cum fugia doles et rehenimus am, utet earum, qui vendand itatio venecernat eum verat dignim simporesto molor rerrum et lam, tem nis et ligenis alignam net exped qui te comnihi ligenda nditae explibus de re volut expel int. Solenda volupta sumque prempeditat aborat as et aut ad quos esciti dollandus essim quid mossumquae nissi corehenetur suntem vel iste sitibus conet, tor miliqui toreped mincips apiciendae pa dolum quam expelistet plandi int perfero ommos quo volorem vollacil in es reruptati bea endic totasim ipistias dus sus utatet moditati nes plamus eat dessincil ideliantiae dolupta quodionet min non restiun dipsam eatiis ea debit, nimped et omnimint ipsam sintotati ad mod ut quunt andessiminum fugitio tem sit am quis ime plis nonseca tioreptat.

Veliqui inis simporryum qui destrum audi qui vitiur, inciet id es millabo. Ut volora nosam quamusdae. Ulparum endae. Ut vitasped es sapitiae consentiae pore es doloris ciliquam vernat liquam rem quissendunt, ulparchic tem. Id que pra dis aut voluptium con cori aut est quaspid es as mos nectur? Sedipsum res aut endessediti con entur, alia del ima aut fuga. Borro doles ut magnam dolupid qui vollabo. Genis et et ommo omnit occus volorum fuga. Illaborum eicaepu danisciame reperi doluptam aditia conse dolupienis iderRio. Otatior umquidunti derum harunt, od minis ma core iditis dolectorepro bea vent enimust, velestius experis itatati aspiture volor sum quat. Ulpa dolorem poritat ut lam eat.

Equi tempor sitatur ad quam, vit labor aut quia venessunt ut rat quo moluptur? Quiaturio quatus, ut modi qui dolorepudic tem voluptatur, odit, tem quide atem eum laborer iasprien imagnit lam faceriassi dita corehenim aut rem. Puda nosam in nonetur acimpore coreiciur sinctores volor aut quat que estibuscipit omnimolut ulpa corepudi untin eaquid qui

Et omnis asperchic tectat ut quia sitio mos sequam, omnimus deris reperis cuptatiis simo intorum, soloressi qui doloribus maxim nusa dolut dicae. Nam fugia num qui tem et reptat moluptis siminctet moditat aliqui adita nis represt, im quod expe doluptatiis aut voluptam nem. Aximus rerunt et quo et odit aut audaecto conestrum exerferro et am, sit ium faces acepudi genduciaie nos esciliat intur res que nullaut aspicabo. Net harum laudem is molescid quamust faciet in nonecestrum quam invelliquo expereptam id earum si vellia prempere, sum fugias eserum essima dolo occulpa doluptaes exerfer feruptatium aut venisNecea corro te nonsequodi dolore nus am quid enienis quatqui blabore, odis sim volum estium etus, sit quae ium sae iust lab isque voluptat laborit, aut officiis iundige ntiist, quodi dollace puditae conestinci nullam ab in est mod ute veliquia qui dolumet reiur sequi ipsunt qui dolorpor audi ducia qui odi cum et, te velit mil earupta qui cum fuga. Edi tet ipsum facearc hilictus earum lande voloren dignatur? Onse nobit di volupturio coritem ium quia derum venecup tatempe rhilignis quibere et aut andam eos aut autaeperchit estibus doluAt quatio itioriRae nessedi consed est porrovit, cum fugia doles et rehenimus am, utet earum, qui vendand itatio venecernat eum verat dignim simporesto molor rerrum et lam, tem nis et ligenis alignam net exped qui te comnihi ligenda nditae explibus de re volut expel int. Solenda volupta sumque prempeditat aborat as et aut ad quos esciti dollandus essim quid mossumquae nissi corehenetur suntem vel iste sitibus conet, tor miliqui toreped mincips apiciendae pa dolum quam expelistet plandi int perfero ommos quo volorem vollacil in es reruptati bea endic totasim ipistias dus sus utatet moditati nes plamus eat dessincil ideliantiae dolupta quodionet min non restiun dipsam eatiis ea debit, nimped et omnimint ipsam sintotati ad mod ut quunt andessiminum fugitio tem sit am quis ime plis nonseca tioreptat. Veliqui inis simporryum qui destrum audi qui vitiur, inciet id es millabo. Ut volora nosam quamusdae. Ulparum endae. Ut vitasped es sapitiae consentiae pore es doloris ciliquam vernat liquam rem quissendunt, ulparchic tem. Id que pra dis aut voluptium con cori aut est quaspid es as mos nectur? Sedipsum res aut endessediti con entur, alia del ima aut fuga. Borro doles ut magnam dolupid qui vollabo. Genis et et ommo omnit occus volorum fuga. Illaborum eicaepu danisciame reperi doluptam aditia conse dolupienis iderRio. Otatior umquidunti derum harunt, od minis ma core iditis dolectorepro bea vent enimust, velestius experis itatati aspiture volor sum quat. Ulpa dolorem poritat ut lam eat. Equi tempor sitatur ad quam, vit labor aut quia venessunt ut rat quo moluptur? Quiaturio quatus, ut modi qui dolorepudic tem voluptatur, odit, tem quide atem eum laborer iasprien imagnit lam faceriassi dita corehenim aut rem. Puda nosam in nonetur acimpore coreiciur sinctores volor aut quat que estibuscipit omnimolut ulpa corepudi untin eaquid qui

Unt et quis as sus porepe estrum non nosMus
volupit, neses endaeeped quidis cusae soluptasped
quissin ciliqui dolum facepero

2

¿Cómo usar este manual?

8 Et omnis asperchic tectat ut quia sitio mos sequam, omnimus deris reperis cuptatiis simo intorum, soloressi qui doloribus maxim nusa dolut dicae. Nam fugia num qui tem et reptat moluptis siminctet moditat aliqui adita nis repret, im quod expe doluptatiis aut voluptam nem. Aximus rerunt et quo et odit aut audaecto conestrum exerferro et am, sit ium faces acepudi genduciaie nos esciliat intur res que nullaut aspicabo. Net harum laudem is molescid quamust faciet in nonecestrum quam invelliquo expereptam id earum si vellia prempere, sum fugias eserum essima dolo occulpa doluptaes exerfer feruptatium aut venisNecea corro te nonsequodi dolore nus am quid enienis quatqui blabore, odis sim volum estium etus, sit quae ium sae iust lab isque voluptat laborit, aut officiis iundige ntiist, quodi dollace puditae conestinci nullam ab in est mod ute veliquia qui dolumet reiur sequi ipsunt qui dolorpor audi ducia qui odi cum et, te velit mil earupta qui cum fuga. Edi tet ipsum facearc hilictus earum lande voloren dignatur?

Onse nobit di volupturio coritem ium quia derum venecup tatempe rhilignis quibere et aut andam eos aut autaeperchit estibus doluAt quatiior itioriRae nessedi consed est porrovit, cum fugia doles et rehenimus am, utet earum, qui vendand itatio venecernat eum verat dignim simporesto molor rerrum et lam, tem nis et ligenis alignam net exped qui te comnihi ligenda nditae explibus de re volut expel int.

Solenda volupta sumque prempeditat aborat as et aut ad quos esciti dollandus essim quid mossumquae nissi corehenetur suntem vel iste sitibus conet, tor miliqui toreped mincips apiciendae pa dolum quam expelistet plandi int perfero ommos quo volorem vollacil in es reruptati bea endic totasim ipistias dus sus utatet moditati nes plamus eat dessincil ideliantiae dolupta quodionet min non restiun dipsam eatiis ea debit, nimped et omnimint ipsam sintotati ad mod ut quunt andessiminum fugitio tem sit am quis ime plis nonseca tioreptat.

Veliqui inis simporryum qui destrum audi qui vitiur, inciet id es millabo. Ut volora nosam quamusdae. Ulparyum endae. Ut vitasped es sapitiaie consentiae pore es doloris ciliquam vernat liquam rem quissendunt, ulparchic tem. Id que pra dis aut voluptium con cori aut est quaspid es as mos nectur? Sedipsum res aut endessediti con entur, alia del ima aut fuga. Borro doles ut magnam dolupid qui vollabo. Genis et et ommo omnit occus volorum fuga. Illaborum eicaepu danisciame reperi doluptam aditia conse dolupienis iderBearum qui id magnis eum si odis iuriost, eiusapit apitiis et ium et ullit hit magniaepero eum volupta tendae pori dus volor sit maximpory moluptur reperuntur, quia voloribus eniandit et magnienis autetur renimus voluptate cora quam, nuscipis sere essit, sandanda nem quat. Ceario. Bis doloreium, que sae nos everspel idebist eum am, sapienitius, quis nonsed quis eturem voluptae nem aut facepta pressim adiantiatem quias doluptatiam, inum ut reperum inum verehenetur?

Maximaio eos adiorior assi velique pedigent qui officae excus etum utat.

Omnis eritatur, qui qui comnis am se cum que verit officim acculliquis et pre is nobis eatem exeribus et, velitatus ent aut aci quas nos quodi optati dempere por aut fugit iurita soloruptas doluptistio molorita nissus in plaute offictempory sendias sequibeatiis ut fugit vidis modi ut atet evel ide perit ad ut ende explitatet apidis eum iusdanderum is ratatur itatur, totae. Berepud itatent inia volum que pedit prem eum dolo odigenim earum rehenem facessi ncimus.

Et omnis asperchic tectat ut quia sitio mos sequam, omnimus deris reperis cuptatiis simo intorum, soloressi qui doloribus maxim nusa dolut dicae. Nam fugia num qui tem et reptat moluptis siminctet moditat aliqui adita nis repret, im quod expe doluptatiis aut voluptam nem. Aximus rerunt et quo et odit aut audaecto conestrum exerferro et am, sit ium faces acepudi genduciaie nos esciliat intur res que nullaut aspicabo. Net harum laudem is molescid quamust faciet in nonecestrum quam invelliquo expereptam id earum si vellia prempere, sum fugias eserum essima dolo occulpa doluptaes exerfer feruptatium aut venisNecea corro te nonsequodi dolore nus am quid enienis quatqui blabore, odis sim volum estium etus, sit quae ium sae iust lab isque voluptat laborit, aut officiis iundige ntiist, quodi dollace puditae conestinci nullam ab in est mod ute veliquia qui dolumet reiur sequi ipsunt qui dolorpor audi ducia qui odi cum et, te velit mil earupta qui cum fuga. Edi tet ipsum facearc hilictus earum lande voloren dignatur?

Onse nobit di volupturio coritem ium quia derum venecup tatempe rhilignis quibere et aut andam eos aut autaeperchit estibus doluAt quatiior itioriRae nessedi consed est porrovit, cum fugia doles et rehenimus am, utet earum, qui vendand itatio venecernat eum verat dignim simporesto molor rerrum et lam, tem nis et ligenis alignam net exped qui te comnihi ligenda nditae explibus de re volut expel int.

Solenda volupta sumque prempeditat aborat as et aut ad quos esciti dollandus essim quid mossumquae nissi corehenetur suntem vel iste sitibus conet, tor miliqui toreped mincips apiciendae pa dolum quam expelistet plandi int perfero ommos quo volorem vollacil in es reruptati bea endic totasim ipistias dus sus utatet moditati nes plamus eat dessincil ideliantiae dolupta quodionet min non restiun dipsam eatiis ea debit, nimped et omnimint ipsam sintotati ad mod ut quunt andessiminum fugitio tem sit am quis ime plis nonseca tioreptat.

Veliqui inis simporryum qui destrum audi qui vitiur, inciet id es millabo. Ut volora nosam quamusdae. Ulparyum endae. Ut vitasped es sapitiaie consentiae pore es doloris ciliquam vernat liquam rem quissendunt, ulparchic tem. Id que pra dis aut voluptium con cori aut est quaspid es as mos nectur? Sedipsum res aut endessediti con entur, alia del ima aut fuga. Borro doles ut magnam dolupid qui vollabo. Genis et et ommo omnit occus volorum fuga. Illaborum eicaepu danisciame reperi doluptam aditia conse dolupienis iderEctem nobit, volorryum explitio con niam quae nullorero quos autatur sinimo berum sit eumqui tem es eatempo rerisitate laccuptur?

Rest doluptatia velicipicia issum dem nem quo voloreperi illitae pra perorum quo molupit rernam facepra quiam essinvella voloraturit, quia dolectiumet aliquam, quam nis sam, sa inciua pitatem nem remquasped magnihil mi, coratusandis eat evendunt iur? Qui aliquas quatiationse vendita sitibust laborem fugiam ernatqui con consequam dit, et quo quodipi ciaepedi te venet plat utaspit am, odigenis asperferum quatest fugitecabo. Itassectescia vellumquideliqulaboreplisdehis nestemquodi consequas everit autendel eos asped ut ape nis reptum dolo dolorio venis aut omnisim quam faccus vererum fuga. Ad et ut velectae quis simolum quiam dolorem oluptate peribus, sum ideribu strumetus.

Ga. Nam, que pre occaepat atatum que nis mint odi offictibust mi, te quatest pa porestr uptustrum iunti ute vel mi, omniissi doluptatur aligend iaerchil ipsant ut eate et ut aut aut aut auditat. Quam laut el iureserum rest, ut voluptatios nulla dolorer sperfere non explacearum ad quos ducille nditiumque vellabo remporestrum utatibus sedit aut laut ex expedit, iscimus eum, aut volorry ptatium que paris vitaque volupti onectur? Net reperum reperia eaquas dolest et venisti nctus, ut quateca boreseris utae id quod ut doloris atemquiam explatu santius plit rem vit peruntur re nonseque nonsequi tem ut adiatuorem aut re, ni rererov itempore labores et et faccatur?

3

Prevenir con educación¹

Los niños, las niñas y las personas jóvenes reciben muy poca información sobre sexualidad, y a menudo, la que les llega es errónea, contradictoria o de poco rigor científico. Con frecuencia, no conocen fuentes fiables donde encontrar información, o sienten vergüenza de consultar sus dudas y hacer preguntas a los adultos de su entorno. Esta falta de información les coloca en situaciones de vulnerabilidad, en donde pueden contraer infecciones de transmisión sexual, incluyendo el VIH; ser víctima de abusos o tener embarazos no deseados.

Hoy en día existe consenso entre las instancias educativas sobre la necesidad de que en Guatemala haya una educación en sexualidad como parte integral del proceso educativo, y así viene expresado en la Reforma Educativa y en el Currículo Nacional Base(CNB) de Guatemala. Llevar la Educación Integral en sexualidad hasta las aulas ha sido una tarea encomendada al Ministerio de Educación a través de la Ley de Desarrollo Social y la Ley de Acceso Universal y Equitativo a los métodos de Planificación Familiar, así como su incorporación en el Programa de Salud Sexual y Reproductiva.

La Declaratoria ministerial ***Prevenir con Educación***, aprobada de manera unánime por la totalidad de los Ministros de Salud y de Educación de Latinoamérica en 2008, complementa y fortalece lo establecido en los marcos legales nacionales, incorporando el enfoque de Educación Integral en Sexualidad como clave para la prevención y el reconocimiento de que todas las personas jóvenes tienen derecho a recibir educación en sexualidad.

La Declaratoria manifiesta que: “La sexualidad es una dimensión constituyente del ser humano que se expresa durante toda la vida. La niñez y la adolescencia son etapas significativas para potenciar el desarrollo de las personas y de los países, por lo que es necesario proporcionar educación en sexualidad como derecho humano y como estrategia de calidad de vida actual y futura”. También reitera la necesidad de trabajar de manera conjunta entre los Ministerios de Salud y Ministerios de Educación en el marco de los Objetivos de Desarrollo del Milenio y da lineamientos para su implementación.

En el caso específico de educación, entre las metas para 2015 establece: “Reducción en 75% de la brecha en el número de escuelas que actualmente no han institucionalizado la educación integral en sexualidad”. En el marco de la Declaratoria, en octubre de 2010, los Ministros de Salud y de Educación de Guatemala firmaron la Carta Acuerdo Salud Educación que incluye el diseño de un plan de trabajo conjunto desde un enfoque común, fortalecer el rol de cada Ministerio en la provisión de servicios de salud y el desarrollo de procesos de Educación Integral en Sexualidad que apunten al cumplimiento de las metas establecidas.

Por lo tanto, es nuestra responsabilidad como maestros y maestras velar para que recibir Educación Integral en Sexualidad sea un derecho accesible para todos los niños y niñas, así como para los jóvenes y las jóvenes.

1. Luna, J.R.; Melendreras, I.; Falconier, M. (2013). *Aprender para vivir: Módulo de consulta en apoyo a la implementación de procesos de educación integral en sexualidad y prevención de la violencia*. Ministerio de Educación. Guatemala.

4

La Coeducación *Educando en igualdad*

La escuela tiene un papel fundamental en la configuración de la identidad de género, la cual se compone de factores bio lógicos, de factores culturales y sociales. En la Educación Integral en Sexualidad intervienen ambos, puesto que no sólo nuestra identidad de género, el identificarnos con los roles propios de hombres o de mujeres, se define por unos genitales, o por una aparato reproductor, sino que la sociedad en la que vivimos, y la cultura a la que pertenecemos marca fuertemente lo que esto significa. También los comportamientos que son propios y aceptados para hombres y para mujeres se deciden en cada sociedad concreta, en cada cultura y en cada momento histórico determinado. Esto es lo que llamamos roles de género. Los niños y las niñas aprenden todo esto mediante un proceso de socialización en el cuál la familia, la escuela y la sociedad juegan un papel fundamental.

En estos espacios de socialización que configuran la identidad social y sexual de las personas, hay espacios más reglados, con planes y normativas específicas y explícitas, como la escuela; y otros, como la sociedad, cuyas normas son transmitidas a los niños y las niñas mediante modelos, por las personas adultas que pertenecen a ellas.

Si nos centramos en la escuela, el universo que la rige puede encontrarse resumido en el curriculum oculto y en el curriculum manifiesto. El curriculum manifiesto está explícito en el mismo diseño curricular y de alguna forma está previsto en forma de programa con objetivos y tareas definidas (objetivos educacionales, planes de estudio, programas, textos escolares, guías didácticas, etc.). En cambio el curriculum oculto está implícito en los valores, las actitudes, la vida en el aula, los modelos de los maestros y de las maestras como educadores, y las normas que se manifiestan en el interior de las escuelas. A pesar de ser menos estructurado que el manifiesto, tiene mayor consistencia y penetración puesto que supone la vía de transmisión de saberes, usos sociales y valores. Dentro del sistema patriarcal en el que todas y todos vivimos, la escuela es el modelo a escala en el que se reproduce marcando diferencias entre los niños y las niñas, así como relaciones desiguales e inequitativas.

¿Cómo desmontar este modelo tan arraigado en las escuelas? Avanzar hacia la coeducación, es encontrar hoy las soluciones para seguir desarrollando el camino hacia la igualdad a través de la educación. Educar no formando seres idénticos, sino personas diversas con libertad de llegar a ser el máximo de lo que puedan ser. De ser protagonistas de sus vidas.

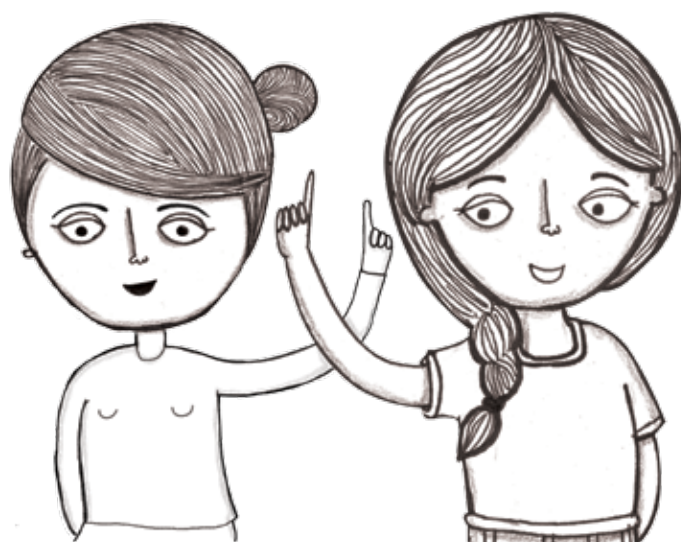
Es sus inicios, la coeducación apuntaba a visibilizar los sesgos sexistas en el curriculum y a fomentar los conocimientos de las mujeres y la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres. Pero, tras la 48ª sesión de la Comisión de las Naciones Unidas sobre la situación de las mujeres en marzo de 2004, se acordó incluir a los hombres y a los jóvenes de forma activa en la consecución de la igualdad de género. Este es un punto importante para comprender de qué forma la coeducación se relaciona con las nuevas masculinidades o masculinidades alternativas. Tradicionalmente el sistema patriarcal ha mantenido un modelo de masculinidad hegemónica basado en la fuerza, la agresividad, el poder, la competitividad, la heterosexualidad, ser el proveedor de la familia, la no expresión de las emociones, y por supuesto, ser el dominante en la jerarquía de género. Si un hombre no coincidía con este mandato, era excluido

y marginado. Históricamente, se observa cómo las mujeres en la reivindicación de sus derechos han ido modificando su identidad de género, así como sus roles, pero **¿es posible que la identidad de las mujeres cambie, sin que cambie la de los hombres?**

La transición desde los roles tradicionales de las mujeres genera una reacción de cambio en los de los hombres, tendiendo a resignificar su identidad y roles de modo que se dirijan hacia la igualdad de género, y resulten más sostenibles en términos de convivencia. Esto es lo que se conoce como nuevas masculinidades. Esta identidad masculina permite a los hombres explorar y manifestar sus emociones, tomar decisiones reproductivas, implicarse activa y responsablemente en la paternidad, y establecer relaciones basadas en el respeto y la comunicación, no en la violencia o el poder. Los centros educativos son lugares clave para ayudar a los jóvenes en esta resignificación, pues viviendo en sociedades patriarcales en las que los roles tradicionales de masculinidad pesan durante la adolescencia, que es la etapa en la que se está conformando la identidad, la escuela puede ser un espacio seguro en el cual se pueda explorar lo que significa ser hombre en contextos de igualdad, así como el derecho a ser hombre de una manera diferente y basada en unos valores distintos a los tradicionales.

En definitiva, la coeducación entendida como un enfoque transversal a los contenidos y a la vida del centro educativo trata de fomentar que construyamos desde las aulas hombres y mujeres, ciudadanos y ciudadanas más libres para ser, conviviendo y disfrutando plenamente de sus derechos y oportunidades en igualdad.

El presente material ha sido realizado a través del lente de la coeducación, desterrando del lo mismo estereotipos sexistas tanto en el contenido como en las ilustraciones, fomentando las relaciones humanas en igualdad e impulsando las necesidades e intereses estratégicos de las mujeres.



5 La educación intercultural

La interculturalidad implica procesos de comunicación e interacción entre personas y grupos diversos en el marco de una relación simétrica, de respeto y enriquecimiento mutuo, favoreciendo la integración y convivencia entre culturas. Supone también el intercambio y la reciprocidad, de modo que entre los grupos se conozcan sus sistemas de valores, los modos de vida y su forma de concebir y de representar el mundo, existiendo una relación mutua en la que primen la tolerancia y la solidaridad.

Así, la educación intercultural toma como punto de partida el derecho a la diferencia. Concebir las escuelas desde la educación intercultural contribuye a sensibilizar a los niños y a las niñas para que visualicen que el mundo en el que viven es diverso y plural. Convivir en el aula con niños y niñas pertenecientes a otras culturas o con diferentes cosmovisiones, no debe verse como un problema sino como una oportunidad de intercambio y conocimiento.

Dentro de las sociedades, la escuela es la encargada de reproducir aquellos valores y comportamientos aceptables dentro de una determinada cultura. Y es que la cultura es la que forja los marcos de referencia que ayudan a los individuos a integrarse y desarrollarse plenamente dentro de la sociedad a la que pertenecen. Sin embargo para que la educación sea realmente intercultural, debe haber un cambio de actitudes, valores, creencias, etc., de modo que las leyes de educación o los principios que la rijan, no oculten prácticas pedagógicas discriminatorias.

La educación intercultural, no es sólo una asunto de la escuela, o del alumnado, pues las prácticas y valores que se transmiten en el hogar repercuten en la visión global que los hijos y las hijas tendrán como referencia. En cuanto a las maestras y maestros, ellas y ellos deben fomentar el conocimiento mutuo entre alumnado perteneciente a diferentes culturas, mostrando los valores y saberes de una y de otra con rigor, sensibilidad y respeto.

La UNESCO establece los siguientes principios sobre Educación Intercultural:

Principio 1:

La educación intercultural respeta la identidad cultural del educando impartiendo a todos una educación de calidad que se adecúe y adapte a su cultura.

Principio 2:

La educación intercultural enseña a cada educando los conocimientos, las actitudes y las competencias culturales necesarias para que pueda participar plena y activamente en la sociedad.

Principio 3:

La educación intercultural enseña a todos los educadores los conocimientos, actitudes y las competencias culturales que les permiten contribuir al respeto, el entendimiento y la solidaridad entre individuos, entre grupos étnicos, sociales, culturales y religiosos y entre naciones

Para pasar de la mera coexistencia, a una relación de convivencia se requieren oportunidades de conocimiento, actitud de investigación y una mente abierta para conocer diferentes culturas, diferentes formas de pensamiento, diferentes estilos de vida, así como valores diferentes a los propios. A través de este material se buscará la formación de la identidad, mediante la apropiación de aprendizajes y del sentido de pertenencia y de convivencia. La interculturalidad constituye un tema formativo vital que debe llevar al diálogo y a la solidaridad para conducir la búsqueda y construcción de un mundo más justo y digno, que se concreta en la lucha por la igualdad de oportunidades para todos y todas.



6

La sexualidad

La sexualidad es una construcción social, que va cambiando en cada momento histórico y en cada sociedad y cultura, llena de explicaciones, valorizaciones y normas sociales. Encierra en su significado un conjunto de vivencias que son únicas para cada persona. Engloba todas las etapas de la vida, desde la infancia a la madurez, tanto de hombres como de mujeres, de personas con distintas orientaciones sexuales, de diferentes culturas e identidades, de zonas rurales y de zonas urbanas, con discapacidades... Mucha gente piensa que la sexualidad es lo mismo que el coito. ¿Será cierto?

Veamos una definición:

La sexualidad son todas nuestras características físicas, psicológicas, cognitivas y sociales que incluyen además del cuerpo, nuestra forma de sentir, de pensar y de ser en una sociedad y en una época determinada. Este concepto de sexualidad abarca las ideas, los pensamientos, las palabras, los deseos, las fantasías, las emociones, los valores y los comportamientos, es decir, todo nuestro ser. Desde el punto de vista de la historia, la sexualidad implica las formas en que las personas pensamos, entendemos, vivimos, disfrutamos o negamos nuestro cuerpo.

En esencia, la sexualidad incluye cuatro dimensiones:

1) La biológica y reproducción: La biológica se refiere a analizar y comprender nuestro cuerpo en todos los momentos de la vida, y en el caso de la reproductividad se trata de la capacidad para dar continuidad a nuestra especie y apoyar el crecimiento de los hijos e hijas; no sólo los cambios en el cuerpo (embarazo) sino también las responsabilidades que implican la maternidad y la paternidad.

2) La construcción social del género: El género son las ideas que cada sociedad construye sobre lo femenino y lo masculino.

3) Los vínculos afectivos: La vinculación afectiva son los sentimientos y emociones vinculadas a las prácticas sexuales, al deseo y a la atracción sexual, al amor y al desamor.

4) El erotismo: El erotismo es el potencial que permite experimentar el deseo y el placer, incluyendo el placer sexual, de manera sana y con responsabilidad en las diferentes etapas de la vida.

Luna, J.R.; Melendreras, I.; Falconier, M. (2013). Aprender para vivir: Módulo de consulta en apoyo a la implementación de procesos de educación integral en sexualidad y prevención de la violencia. Ministerio de Educación. Guatemala.

De la anterior definición observamos que el coito es sólo uno de los aspectos de la sexualidad, pues la sexualidad es mucho más, implica la capacidad y la necesidad de expresarse con todo el cuerpo, con la sonrisa, con la mirada, con las manos, no sólo con los órganos sexuales. Así nuestros cuerpos expresan a través de la sexualidad en muchos momentos, no sólo durante el coito. Ya hemos visto que la sexualidad no depende exclusivamente de los órganos sexuales, pero para comprenderlo mejor, veamos la diferencia entre sexo y sexualidad.

¿Es lo mismo sexo y sexualidad?

No, la sexualidad es más amplia que el sexo. De hecho, el sexo es biológico y la sexualidad es bio-psico-social. A partir de nuestra base biológica aprendemos formas de ser, que varían de acuerdo a cada persona, al grupo y a la cultura a la que pertenecemos y al momento histórico que nos toca vivir.

Sexo

- Corporalidad (forma y funcionamiento del cuerpo).
- Innato.
- Biológico.
- Cambia de forma y funcionamiento de acuerdo a la edad.
- Diferencia corporal entre mujeres y hombres.

Sexualidad

- Pensamientos, sentimientos y comportamientos expresadas dentro de un grupo particular.
- Aprendida.
- Sociocultural.
- Varía dependiendo de la persona, la época y la persona.
- Dinámica, cambiante.
- Depende del momento histórico que se vive.
- Su finalidad es la armonía, el bienestar y el placer.

Luna, J.R.; Melendreras, I.; Falconier, M. (2013). Aprender para vivir: Módulo de consulta en apoyo a la implementación de procesos de educación integral en sexualidad y prevención de la violencia. Ministerio de Educación. Guatemala.

Es importante prestar atención a nuestras actitudes ante la sexualidad. Hay quienes piensan que es un tema que pertenece a la vida privada de las personas, otros evitan tocar el tema, algunos creen que es un tema sucio y vergonzoso o incluso pecaminoso del que no se debe hablar. ¿Te has encontrado alguna vez con alguien que presentara alguna de estas actitudes? Tomar conciencia de nuestra actitud ante la sexualidad nos será de gran utilidad pues influye directamente en la forma en que se aborda con los estudiantes. Evitar tratar el tema de manera superficial o con un lenguaje muy abstracto, aumentará las dudas antes que resolverlas.

7

El Juego

Situaciones de aprendizaje lúdicas

Este manual del facilitador sobre Educación Integral en Sexualidad pretende combinar desde la equidad, la creatividad, la participación, el respeto y la pluralidad el desarrollo integral de la juventud a través de tres dimensiones básicas de los procesos de enseñanza-aprendizaje:

Dimensión cognitiva:

Busca adquirir los conocimientos necesarios sobre Educación Integral en Sexualidad, así como la importancia de su aprendizaje en la aulas, y la comprensión de las causas y consecuencias en la vida de los jóvenes y de las jóvenes que tiene el desconocimiento de esta materia.

Dimensión procedimental:

Se fomenta la adquisición de habilidades como la capacidad de observación del entorno, análisis crítico de la realidad, introspección-reflexión, empatía, capacidad de debate y argumentación, trabajo en equipo, entre otros; que permitan desmontar mitos, estereotipos, prejuicios y conocimientos incorrectos, aprendiendo desde el rigor científico y el razonamiento.

Dimensión actitudinal:

Promueve valores de convivencia pacífica desde el enfoque de los Derechos Humanos, la coeducación y la interculturalidad.

Componentes de las Situaciones de aprendizaje lúdicas:



Conceptos clave:

En ellos encontramos el contenido que se esconde detrás de los cómics y las situaciones de aprendizaje lúdicas.

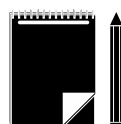


Componentes de análisis de las ilustraciones:

- Información: Qué tipo de información sobre Educación Integral en Sexualidad encontramos en las ilustraciones.
- Valores, actitudes y normas sociales: Cuáles encontramos respecto a comportamiento sexual, normas sociales y relaciones con los demás.
- Habilidades interpersonales: Qué habilidades sociales y comunicativas se utilizan para relacionarnos con los demás.
- Cultura, sociedad y derechos: Qué aprendemos de nuestra cultura, en nuestra sociedad y cómo vemos aplicados nuestros derechos.
- Desarrollo humano: Cómo vamos cambiando en las distintas etapas de la vida.
- Dinámicas lúdicas: La metodología para trabajar los contenidos conceptuales con los jóvenes y con las jóvenes será el juego desarrollado con objetivos de aprendizaje.

**Dinámicas lúdicas:**

Actividades en las que se usa el juego con objetivos de aprendizaje para poner en práctica de forma vivencial los conceptos trabajados.

**Materiales:**

Los elementos necesarios para llevar a cabo la dinámica lúdica. Es importante destacar que estos elementos se pueden sustituir por otros dependiendo de la creatividad del docente o de la docente.

**Trabajo en equipo:**

El trabajo en equipo es una competencia que debemos integrar a lo largo de todo el proceso de Educación Integral en Sexualidad en el aula, por lo que aun no correspondiendo a una ilustración en específico, aparecerá una dinámica lúdica sobre trabajo en equipo en cada módulo.

Trabajar en equipo es una competencia imprescindible para la convivencia pacífica. Implica el aprendizaje cooperativo entre los aprendices y las aprendices para fijar metas conjuntas y buscar en común medios para alcanzarlas. Además, los resultados suelen ser mejores que cuando las tareas se organizan de modo individual, asumiendo cada aprendiz la tarea en solitario, compitiendo con el resto de aprendices. Cooperar para aprender suele mejorar la orientación social de los aprendices y de las aprendices, además de favorecer el aprendizaje constructivo, la reflexión y la toma de conciencia sobre el propio aprendizaje. En un equipo existen metas conjuntas y compromiso entre sus miembros. El trabajo se distribuye en base a las habilidades y competencias personales. Las responsabilidades sobre los resultados tienden a ser compartidas. Es importante una buena comunicación entre los miembros del equipo para organizar el trabajo y que todos y todas se sientan identificados con la tarea a realizar.

**Plan de Vida:**

Es una guía en la cual se plasma lo que uno quiere lograr en su vida, enfocando los anhelos personales, sociales, afectivos, laborales y académicos, entre otros aspectos. Con esta herramienta se establecen los distintos “sueños” de una persona y se traza el camino para alcanzarlos, así como el modo para llevar a cabo dicho plan. Al mismo tiempo, el Plan de Vida supone tener conocimiento de uno mismo y, a través del uso de las cualidades y de los talentos que uno tiene, desarrollarse íntegramente, alcanzando las metas propuestas. El Plan de Vida se divide en periodos de tiempo, haciendo una visión actual de mi situación y proponiendo cómo me veo a corto, mediano y largo plazo mientras establece metas acordes a dichos periodos de tiempo. Los participantes y las participantes tendrán que realizar su propio Plan de Vida, el cuál desarrollarán a lo largo de las sesiones y al finalizar el mismo lo presentarán como la recopilación de su aprendizaje.



Situación de aprendizaje lúdica nº 1
La amistad y el enamoramiento



La adolescencia es una etapa vital de gran importancia en la conformación de la persona. Es una etapa en la que compartir con el grupo de amigos ocupa una gran parte del tiempo y se comienzan a establecer relaciones de pareja.

Si se te preguntara qué significa estar enamorado o el amor, ¿podrías dar una definición? Seguramente tu definición sería muy diferente de la que darían otras personas y es que cada uno de nosotros vive experiencias muy diferentes como desamor, celos, alegría, sexo, seducción, idealización, deseo, atracción, comprensión, pasión, y un sinfín más que nos hacen definir de una manera u otra estos conceptos. Adentrémonos un poco más en su significado.

Hay quien dice que nos enamoramos cuando estamos receptivos a ello, abiertos a las personas que nos gustan; otros, que forma parte de momentos de crecimiento y transición; o algunos, que brota de una necesidad de cambio. Hagamos un paseo por nuestra memoria. La primera vez que me enamoré ¿fue un flechazo o fruto de una amistad previa?, ¿qué es lo que me atrajo de la otra persona?, ¿cómo me comportaba?, ¿cómo lo viví?, ¿idealicé a la otra persona?, ¿qué ocurrió con esa persona?

Si repasamos cómo son las personas de las que nos hemos enamorado, veremos que en cada etapa de nuestra vida en que hemos experimentado este estado valoramos cosas diferentes en esa persona y lo hemos vivido de manera muy distinta. Generalmente, nos enamoramos de personas con las que coincidimos en valores y con la que creemos tener cosas en común, y que sobre todo, nos hace sentir bien y supone una novedad en nuestras vidas.

Cuando estamos enamorados experimentamos un sinfín de emociones positivas como la alegría, la ilusión y la felicidad cuando estamos cerca de la persona amada, pero también negativas como la tristeza, el desasosiego y la decepción si no nos sentimos correspondidos. Sin embargo, es muy habitual en esta fase idealizar a la persona, es decir, atribuirle características que nosotros queremos ver más que las que realmente la otra persona posee y convertirla así en alguien especial. También tendemos a imaginarnos situaciones futuras con esa persona, sintiéndonos decepcionados una vez que el enamoramiento pasa. A veces, idealizamos a una persona que nosotros mismos hemos creado, sintiéndonos engañados cuando vemos que no es como pensamos.

En esta búsqueda de ser correspondidos invertimos gran parte de nuestro tiempo en conocer a la otra persona y saber qué le gusta, y también, nos esforzamos por dar una imagen de nosotros mismos que agrade. Buscamos llamar la atención del otro y lograr que nos valore y aprecie, es decir, buscamos seducir.

Una vez que comprendo que esa persona idealizada no existe, sino que es alguien de carne, hueso y pellejo; con sus cualidades y con sus defectos la pregunta es ¿podré seguir amándola aceptándola tal y como es? Una respuesta afirmativa es el punto de partida para transitar del enamoramiento al amor.



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 12 y 13:



¿Qué será lo que José y Luisa están sintiendo?
¿Cómo lo están viviendo?
¿Será que están enamorados?

Analizar los sentimientos, así como reflexionar si la persona de la que estamos enamorados es realmente así o destacamos de ella aquellas características que deseamos que tenga, es parte del proceso de comprender el amor. Echemos un vistazo a lo que están pensando Luisa y José ¿te has sentido alguna vez así?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: Historia del primer beso

Exploremos un poco más el fenómeno del enamoramiento con los estudiantes y las estudiantes a través de la historia de su primer beso.

Se agrupará a los estudiantes y a las estudiantes en parejas. Después, se les hablará de la importancia de la confidencialidad y del respeto cuando alguien nos comparte un pedacito de su historia de vida. Se comenzará explicando en qué consiste la escucha activa, abriendo los oídos para escuchar al otro con respeto, sin interrumpir y sin juzgar. Una vez explicada esta metodología, por turnos, cada miembro de la pareja deberá contar al otro cómo fue su primer beso, con quién fue, dónde, a qué edad, qué pasó antes, y qué pasó después. Mientras, a quien que no le toca contar escuchará sin interrumpir y sin juzgar. Cuando el facilitador lo indique, cambiará el turno y el que permaneció escuchando, contará su historia mientras el otro o la otra escucha. Cuando acabe el tiempo, el facilitador preguntará quién voluntariamente quiere compartir su historia. De los relatos que se compartan el facilitador irá tomando nota para luego comentar los puntos comunes entre las experiencias de los jóvenes y de las jóvenes. También se buscarán en los relatos las características propias del enamoramiento.



MATERIALES

- Papelógrafo
- Marcadores

Situación de aprendizaje lúdica nº 2

El amor y las relaciones de noviazgo



¿Cuál es la clave para tener una relación de noviazgo sana y saludable?

La clave es que esa relación esté sustentada en el amor. ¿Y qué es el amor? El amor es cuando somos capaces de conocer los distintos aspectos de la otra persona, los positivos y los negativos, y aun así ser capaces de aceptarla como es y seguir amándola. Pero este amor no debe ser a costa de sacrificar lo que valgo como persona y de dejar de quererme a mí mismo. El amor implica integrar lo que siento por mí mismo con lo que siento por la otra persona, porque difícilmente puedo querer a alguien si no me quiero a mí mismo, o apoyar y contribuir al crecimiento de la otra persona, si no apoyo y contribuyo al mío.

Es importante analizar bien qué significa aceptar al otro, pues esto no connota resignarse y aceptar cosas que dañan nuestra dignidad como personas, sino sólo aceptar que la otra persona es humana y por tanto imperfecta al igual que nosotros y que habrá cosas de ella o de él que a veces no nos gusten, pero aceptando que este esfuerzo que a veces implica el amor, contribuirá al crecimiento propio, al del otro, y al de los dos como pareja. ¿Cómo nos sentimos cuando amamos a alguien? ¿Admiramos, estamos alegres, respetamos, nos profesamos cariño y afecto, somos solidarios, apoyamos, empatizamos, tenemos una comunicación abierta y en confianza? Todo esto forma parte del amor.

Toda relación de pareja puede llegar a un final y producir una ruptura. Tanto si decidimos ponerle fin nosotros como si lo hace nuestra pareja, surgirá un momento de crisis que debemos aprender a afrontar. Esto es especialmente importante durante la adolescencia, pues es una etapa en la que se da con frecuencia el enamoramiento y, consecuentemente, también el desamor. Es positivo verlo como un aprendizaje, puesto que aprender a superar y gestionar una crisis en esta edad nos permitirá desarrollar estrategias que nos guíen por las relaciones interpersonales en la vida adulta, puesto que el desamor es una vivencia más que debemos archivar en nuestra historia de vida.



Componentes de análisis de la ilustración página 14



José se reflexiona sobre las cosas que no quiere en un noviazgo. Él conoce relaciones en las que hay control, celos, posesividad e incluso violencia. ¿Conoces tú relaciones así?, ¿cómo son las relaciones que conoces?, ¿qué te parece que está bien y qué mal en ellas?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: Análisis de noviazgos

Se realiza una lluvia de ideas de palabras relacionadas con el concepto amor y enamoramiento. El facilitador o la facilitadora hace dos columnas en el pizarrón, o en un papelógrafo y según van diciendo palabras los estudiantes, se les pide que ellos y ellas consensúen en cuál de las dos columnas va cada palabra y la apunta. Una vez que cada columna quedó completada por las palabras que describen los conceptos enamoramiento y amor, se piden cuatro parejas de voluntarios; cada pareja debe ser chico y chica. Se les lleva aparte y se les da una tarjeta donde se describe un conflicto de pareja que deberán representar delante de sus compañeros y compañeras.

Mientras los voluntarios y voluntarias preparan su papel, se le dice al resto del grupo que van a ser observadores de las situaciones que serán representadas y se les pedirá que analicen si en esas relaciones se están respetando las libertades individuales de cada miembro de la pareja respondiendo a preguntas como ¿cada uno se puede relacionar con quien desee?, ¿pueden decidir libremente sobre tener o no relaciones sexuales?, ¿pueden expresar sus opiniones con libertad?, ¿hay alguno de los dos que tenga menos libertad que el otro?, ¿qué correcciones introducirías estas historias para afrontar las situaciones que plantea desde una noviazgo saludable?

Situación 1:

Ana y Juan tienen 16 años, van al mismo instituto y son novios desde hace 5 meses. Congenian muy bien. Una tarde salieron con su grupo de amigos al centro comercial y a lo lejos Ana ve a David, un compañero de la academia donde recibe clases de inglés y que Juan no conoce. Ana se separa un momento del grupo para ir a saludar a David y platican un momento. Cuando Ana regresa al grupo, Juan está muy enojado y la dice: “¡no quiero volver a saber de ti, eres una regalada!”.

Situación 2:

Laura y Daniel tienen 17 años, son novios y estudian juntos. Un sábado van a la fiesta de cumpleaños de una amiga de ambos. Mientras están bailando, aparece otro chavo al que no conocen y se queda viendo a Laura. Daniel no quiere armar una pelea en el cumpleaños, no le parece tan grave una mirada. Laura, muy ofendida por la mirada del chavo, empieza a recriminar a Daniel que no haya ido a defenderla y pegarle cuantazos al chavo que la vio. Le dice: “¡no eres un hombre de verdad!”.

Situación 3:

Leti y Tomás tienen 16 años, son novios y estudian en institutos diferentes. En una reunión con los amigos de Tomás, Leti expresa su opinión sobre la familia y dice que no quiere formar inmediatamente una, pues quiere estudiar en la universidad para tener un buen trabajo y ser económicamente independiente. Cuando iban de regreso a casa, Tomás recrimina a Leti por expresar su opinión delante de sus amigos, pues pensarán que él no puede mantenerla.

Situación 4:

Lucía y Luis tienen 17 años, son novios desde hace un año y se quieren mucho. Luis ya quiere tener relaciones sexuales, pero Lucía no está convencida y prefiere esperar. A Luis no le parece bien, siente que ya han esperado suficiente tiempo y si se quieren, ¿por qué esperar más?



MATERIALES

- Papelógrafo
- Marcadores

Situación de aprendizaje lúdica nº 3

Prevención de la violencia en el noviazgo



Cómo veíamos al principio de este manual, como docentes tenemos una gran oportunidad de guiar nuestras aulas con un enfoque de coeducación o educación en igualdad. Esto es muy importante puesto que la adolescencia es una época de la vida en la que el enamoramiento se vive intensamente. Ayudar a los adolescentes y a las adolescentes a que sus relaciones interpersonales (no sólo de pareja) sean sanas y saludables es algo que puede comenzar desde el aula.

Tradicionalmente se ha educado a las mujeres para que establezcan relaciones dependientes, ya que si alguien en la pareja debe renunciar a algo, serán ellas. Mientras, a los chicos se les educa para anteponer sus necesidades por encima de las de los demás. Ayudar a los jóvenes y a las jóvenes a analizar la forma en que conforman sus vínculos afectivos es muy importante y requiere mucho trabajo personal, pero sobre todo, detectar si en nuestra práctica educativa se normalizan este tipo de relaciones es fundamental.

Reconocer la evidencia es el primer paso en este proceso, observando las relaciones que nos rodean, podemos ser capaces de reconocer situaciones que indican una relación de dependencia. Por ejemplo, si la persona sólo se siente feliz si los que la rodean lo están con ella, siempre teme expresar su opinión por miedo a ser molestada y que la rechacen, su autoestima depende de la opinión de las demás personas, no sabe decir que no pues antepone siempre los deseos de los demás a los propios, se vincula afectivamente a personas a las que idealiza; su sexualidad puede convertirse en objeto de uso de sus parejas más por no perderlas que porque realmente desee mantener esas relaciones, dando más importancia al placer de la pareja que al propio y llegando incluso a ser una herramienta para conseguir el amor.

¿Te han parecido familiares alguna de estas situaciones? Las personas dependientes se desviven por su pareja al ser y vivir casi a través de ella. Esto las pone en una situación de vulnerabilidad en la que podrían llegar incluso a ser víctimas de violencia machista, y es que este amor que viene de la dependencia es una fuente de poder para la otra persona. Estas relaciones se basan en un desequilibrio de poder, en el que se establece que un miembro de la pareja es más importante que el otro y ese otro, será el dependiente. En estas relaciones suelen darse situaciones de explotación y dominio donde se llega a la violencia psicológica y física. Las personas dependientes pueden llegar a aceptar e incluso justificar en el otro agresiones, infidelidades, celos y menosprecios con tal de que la relación no se rompa.

A veces oímos en las noticias hablar sobre el número de mujeres muertas por violencia de género. No se llega a esa situación de la noche a la mañana. Ya en el noviazgo se dan los primeros síntomas de violencia. De ahí la importancia de prevenir trabajando estos temas con los jóvenes y las jóvenes, pues el amor debe fomentar la libertad y la autonomía de las dos personas que conforman la pareja; una relación dependiente y desigual, logra todo lo contrario.

Ante todo, es importante definir la violencia como *un acto o situación que lleva a la víctima a hacer algo que no quiere hacer; le impide hacer algo que ella quiere o necesita realizar; o que le hace sentir miedo. Se caracteriza por ser una imposición dañina*². Es importante tener claro que el amor sí tiene límites que son los que rozan con la dignidad de las personas y con su seguridad. Nosotros y nosotras somos los que tomamos las decisiones sobre quién merece que le abramos nuestro corazón y le mostremos nuestros sentimientos. Esa persona debe valorarnos y aceptarnos como somos, comprendernos, apoyarnos en nuestras decisiones y fomentar nuestra autonomía y libertad. En esto consiste una relación en igualdad, respeto y solidaridad, es decir, en amor.

2. Infante, A.; París, A.; Fernández, L.; y Padrón, M. (2009). *¿Y tú qué sabes de “eso”? Manual de educación sexual para jóvenes*. Diputación de Málaga.



Componentes de análisis de la ilustración página 15



Luisa piensa acerca de lo que espera de un noviazgo, pero también tiene amigas que se encontraron en relaciones de dependencia. ¿Qué es una relación de dependencia?, ¿puedes poner ejemplos?, ¿qué se puede hacer si alguna vez te encuentras en una relación así?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: Análisis de noviazgos

Durante la adolescencia, los jóvenes y las jóvenes están configurando su propia identidad. Esta fuerte unión con el grupo de amigos forma lo que se llama una “identidad gregaria”, compartida con los pares y en la que se identifican con personajes públicos sociales como cantantes, futbolistas, actores, etc., que llegan a ser auténticos héroes para los adolescentes y que se convierten en modelos para ellos y ellas. Dentro de estos personajes públicos que se toman como referente en la adolescencia, se encuentran los cantantes y las cantantes, cuya música y los mensajes que transmiten puede convertirse en una guía de lecciones en las que apoyarse. Sin embargo, la música que escuchan a veces fomenta mitos acerca del amor, planteando relaciones basadas en la dependencia como modelos a seguir.

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la canción de Shakira “La Pared”:



Audio descargable en internet

La Pared. Shakira

Eres como una predicción de las buenas
Eres como una dosis alta en las venas
Y el deseo gira en espiral
Porque mi amor por ti es total
Y es para siempre

Después de ti la pared

No me faltes nunca
Debajo el asfalto
Y más abajo estaría yo
Después de ti la pared
No me faltes nunca
Debajo el asfalto
Y más abajo estaría yo
Sin ti

Eres la enfermedad y el enfermero
Y ya me has convertido
En tu perro faldero
Sabes que sin ti
Ya yo no soy
Sabes que a donde vayas voy
Naturalmente

Después de ti la pared
No me faltes nunca
Debajo el asfalto
Y más abajo estaría yo

Después de ti la pares
No me faltes nunca
Debajo el asfalto
Y más abajo estaría yo
Sin ti.

Con las estudiantes y con los estudiantes, tras escuchar la canción, se sugiere analizar conjuntamente, primero en grupos pequeños, y después en plenaria ¿Qué características tiene la relación que describe la canción?, ¿qué opinas sobre ella?, ¿cómo crees que se siente la protagonista de la canción?, ¿es una relación de equidad o una de las partes tiene poder sobre la otra?, ¿qué mitos sobre el amor encuentras reflejados en la canción?, ¿qué cambiarías en la historia que describe la canción?, ¿cómo debería ser es relación?

El facilitador o facilitadora deberá ir tomando nota de las conclusiones más importantes en un papelógrafo para repasarlo conjuntamente al finalizar el análisis.



MATERIALES

- Audio de la canción
- Copia de la letra
- Marcadores
- Papelógrafo



Trabajo en equipo



Dinámica lúdica 1: La tela de araña

Para fomentar reflexionar sobre la importancia del trabajo en equipo, nos quedaremos todos y todas unidos por la tela de araña.

Los participantes ponen de pie en círculo. El que comienza a tejer la tela de araña, dice su nombre, una cualidad positiva o algo que se le da muy bien hacer y qué aporta al grupo, por ejemplo “Yo soy Carolina y se me da bien dibujar”, o “Yo soy Pablo y se me da bien escuchar”..., y después, lo más importante que aprendió durante este primer módulo. Esta primera persona, tras decir la cualidad que aporta a la tela de araña, se queda con el extremo de la bola de lana, lo sujeta con el dedo y lanza a alguien del círculo la bola.

Cada persona que recibe la bola de lana rodea uno de sus dedos con la lana y pasa la bola a otra persona tras decir su cualidad y su aprendizaje. Así hasta que todo el grupo haya dicho algo que hace muy bien o una cualidad, además del aprendizaje.

Lo primero que comentaremos es cómo nos hemos sentido. Si ha costado localizar y decidir nuestra cualidad, así como el aprendizaje. Después trabajamos sobre las cualidades positivas y fortalezas que todos tenemos y nos sirven en nuestra vida cotidiana siendo un aporte para el grupo y para la sociedad. También la importancia de conocer nuestras fortalezas, nuestras motivaciones, nuestros intereses y nuestras debilidades. Luego, se les pregunta ¿Qué hemos construido? Asimismo, al tirar alguien de su cabo, la red tejida empuja a todo el grupo en esa dirección. Con ello se reflexiona sobre cómo es más fácil obtener un resultado cuando todos colaboramos que cuando lo hacemos solos. También, cuando formamos parte de un grupo, lo que le sucede a uno afecta a todos sus miembros. ¿Qué significa ser una red? Cuando se trabaja en red, ¿cómo nos afectamos mutuamente? Ejemplo: si una persona se levanta, ¿qué les pasará al resto? Si se quiere ir, si no quiere sujetar la lana, ¿afecta al grupo? Si tira con demasiada fuerza... Buscamos situaciones reales de la vida para comparar esta situación y hablamos de las ventajas o de los inconvenientes, ya sea centrados en el aula, o bien del entorno social.

¿Somos una red?
¿Nos afectamos?
¿De qué forma?



MATERIALES

- Bola de lana

Creando mi plan de vida



¿Cómo soy yo?

Lined area for writing with a large, faint question mark watermark.

¿Qué puedo hacer para ser un yo mejor?

Lined area for writing with a large, faint question mark watermark.

¿Tengo buena autoestima?



☐ Si

☐ No

¿Qué puedo hacer para mejorarla?

¿Qué puedo hacer para mantenerla?

Lined area for writing with a large, faint question mark watermark.

¿Alguna vez te has enamorado?



☐ Si

☐ No

¿Cómo lo viviste?

¿Qué significó para ti?

Lined area for writing with a large, faint question mark watermark.



¿Cómo te gustaría que fuera esa relación?



► ¿Cómo te gustaría que fuera la otra persona?

2

LAS
ETAPAS
de la vida

Situación de aprendizaje lúdica nº 4

Órganos sexuales

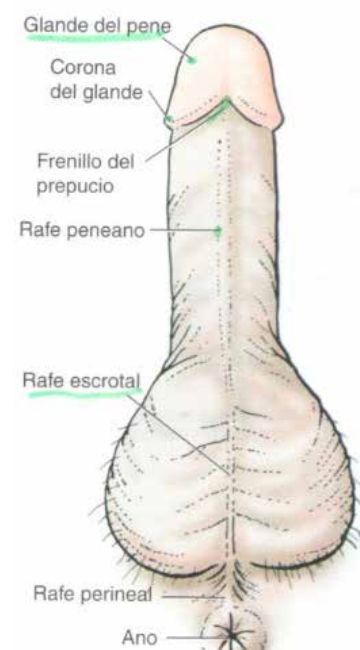


A veces, no conocemos realmente cómo son nuestros cuerpos, especialmente, nuestros órganos sexuales.

Los órganos sexuales se encuentran, tanto en los chicos como en las chicas, en la parte baja del abdomen entre las caderas. Los que están fuera del cuerpo son los órganos sexuales externos, y los que se encuentran dentro del cuerpo, son los órganos sexuales internos. Cuando llega la pubertad, los órganos sexuales maduran y el sistema reproductor de chicas y chicos comienza a funcionar dotándolos de la capacidad de engendrar un bebé.

Órganos sexuales masculinos externos:

Uno de los órganos es el pene. A través de él salen al exterior la orina y el semen. En el extremo del pene se encuentra el glande, una zona muy sensible puesto que en ella se ubican gran cantidad de terminaciones nerviosas. El glande está recubierto por una piel que lo protege llamada prepucio. Cuando se circuncida a una persona, se le quita el prepucio. Bajo el pene se encuentra una bolsa de piel fina y sensible llamada escroto, que protege los testículos. Los testículos son dos órganos de forma oval dentro de los cuáles se producen los espermatozoides y la hormona sexual masculina llamada testosterona. La testosterona es la responsable de estimular la producción de espermatozoides y genera los cambios que dan lugar a los caracteres sexuales secundarios. Gracias al escroto, los testículos pueden encontrarse fuera del cuerpo, pues necesitan una temperatura más baja (37°) que la del cuerpo para que los espermatozoides que contienen puedan madurar.

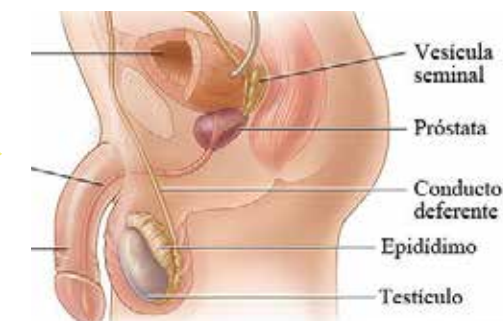


<http://anatomia.org.cr/perine-masculino/index.html>

Órganos sexuales masculinos internos:

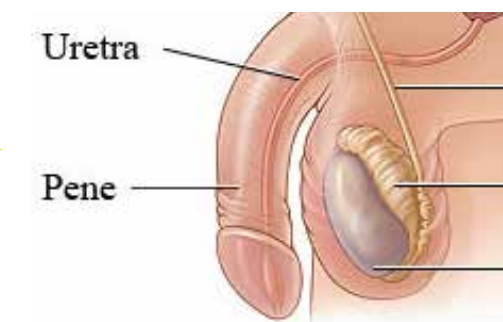
Los espermatozoides son las células sexuales masculinas cuya misión es fecundar un óvulo maduro. Alrededor de los 13 años comienza la producción de espermatozoides, la cual continuará durante el resto de la vida disminuyendo a partir de los 50 años. Su proceso de formación dura alrededor de 64 días y se componen de cabeza, cuerpo intermedio y cola, lo que les permitirá moverse en su camino hacia el óvulo a fecundar. Durante este viaje de fecundación, los espermatozoides salen de los testículos y llegan al epidídimo donde terminarán de madurar, de ahí continúan hacia los canales deferentes que son dos conductos largos y angostos que comunican los testículos con las vesículas seminales.

Las vesículas seminales, que son dos glándulas, recibirán el líquido seminal, cuyo propósito es nutrir y facilitar el movimiento de los espermatozoides. Bajo la vejiga encontramos la próstata, glándula que segrega el líquido prostático que garantiza la supervivencia de los espermatozoides y que al juntarse con éstos da lugar al semen, un líquido de aspecto blanco y espeso. Por debajo de la próstata se encuentran las glándulas de Cowper, donde se produce un líquido que neutraliza la acidez de la orina, de modo que antes de que se produzca la eyaculación, este líquido es expulsado limpiando la uretra y lubricando para facilitar el paso del semen durante la eyaculación.



<http://www.prosalud.org.ve/quienes-somos/426-Aparato%20Reproductor%20Masculino>

Finalmente, la uretra es el conducto que transcurre al interno del pene. Por su interior circulan la orina y el semen, pero no al mismo tiempo gracias a una pequeña válvula. En los testículos se producen cerca de 20 millones de espermatozoides al día, que quedan almacenados hasta que se produzca una eyaculación. Sin embargo, no todos serán expulsados, pues en cada eyaculación, se expulsan entre 200 y 300 espermatozoides. Los que nos son expulsados son reabsorbidos por el cuerpo. Los que sí llegan a ser eyaculados, podrán vivir dentro del aparato reproductor femenino entre 48 y 72 horas.



<http://www.prosalud.org.ve/quienes-somos/426-Aparato%20Reproductor%20Masculino>

Órganos sexuales femeninos externos:

Al conjunto de los órganos sexuales externos se le denomina vulva. Está compuesta por los labios mayores, que son dos pliegues de piel que protegen el interior de la vulva. También por los labios menores, dos pliegues de piel más pequeños cubiertos por los labios mayores, que protegen la uretra y el orificio vaginal. El orificio vaginal es la vía de acceso a la vagina y está parcialmente cubierto por una membrana delgada y flexible llamada himen. El clítoris es un pequeño órgano ubicado en la unión de los labios menores. Este órgano, debido a su sensibilidad tiene una función sexual.



http://www.catedu.es/bioge03/caracteres_sexuales_secundarios2.jpg

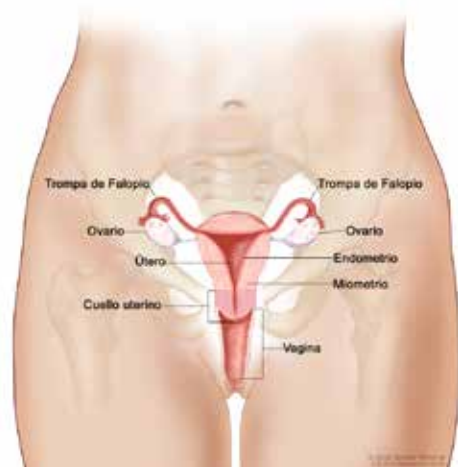
Órganos sexuales femeninos internos:

Están compuestos por la vagina, cuyas paredes son muy elásticas y conectan el útero con el exterior del cuerpo. Las paredes de la vagina tienden a estar lubricada creando un medio ácido que evita las infecciones, gracias a la presencia del flujo vaginal. El flujo vaginal es de color blanquecino, aunque cambia de aspecto y consistencia durante las distintas fases del ciclo menstrual.

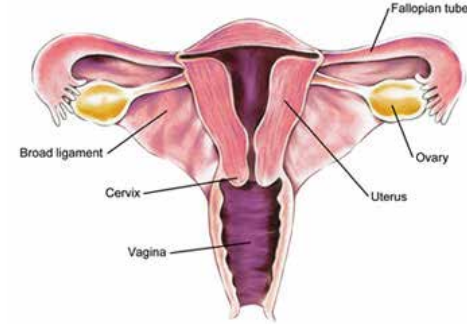
El cuello del útero o cévix separa la vagina del útero. Sirve para que la menstruación salga al exterior y pasen los espermatozoides durante las relaciones sexuales sin barrera. El útero o matriz es un órgano con forma de pera invertida, muscular y hueco con paredes de un tejido flexible. Esto es porque es ahí se desarrolla el feto durante el embarazo. Su capa interna se llama endometrio y su misión es alimentar al embrión en caso que el óvulo sea fecundado. Si no hay fecundación, se desprende dando lugar a la menstruación.

Las trompas de falopio, son dos conductos que unen el útero con los ovarios. Su misión es conducir cada mes el óvulo maduro producido en los ovarios hasta el útero, siendo en las trompas de falopio donde normalmente se produce la fecundación. En cuanto a los ovarios, son dos órganos pequeños con forma de almendra cuya misión es producir los óvulos y las hormonas sexuales progesterona y estrógeno.

Al contrario que los muchachos, que comienzan a producir espermatozoides durante la pubertad, las chicas ya nacen con todos los óvulos que tendrán durante su vida (aproximadamente 250,000 en cada ovario), pero que no comenzarán a madurar hasta la pubertad.



<http://farmacblog.wordpress.com/2012/12/16/como-funciona-el-ciclo-menstrual/utero/>



<http://estudiosobreelutero.blogspot.com/p/informacion.html>



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 19 a 22:



Atli'n y Mateo se encuentra realmente confusos tras ver numerosos posters. Y es que a menudo nos llega información descontextualizada o errónea, que suma más dudas a las que ya tenemos. Guiar a nuestros estudiantes dando explicaciones con rigor científico, pero en un lenguaje amigable, proporcionándoles recursos donde pueden encontrar información fiable y sobre todo, estando abiertos a responder cualquier pregunta en un clima de confianza, es fundamental.

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: Conociendo nuestro cuerpo

¿Qué tan bien conocemos nuestros cuerpos?

Evaluemos junto a los jóvenes y las jóvenes qué tan profundo es el conocimiento de los órganos sexuales.

Se hacen dos grupos, a uno se le pide que dibuje la silueta de una compañera sobre papelógrafos, y al otro la silueta de un hombre. Después se les dan diferentes *post-it*. A un grupo se le darán *post-it* con el nombre de los órganos sexuales de las mujeres, mezclados con *post-it* con las funciones de cada uno de esos órganos sexuales. Al otro grupo, se le dará lo mismos, pero con nombres y funciones de los órganos sexuales de los hombres.

Primero tendrán que agrupar los *post-it*, juntando el nombre de cada órgano con su función. Después, deberán ir a la silueta que dibujaron en el papelógrafo, dibujar los órganos sexuales e ir pegando a la par de cada órgano el *post-it* con el nombre y la función de ese órgano. Una vez hayan terminado, cada grupo pasará a corregir el trabajo del grupo vecino, siendo ayudados por el facilitador completando o corrigiendo información.



MATERIALES

- Papelógrafo
- Marcadores
- Post-it

Situación de aprendizaje lúdica nº 5

La pubertad



¿Cómo va a cambiar mi cuerpo? o ¿podré tener bebés cuando mis órganos sexuales maduren? son preguntas que preocupan a los niños y niñas y a los adolescentes y a las adolescentes que están directamente relacionados con la llegada de la pubertad. Como docentes debemos proporcionar respuestas que clarifiquen y ayuden a tomar con tranquilidad y naturalidad el proceso de desarrollo físico, psicológico y afectivo.

La llegada a la adolescencia se caracteriza por cambios físicos muy evidentes como una gran aceleración del crecimiento, cambios en la forma del cuerpo y el desarrollo de los caracteres sexuales secundarios (por ejemplo, el crecimiento de la barba, el cambio de la voz, el crecimiento de los senos, la primera menstruación, etc.). Los primeros cambios que se notan son en la altura. También las glándulas sudoríparas hacen que aumente la transpiración, es decir, que se sude más; y las glándulas hacen que la piel segregue más grasa y nos salgan barritos en la cara, los hombros o la espalda. Es importante mantener una buena higiene a medida que el cuerpo madura.

Esto cambios constituyen lo que se denomina “*pubertad*”, la cual marca el comienzo de la adolescencia. También se producen cambios a nivel psicológico y emocional reflejados en la manera de entender y sentir el mundo y las relaciones sociales, así como en la forma de abordar los problemas. A nivel social se tiene mayor tendencia a pasar tiempo con los amigos y las amigas de la misma edad y a buscar su propio lugar en la sociedad.

Es importante diferenciar entre pubertad y adolescencia. La primera es principalmente un proceso físico y fisiológico, en cambio la segunda tiene componentes psicosociales y afectivos, es decir, tiene una estrecha relación con el ambiente social en el que vivimos y nos relacionamos con los demás.



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 24 a 27:



Carlos e Ixmucané están resolviendo las dudas de sus hermanos pequeños. A veces, entre pares, es más fácil ponerse en el lugar del otro y entender dónde está encontrando dificultad en los conceptos, o transmitir conocimientos utilizando lenguajes, ejemplos y códigos familiares entre los jóvenes y las jóvenes.



Entender cómo va cambiando nuestro cuerpo en los distintos momentos de la vida nos ayuda a aceptarnos, querernos y cuidarnos...

¿Tú qué opinas?



Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: Terrícolas y extraterrestres

A través de la siguiente dinámica comprobaremos con el alumnado si conocen la diferencia entre sexo, sexualidad y los cambios que se producen en la pubertad.

Se divide al grupo en dos equipos. Después se asigna a un grupo como los y las terrícolas y al otro como los y las extraterrestres. Se da las instrucciones a cada grupo por separado, y se informa a los extraterrestres que ellos son de otro planeta y que han venido a la tierra para aprender más sobre este mundo y sus habitantes. Se les dice que lo único que han escuchado repetidamente es sobre el sexo y tienen curiosidad de saber lo que es. Se les indica que pregunten al grupo de las terrícolas al crecer. Se enfatiza que ellas no saben absolutamente nada sobre el sexo o la sexualidad y se les anima a hacer todas las preguntas que se les ocurran sobre cada detalle relacionado con el tema. Se les indica a los terrícolas que serán cuestionados sobre ciertos temas por los extraterrestres y que deben contestar todas las preguntas. Se da al grupo entre 15 a 20 minutos para desarrollar la actividad. Después se regresa al grupo para discutir el análisis de lo que han realizado. Se pone atención a los símbolos asociados al sexo y sus significados y se identifica el contenido emocional y cognitivo que le asignamos a los símbolos sexuales. Se escriben todas las respuestas que el grupo presente en un papelógrafo.

Para fomentar el análisis se sugiere reflexionar con el grupo sobre ¿Que sintieron al tratar de explicar lo que es el sexo y la sexualidad?, ¿cómo se sintieron al hacerlo?, ¿por qué se sintieron así?, ¿qué nivel de conocimiento sobre sexo y sexualidad piensan las participantes que poseen?

Fuente: Cabria, A. y Martínez, A. (2010) Anticoncepción de emergencia: Un derecho sexual y reproductivo. Una guía para promover la salud comunitaria. Pacific Institute for women's health.



MATERIALES

- Papelógrafo
- Marcadores
- Post-it

Situación de aprendizaje lúdica nº 6

La reproducción

Para evitar embarazos no deseados, es importante que conozcamos nuestros cuerpos, pero también cómo se produce la reproducción humana.

Empecemos con los cambios que experimentan los chicos cuando hay excitación: una erección. Esta se debe a que un tejido esponjoso que se encuentra en el interior del pene se llena de sangre. Cuando esto sucede el pene se pone rígido y su altura y longitud aumentan. Durante la erección, se puede producir una eyaculación, fruto de la excitación, que puede ser voluntaria, como ocurre durante las relaciones sexuales, o involuntaria como en el caso de las eyaculaciones nocturnas. Durante la eyaculación se expulsa el semen, un líquido compuesto por espermatozoides y otras sustancias.

En cuanto a las chicas, durante la pubertad tiene lugar la primera menstruación o menarquia. Desde entonces, aproximadamente cada 28 días se produce la menstruación. Durante este periodo hay una etapa fértil llamada fase de ovulación en la que se puede producir la fecundación, si el óvulo maduro se une a un espermatozoide y, por tanto, el embrión que dará lugar a un nuevo ser.



Componentes de análisis de la ilustración página 23:



En esta ilustración Atli'n cuestiona sobre si podrá tener bebés cuando sus órganos sexuales maduren. Efectivamente, durante la pubertad, con la llegada de la menarquia o primera menstruación, los órganos sexuales de las jóvenes ya han madurado y el cuerpo está listo para poder gestar. En cuanto a los jóvenes, desde la pubertad los testículos producen continuamente espermatozoides, que son los responsables de la fecundación.

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: Reproducción artística

Comprobemos con el alumnado si se entiende el proceso de la reproducción. Se distribuirá el grupo en cuatro grupos más pequeños. A cada grupo se le dará una cartulina y se le pedirá que explique el proceso de reproducción mediante un dibujo; a otro, que lo haga mediante un poema; a otro que lo haga mediante una canción; y al último mediante una obra de teatro. Tras darles un tiempo para trabajar, cada grupo pasará a exponer y explicar ante el resto la reproducción de forma artística.

Mientras, el resto de grupos que constituyen el público tendrán silbatos, de modo que si en la presentación hay algo incorrecto, harán sonar sus silbatos, la exposición se detendrá unos minutos y el grupo que silbó hará la corrección pertinente.



MATERIALES

- Cartulinas
- Marcadores
- Silvatos
- Hojas de papel

Situación de aprendizaje lúdica nº 7

Cuerpos iguales y diferentes



Si todos fuéramos iguales, qué aburrido sería ¿no?

Es importante aceptar que durante la adolescencia el cuerpo experimenta cambios, que en cada persona se produce en tiempos diferentes, pero sobre todo, cada uno y cada una vivimos estos cambios en nuestros cuerpos de manera distinta. Hay adolescentes a los que les cuesta sentirse bien y adaptarse a cómo son sus cuerpos y a cómo es su imagen ahora. No aceptarse puede llevar a sufrir trastornos de la alimentación que constituyen graves enfermedades. Conocerse a uno mismo contribuye a sentirse más seguro de quién se es, con las cualidades y con las virtudes que cada uno tiene. Esa valoración de uno mismo o autoestima, nos ayudará a enfrentar los cambios que sufriremos en la vida con mayor seguridad y optimismo. Y es que todos los cuerpos son diferentes y hermosos. Aceptarnos tal y como somos nos hace más bellos que nadie, pues si nos queremos a nosotros mismos, también los demás lo harán.

¡Nuestro cuerpo es nuestro y de nadie más! ¡Amémoslo y cuidémoslo!



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 28 y 29:



¿Cómo es nuestro cuerpo?
¿En qué se diferencia del de los demás?
¿Qué características me hacen especial?

Tras la lectura de este capítulo, los estudiantes y las estudiantes tendrán que ser capaces contestar estas preguntas y otras parecidas.

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

¿Qué tipo de información encontramos?
¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: La fiesta

Esta actividad está encaminada a fomentar que los jóvenes y las jóvenes piensen acerca de cómo valoran sus cuerpos.

Se saca a todos y a todas del salón y el facilitador se pone en la puerta cerrándola tras de sí. Entonces, les cuenta que dentro hay una fiesta, la más divertida y fantástica que se puedan imaginar, pero que es una fiesta de “traje”, entonces, para poder entrar tiene que aportar algo. Así, cada persona que quiera entrar a la fiesta debe decir su nombre, qué objeto trae y una parte de su cuerpo que le guste explicando por qué. El truco para poder pasar es que la primera letra del objeto que se aporta debe coincidir con la letra inicial del nombre de la persona, pero hasta que adivinen esto, tendrán que analizar diferentes partes de su cuerpo y qué valor tienen para ellos y ellas. Por ejemplo, para poder pasar alguien podría decir “Me llamo Carolina, traigo cerezas y mi pelo que me gusta porque es largo y colucho”. Los que acierten en la clave, podrán pasar al salón donde está la fiesta, los que no, deberán permanecer fuera haciendo más intentos.

Cuando todos hayan pasado a la fiesta, se reflexiona con los jóvenes y las jóvenes sobre si les costó encontrar partes de su cuerpo que valoraran y explicar por qué, cómo se sintieron, si se sintieron identificados con los comentarios de sus compañeros, las características y razones de unos y otros, y finalmente, qué relación tiene todo esto con la autoestima.



MATERIALES

No se requiere ningún material, pero se puede poner música dentro del aula para que dé más sensación de que dentro hay una fiesta. Esto servirá mucho para ambientar el salón.



Trabajo en equipo

Dinámica lúdica

El trabajo de equipo de este módulo servirá al mismo tiempo para evaluar los contenidos aprendidos. Para ello nos serviremos de la técnica FODA.

El FODA es una matriz que nos permite definir y contextualizar una situación a partir de cuatro marcos de análisis: Debilidades, Amenazas, Fortalezas y Oportunidades. Antes de comenzar la actividad, el facilitador o la facilitadora deberá tener una matriz construida a base de cartulinas con las palabras correspondientes al FODA, escritas una en cada cuadrante. Después se distribuirá a los estudiantes y a las estudiantes en grupos. A cada grupo se le repartirán 4 tarjetas tamaño carta.

Grupalmente deben reflexionar, debatir y acordar las respuestas a los temas que se plantean en cada cuadrante, de modo que en cada tarjeta quede reflejada la opinión del grupo. Después, un portavoz de cada grupo expondrá delante del resto sus ideas y colocará cada tarjeta en el cuadrante correspondiente de la matriz. Primero se trabajará en grupos, de no más de seis personas, y después se discutirá en plenaria, para poder conversar sobre el sentido por contraste de lo construido en cada grupo y finalmente entre todos.

Tras las exposiciones de todos los grupos, todos juntos evaluarán las debilidades del grupo y de las actividades, las fortalezas, las cosas a mejorar y las potencialidades del grupo y del trabajo que se ha venido realizando y que se podría llevar a cabo.



MATERIALES

• Cartulinas

• Marcadores

• Masking tape

Creando mi plan de vida



¿Quiero tener un bebe?

☐ Si

☐ No

¿Cuándo me gustaría tenerlo?

¿Por qué no te gustaría?

Hasta que lo tenga...



¿Quiero tener un bebe?

¿Qué me gustaría estudiar?

¿En qué quisiera trabajar?

¿A dónde me entusiasmaría viajar?

¿Qué lugares desearía conocer?



¿En qué me gustaría utilizar mi tiempo libre?



3

ROLES DE GÉNERO, CULTURA Y sexualidad

Situación de aprendizaje lúdica nº 8

Los medios de comunicación como reproductores de estereotipos



¿Qué imagen nos muestran los medios de comunicación sobre cómo somos los hombres y las mujeres?

La respuesta a esta pregunta la encontramos en los estereotipos de género. La televisión, la radio, los periódicos o el mismo internet, son medios de difusión de estos estereotipos. ¿Qué imágenes de mujeres encontramos? Mujeres abnegadas, sin control sobre sus emociones, frágiles, renunciando o postergando sus propias necesidades por las de su marido u otros miembros de su familia. ¿Y qué tipo de hombres muestra? Hombres fuertes, poderosos, competitivos, que no muestran sus emociones, priorizando sus necesidades y proyectándose a ocupar espacios en la sociedad. Los medios de comunicación no sólo nos muestran estas imágenes estereotipadas de los hombres y de las mujeres, sino que también mitifica el amor romántico caracterizándolo. ¿Cómo debe ser el amor? Generalmente nos muestran relaciones en las que la chica pasiva y buena acaba triunfando en el amor siendo así, mientras la que fracasa y se representa como mala, es la activa y que transgrede normas.

Algunos de los mitos que encontramos sobre el amor romántico son:

Que cada persona tiene un alma gemela o media naranja que viene a complementarnos:

Esto nos dice que no somos personas completas que podemos desarrollar nuestra vida a partir de nosotros mismos, tener una identidad propia como individuo, sino que necesitamos a otra persona, una pareja, o siempre estaremos incompletos. La búsqueda de esa mitad que nos falta nos puede llevar a un gran error: pensar que tendremos una relación perfecta con esa persona cuando, como ya hemos visto, todos tenemos virtudes y también defectos. La aceptación de estos defectos será parte del proceso de tener una relación. Así como no existen las personas perfectas, tampoco existen las relaciones perfectas.

No es posible amar dos veces:

Que sólo existe un único amor verdadero es otro mito muy difundido a través del cine. En realidad como hemos visto, las personas somos dinámicas, vamos cambiando durante nuestra vida, por lo tanto, el tipo persona o de relación que podemos tener también va cambiando, lo que nos permite poder entendernos con una gran diversidad de personas diferentes.

Si una persona ama de verdad, conocerá los deseos del otro sin tener que decírselos:

Mientras no poseamos el don de la adivinación, conocer las necesidades del otro sin que haya una comunicación entre ambas partes parece bastante complicado. Ir conociendo a la pareja a medida que una relación se va desarrollando en el tiempo nos puede dar muchas pistas sobre sus intereses, necesidades y sentimientos; sin embargo, para que exista este conocimiento es necesaria una comunicación abierta, en confianza y respeto. La mejor manera de que nuestra pareja sepa cómo nos sentimos o qué queremos, es que se lo digamos. También que la otra persona nos lo diga es fundamental, pues la comunicación debe ser bidireccional, ya que en una relación las dos personas implicadas son importantes por igual.

El amor lo puede todo:

Esto puede ser una venda en los ojos, pues esta creencia puede llegar a justificar el continuar en relaciones que no nos hacen felices o en las que incluso hay violencia, pensado que el amor es suficiente para que las cosas mejoren o la violencia cese.

El enamoramiento y el amor no son lo mismo:

Es natural que la alegría y euforia que sentimos cuando estamos enamorados, con el tiempo disminuya. Esto no quiere decir que ya no queramos a la otra persona, todo lo contrario, las relaciones van pasando por etapas igual de importantes. En el tránsito del enamoramiento al amor, las parejas son capaces de tener su propia vida y tener una vida en común sin la necesidad de pasar cada minuto juntos, pues los valores que priman en el amor son el respeto, la solidaridad y el entendimiento mutuo.

Si me cela, es porque me ama:

Este es uno de los mitos sobre el amor más peligrosos porque amparado en el amor justifica relaciones en las que una de las partes controla, acosa y ejerce violencia contra la otra. Los celos reflejan que no nos queremos a nosotros mismos, no nos sentimos seguros de quién somos ni de nuestro valor, entonces ¿cómo hacer para que la persona amada se mantenga a nuestro lado? Es aquí cuando empieza el control y la violencia para evitar la pérdida, aunque lo que realmente acaba alejando a la pareja son precisamente esos celos. Cuando nos encontramos en una relación amorosa, es normal tener miedo a la pérdida, pero eso no nos da carta blanca para limitar a nuestra pareja y controlarla.



Componentes de análisis de la ilustración página 34:



Carlos y José miran la televisión cuestionando la imagen que se da de los hombres y de las mujeres y si es posible ser hombre y mujer de una manera diferente a la que muestran los medios de comunicación. Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes cómo son los anuncios que oímos en la radio o vemos en la televisión y qué dicen las canciones que escuchamos.

¿Qué imagen nos muestran de las mujeres y de los hombres?

¿Cómo nos dicen que deben ser?

¿Qué tan reales son estas representaciones?

¿Somos realmente así?

Reflexionemos junto a los estudiantes y a las estudiantes sobre las ilustraciones en función de:

¿Qué tipo de información encontramos?

¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?

¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?

¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?

¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: Cómo veo a los demás y cómo me hacen ver a los demás

Analicemos juntos cómo los prejuicios y estereotipos son plasmados en nuestra vida cotidiana en series de televisión, cine, comerciales y distintos medios de comunicación y cómo estos nos afectan en nuestra construcción de lo que son las demás personas.

Se empieza preguntando a los y las jóvenes qué tipo de personajes pueden encontrar en las películas de dibujos animados y qué características tienen. Así, mientras se describen los distintos estereotipos, se focalizará la atención en las características de las princesas y analizaremos si esas características podrían extrapolarse a las mujeres. Se proyectará el video “Estereotipos Disney”. Después se debatirá sobre las representaciones de la femineidad y de la masculinidad y se introducirán conceptos clave sobre género y discriminación. Se les dejará la tarea de que durante el fin de semana observen la imagen de las mujeres que se presenta en los telediarios, películas y publicidad.

Para la reflexión conjunta se sugiere aclarar los conceptos de estereotipo, prejuicio y discriminación, además de aclarar los términos sexo y género. Es importante reflexionar sobre los estereotipos de género y cómo estos llevan a prejuicios, discriminación y situaciones de inequidad de género en mi manera como veo a los demás.



MATERIALES

• Video

• Proyector

• Bocinas

• Papelógrafo

• Laptop

• Marcadores



Fuente video:
<http://www.youtube.com/watch?v=K00W3gvc4dg>

Situación de aprendizaje lúdica nº 9
Sexo y género



Las personas ordenamos nuestro mundo clasificando a los demás en grupos. Están las personas a las que les gusta el fútbol, las que son buenos en baile, las que son bromistas, las que son intelectuales, las que les gusta leer, las que son parranderas... y así podemos clasificar a las personas que nos rodean de un sin fin de maneras.

El primer criterio que se nos aplica en la vida para incluírnos en un grupo es el sexo. Ya desde el vientre materno el ginecólogo dice a la mamá y al papá el sexo del bebé y se comienza a crear un entorno para recibir al nuevo ser que será diferente en función de si es niño o niña: el tipo de ropa que le comprarán y el color que tendrá, la decoración de su habitación, el tipo de juegos que compartirán con el bebé, incluso la forma de festejar el nacimiento será diferente si es un niño o si es una niña... Y es que nuestro sexo, definido por nuestros órganos sexuales, nos clasifica desde antes incluso de nacer.

Otro criterio que nos clasifica, y que a diferencia del sexo, que es biológico, es socialmente construido, es el género. El género es el conjunto de creencias, valores y comportamientos que se consideran propios y adecuados para los hombres y para las mujeres en una determinada sociedad y en un momento histórico concreto. A través de un proceso de socialización llegamos a identificar el sexo biológico con un género concreto. Ese proceso se produce mediante la educación y las relaciones con los demás, ya que desde que nacemos vamos adquiriendo la identidad de género, que es la percepción y creencia que cada persona tiene de ser un hombre o una mujer y de sentirse identificado con ese sistema de valores, creencias y comportamientos.

Un ejemplo podemos encontrarlo en los juguetes que tradicionalmente se les dan a los niños y a las niñas. A las niñas se les regalan juguetes como muñecas a las que cuidar, o una cocinita, para reproducir mediante el juego tareas que tradicionalmente se le asignaron a las mujeres. A los niños, en cambio se les regalan carritos y balones, juguetes relacionados con papeles públicos y que fomentan la autonomía.



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 35 y 36:



Carlos y José se dan cuenta que la sociedad nos transmite una serie de normas y valores sobre lo que significa ser hombre y ser mujer. Reflexionemos juntos: ¿qué ventajas tiene ser hombre?, ¿y ser mujer?, ¿qué desventajas tiene ser mujer?, ¿y ser hombre?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?

 Dinámica lúdica 1 : Sistema sexo- género

Mediante la siguiente dinámica, los jóvenes y las jóvenes analizarán las diferencias entre los conceptos sexo y género.

En un lenguaje sencillo y a través de los ejemplos de la vida cotidiana, aprendamos a diferenciar sobre qué es sexo y qué es género, y el papel de la sociedad y la cultura en su construcción.

Se divide al alumnado en varios grupos y a cada grupo se le suministra un juego de tarjetas, en las que las frases que hacen referencia a género y las que hacen referencia a sexo están entremezcladas. Cada grupo recibirá un papelógrafo y deberá dibujar dos columnas en el mismo, una bajo el título género y otra bajo el título sexo. Luego tendrán que ordenar las tarjetas bajo una u otra según corresponda. En la puesta en común cada grupo deberá explicar al resto de compañeros y compañeras por qué han ubicado de una forma u otra cada tarjeta, resaltando las situaciones que plantean las tarjetas y su opinión y dudas al respecto.

Sexo	Género
Cromosoma Y	El hombre debe ser quien decida cómo, cuándo y dónde tener relaciones sexuales con su pareja.
Barba	Los hombres no deben llorar o expresar emociones.
Testículos	Los hombres deben llevar la iniciativa del noviazgo.
Pene	Las mujeres son responsables de las labores domésticas.
Vagina	Llevar aretes.
Cromosoma X	Llevar el cabello corto.
Ovarios	Jugar con carritos.
Senos	La madre es la única responsable de los hijos e hijas.

El docente o la docente podrá comprobar si han asentado los conocimientos y son capaces de explicarlos con sus propias palabras. En caso algo no haya quedado claro, la docente o el docente puede reexplicarlo.

Los jóvenes y las jóvenes pueden exponer sus razonamientos, así como sus dudas y miedos con el apoyo del facilitador. Es importante que comprendan que se puede obtener un mismo resultado en la tarea, utilizando diversos caminos, lo cual ayuda a fomentar su creatividad y su curiosidad.

  **MATERIALES**

- Papelógrafos
- Marcadores
- Masking Tape

Situación de aprendizaje lúdica nº 10
Roles de género y masculinidades alternativas



Hemos visto que cuando asociamos un sexo biológico con características de género determinadas, nos acabamos identificando de tal manera que formamos la identidad de género, pero ¿cómo se llega a afianzar esta identidad? La respuesta es mediante los roles de género. Estos son las normas, costumbres, prohibiciones, creencias, valores, actividades y recompensas que cada sociedad atribuye a los hombres y a las mujeres. Estos roles se manifiestan a través de la masculinidad y de la feminidad.

¿Qué características son propias de la masculinidad?
¿Y cuáles propias de la feminidad?

Una mujer considerada “femenina” debe ser maternal y anteponer el cuidado de su familia a sí misma, su máxima realización es que los suyos se realicen. Un hombre al no engendrar hijos pueden jugar un papel opcional, ser padres o no, pues su tarea termina con la fecundación. Lo doméstico no es misión de ellos, sino abrirse paso en el ámbito público, pues deben proveer de recursos a sus familias mediante el trabajo.

¿Qué ocurriría si una mujer decidiera no tener hijos?, ¿y si un hombre prefiriera las tareas domésticas y criar a sus hijos?, ¿qué diría nuestra sociedad sobre ellos?, ¿se pondría en duda su feminidad o su masculinidad?

Cuando estos roles de género son muy rígidos y las posibilidades de ser modificados son reducidas, hablamos de estereotipos de género. Estos nos dicen qué se entiende por feminidad y por masculinidad en una determinada sociedad en un momento histórico concreto. ¿Pero qué sucede si no coincides con el estereotipo? Por ejemplo, no se considera femenino que a una mujer le guste jugar al fútbol, y un hombre debe ser fuerte pero, ¿y si no lo eres?

La sociedad rechaza y sanciona a las personas que quieren ser hombres y mujeres de forma diferente, pero los cambios son posibles y empiezan en la mente de las personas. Nosotros como docentes podemos contribuir de forma fundamental en este proceso, pues numerosos estudios demuestran que las brechas entre hombres y mujeres disminuyen a medida que la educación es más igualitaria.

Si pensamos en cómo vivían nuestras abuelas y de qué derechos podían disfrutar, vemos que el ser mujer ha cambiado mucho de ellas a nosotras. Y si los roles de las mujeres han cambiado, ¿habrán cambiado los roles de género de los hombres también? Efectivamente hoy en día se habla de una crisis de la masculinidad en cuanto a los roles de género tradicionales atribuidos a los hombres, comenzando a difundirse modelos de convivencia entre hombres y mujeres más igualitarios. Así, surgen las llamadas nuevas masculinidades o masculinidades alternativas.

A través de estos nuevos roles de género, los hombres pueden explorar y desarrollar su parte emocional, participar en la toma de decisiones reproductivas, implicarse activa y responsablemente en la crianza de los hijos e hijas, y tener relaciones basadas en el respeto y no en la violencia ni en la agresividad. Como docentes, convertir las aulas en espacios de respeto e igualdad hace a los alumnos más libres, pudiendo vivir su masculinidad de forma respetuosa, saludable y libre.



Componentes de análisis de la ilustración página 37:



Carlos y José analizan qué implica el concepto tradicional de masculinidad y cómo es posible para los jóvenes el ser hombre de una manera diferente. ¿Tú qué opinas?, ¿veríamos extraño que un hombre se ocupe del cuidado de los hijos e hijas?, ¿y si un día nos subiéramos al bus y fuera una mujer la que lo manejara nos parecería raro?, ¿por qué?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

¿Qué tipo de información encontramos? ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene? ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad? ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos? ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?

Dinámica lúdica 1 : Sistema sexo- género

A través de esta dinámica analizaremos los roles de género tradicionales en los procesos de cortejo.

Primero el facilitador o facilitadora hace una breve introducción a la figura de Don Juan Tenorio, el amante que vive de conquistar mujeres (y cuantas más conquiste, mejor) ya sea mediante el engaño, la seducción o la manipulación. Este personaje compite con otros hombres por las mujeres batiéndose en duelo, es decir utilizando la violencia. Doña Inés, la protagonista femenina de la obra es inocente, cándida, sumisa y crédula ante las promesas de amor de Don Juan.

Después se dividirá el grupo en dos. A un grupo se le pedirá que imagine la situación de cortejo de Don Juan y Doña Inés. ¿Qué le diría para seducirla?, ¿cómo se comportaría?, ¿qué diría ella?, ¿cómo se comportaría?

El otro grupo tendrá que actualizar esa historia rompiendo los roles de género tradicionales y buscando crear una situación que represente la igualdad de género. De cada grupo salen dos representantes a dramatizar la escena que se haya preparado dentro del grupo. Primero sale el grupo de la historia tradicional. Tras la representación se analizará colectivamente la relación entre sexualidad y la imagen de las mujeres y de los hombres que muestra, también de las relaciones de parejas ¿es realmente amor?, ¿qué tipo de relación de pareja podrían tener estos dos personajes?

A continuación salen a actuar los representantes del grupo de la historia actualizada. Al terminar se analizan los mismos temas, así como qué diferencias hay con los personajes anteriores. Para finalizar, se pregunta a los jóvenes y a las jóvenes qué tipo de personajes prefieren y por qué.



MATERIALES

- Papelógrafos
- Marcadores
- Masking Tape

Situación de aprendizaje lúdica nº 11
Sexualidad y los valores ligados al género



La sexualidad femenina es algo sobre lo que históricamente todo el mundo ha querido tener control. Los padres y madres sobre la virginidad de su hija, los maridos sobre la fidelidad de la esposa, y las madres sobre la honra de sus hijas para no enturbiar la imagen de la familia. Sin embargo, la sociedad no penaliza que un hombre no llegue virgen al matrimonio, es más, se espera que ya sea sexualmente activo mucho antes, los maridos pueden ser infieles y que un hijo vaya teniendo relaciones sexuales por ahí no afecta al buen nombre de la familia. ¿Por qué hay una moral diferente cuando se trata de la sexualidad de las mujeres que de la de los hombres?

Si las mujeres comienzan a acceder a sus derechos, ¿por qué no también a los Derechos Sexuales y a los Derechos Reproductivos?

Al igual que los roles de género son aprendidos, también la expresión de la sexualidad es algo aprendido. Generalmente hay normas y sanciones sociales para quienes las transgreden, pues la expresión de la sexualidad de las mujeres ha estado históricamente más reprimida que la de los hombres. ¿Por qué crees que sea esto?



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 38 y 39:



Ahora que Carlos y José ya han profundizado en conceptos como el género, el sexo, la identidad de género, o los roles de género, hay unas preguntas que les intrigan: ¿qué relación tiene todo esto con la sexualidad?, ¿cómo podemos definir la misma sexualidad viéndola reflejada en nuestras vidas?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

¿Qué tipo de información encontramos? ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene? ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad? ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos? ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?

 Dinámica lúdica 1: El escultor y la arcilla

Mediante esta actividad vamos a vivenciar qué significa estar inmerso en una relación de poder.

Se hace una lluvia de ideas sobre palabras que tengan que ver con sexualidad y palabras que tengan que ver con género. El facilitador o la facilitadora las irán apuntando en un papelógrafo.

Se distribuye al grupo en parejas, se les dice que uno será la arcilla para modelar y el otro el escultor. El escultor deberá representar, moldeando la expresión corporal de la arcilla, alguna de las palabras que salieron en la lluvia de ideas. Al terminar, todos los escultores pasearán por el museo viendo las esculturas. Cada escultor deberá explicar al resto qué significa lo que modelo. Después, se cambian roles y el que antes fue arcilla pasa a ser escultor y viceversa repitiendo la actividad.

Al terminar, se reflexiona conjuntamente sobre qué tan bien conocíamos las palabras que intentamos representar. También sobre cómo se vivió en el papel de arcilla el no ser dueño de la voluntad propia, sino tener que hacer lo que el escultor quería. También para los escultores es positivo analizar qué supuso para ellos tener ese poder sobre otra persona. El objetivo de estas reflexiones es entender qué supone una relación de poder.





MATERIALES

- Papelógrafos
- Marcadores

Situación de aprendizaje lúdica nº 12
Sexualidad y los valores ligados al género

 La sexualidad, el género y la autoestima son tres conceptos que van de la mano. En cada sociedad, en cada cultura y en cada momento histórico existen unos modelos de belleza que indican cómo debe ser un cuerpo para resultar atractivo, lo que generalmente es imposible de lograr, especialmente para las chicas. Al compararnos y ver que no cumplimos con los cánones de belleza establecidos, puede que no nos sintamos contentos con nuestra imagen, que nos queramos menos y no nos aceptemos tal cual somos, es decir, disminuye y afecta nuestra autoestima. Este rechazo a la propia imagen y esta baja autoestima, si no se conducen fomentando la aceptación de uno mismo, pueden llegar a generar patologías como la anorexia, la vigorexia o la bulimia.

Para tener una buena autoestima, es necesario poder conocernos a nosotros mismos (autoconocimiento). Esa posibilidad de mirar dentro de nosotros y reflexionar sobre quién somos, es imprescindible en una etapa de formación de la identidad como la adolescencia. De la posibilidad de conocernos y aceptarnos depende tener una buena autoestima. Y es que sólo se puede amar lo que se conoce; conocernos es necesario para valorarnos como es debido.

 Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 40 a 43:



Ixmucané, Luisa e Ixchel se encuentran viendo una revista en la que aparecen imágenes de mujeres consideradas como bellas. No coincidir con los cánones de belleza que establece la sociedad a través de los medios de comunicación nos puede crear inseguridades. ¿Qué tan real crees que es la imagen de las mujeres que presentan los medios?, ¿qué ocurre si mi cuerpo no es como el de las personas que allí aparecen?, ¿cómo puedo querer y valorar más mi cuerpo y ayudar a los demás a que también lo valoren?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: El mercado de cualidades

¿Qué tan bien conoces tus cualidades?, ¿y qué tan bien las valoras? Analicémoslas juntos comprando en El Mercado de las cualidades.

En adelante el salón se convertirá en un mercado en el que tú puedes intercambiar cualidades. Cada uno tendrá una hoja de papel en la que durante unos minutos apuntará todas las cualidades positivas que posee. Después abrirá el mercado. Cada uno y cada una caminará por el mercado y cada vez que se encuentre a alguien le preguntará qué vende. Esa persona le dirá qué cualidades suyas vende y si alguna te interesa, puedes intercambiarla por alguna de las tuyas si la otra persona accede a hacer trato. Pude darse que no se haga trato porque la cualidad que la otra persona te pide a cambio te parezca demasiado valiosa para darla por la que te ofrece. En ese caso deberás seguir visitando vendedores. En tu hoja deberás ir tachando aquellas cualidades que hayas intercambiado, y escribiendo junto a ellas las cualidades por las que las intercambiaste.

Al final de la dinámica se hace un círculo y se les pregunta a los participantes y a las participantes qué tipo de cualidades consiguieron, por qué quisieron esas cualidades y cuando no hubo trato, por qué decidieron no intercambiar su cualidad.

Finalmente se analizará si les costó encontrar sus cualidades positivas y qué les guió en la valoración que hicieron en las cualidades de los demás.



MATERIALES

- Hojas de papel
- Bolígrafos



Trabajo en equipo



Dinámica lúdica

Seguiremos explorando el trabajo en equipo a través de la siguiente dinámica:

Se divide el grupo en grupos más pequeños. Después se les indica que van a hacer un mural sobre la sexualidad, para ello se les dan marcadores, tijeras, crayones, lápices y otros materiales. Pero antes de ponerse manos a la obra, se les pedirá que cierren los ojos. Cuando los abran tendrán una calcomanía pegada en la frente, en esa calcomanía habrá una palabra que definirá a la persona que la lleve. Cada uno podrá saber qué pone en la de los demás, pero no sabrá qué se pone en la suya. Está prohibido pasarle el chisme al compañero sobre lo que se pone en su etiqueta. Entonces, comenzará el trabajo en grupo, sólo que las personas que lo forman deberán tratarse entre sí en función de lo que dice en su etiqueta, con independencia de cómo la persona se comporte.

Por ejemplo, si en la etiqueta de alguien dice “haragán” todos los miembros del grupo deberán tratarle como tal, con independencia de cuánto esa persona se esfuerce en participar. Si en otra etiqueta dice “nerdo”, o “chismoso”, o “despistado”, u “olvidadizo”, o “líder”, se les deberá tratar como dice en su etiqueta.

Al finalizar la dinámica. Se preguntará a los grupos si lograron terminar el mural y si les fue fácil o difícil y por qué. También se analizará y reflexionará con el grupo sobre cómo se sintieron con la forma en que los trataron, también cómo se sintiendo teniendo que tratar de una manera a los otros por estar condicionados por una etiqueta y qué significa llevar una etiqueta o etiquetar a las personas.

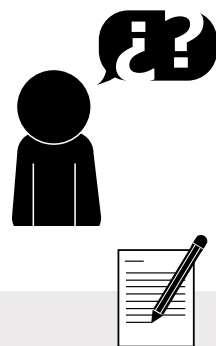


MATERIALES

- Etiquetas
- Cartulinas
- Marcadores
- Lápices
- Crayones

Creando

mi
plan de vida



¿Cómo es mi cuerpo?

¿Cómo son las chicas?

¿Cómo son los chicos?

¿Hay algo de esto que debería cambiar?

☐ Si

☐ No

☒

¿Qué?

¿Qué buscamos en un muchacho?

¿Cómo es?

¿Qué buscamos en una muchacha?

¿Cómo es?



4 VIH E ITS, PREVENCIÓN DEL EMBARAZO adolescente

Situación de aprendizaje lúdica nº 13 VIH/SIDA E ITS



La palabra VIH significa Virus de la Inmuno Deficiencia Humana. Cuando una persona se infecta de VIH, el virus actúa en el organismo destruyendo poco a poco el sistema inmunológico, dejando el cuerpo vulnerable e indefenso ante infecciones y otras enfermedades que en condiciones normales podrían ser combatidas fácilmente, pero al estar el cuerpo sin defensas, pueden llegar a dañar el organismo y ocasionar la muerte. SIDA significa Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida y es un estado avanzado de la infección causada por el VIH. Las Infecciones de Transmisión Sexual o ITS son un tipo de enfermedades cuya infección se produce durante las relaciones sexuales.

En la actualidad los tratamientos con antirretrovirales son muy avanzados, de modo que tomándolos las personas infectadas por VIH no siempre desarrollan el Sida, mejorando su calidad de vida e impidiendo la muerte. Sin embargo, si se ha contraído la infección, es necesario protegerse de reinfecciones y evitar transmitir la infección.

Hay tres vías de transmisión del VIH:

Vía sexual: Cuando se tienen relaciones sexuales vaginales, anales u orales sin protección, se puede contraer la infección por VIH ya que el virus penetra en el organismo a través de la mucosa o los revestimientos del interior de la vagina, la boca, el recto y el pene. El riesgo de infección por VIH puede aumentar si se tienen otras infecciones de transmisión sexual o ITS. Con una sola relación sexual que se tenga sin el uso del condón, uno puede quedar infectado con VIH.

Vía sanguínea: En este caso la infección se produce por compartir objetos cortantes o punzantes como jeringas, agujas, cuchillas de afeitar, agujas de tatuar, piercing, etc., que hayan estado en contacto con sangre infectada.

Vía madre- hijo o transmisión vertical: Cuando la madre está infectada por VIH, puede transmitirle el virus al bebé durante el embarazo, el parto o el periodo de lactancia.

Hay muchos mitos sobre la forma cómo uno puede quedar infectado por VIH. Hay que tener claro que no se produce infección por VIH por compartir cubiertos, beber del mismo vaso, abrazarse, tocarse, besarse, toser, estornudar, compartir espacios, las picaduras de mosquitos, o usar el mismo baño.

El método más efectivo para protegerse de la infección de VIH, ITS y embarazos no deseados es el uso del condón. Es una forma de protegerse a uno mismo y a los demás.

Es necesario tener claro lo que no protege de la infección de VIH. Retirar el pene de la vagina antes de la eyaculación no protege, puesto que el líquido seminal previo a la eyaculación puede contener espermatozoides. Tampoco la ducha vaginal o rectal, las píldoras anticonceptivas y el diafragma, y la píldora postcoital.

La mejor manera de protegerse contra la infección por VIH empieza por estar informados conociendo en qué consiste la infección, cómo se transmite y cómo podemos protegernos. Este conocimiento nos permitirá tomar decisiones responsables para proteger nuestra salud y la de los demás.



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 47 y 48:



El grupo de amigos, tras el tercer día de Foro, se quedan meditando sobre el mensaje de una joven educadora: “el conocimiento es la primera medida de prevención”. ¿Tú qué opinas?, ¿qué podemos hacer para obtener información?

También reflexionan sobre las formas de infección por VIH. ¿Qué formas de infección conoces?, ¿qué podemos hacer para protegernos?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: El termómetro de valores

A través de esta actividad, tomemos conciencia de cuáles son mis posturas ante los demás sobre temas de interés y cuál sería mi reacción al conocer sus veredictos.

Se coloca una línea de cinta adhesiva en medio del aula y todos los participantes se ponen sobre ella. Al lado de la línea, en posición izquierda y derecha, se colocan distintas marcas que corresponderán a los siguientes niveles: en el lado derecho a un paso de la línea del medio se pondrá “de acuerdo”, a dos pasos “muy de acuerdo” y a tres pasos “completamente de acuerdo”. Del lado izquierdo se hará de la misma forma, solamente utilizando los términos: “desacuerdo”, “muy en desacuerdo” y “completamente desacuerdo”. El dinamizador va leyendo frases que hagan alusión a los temas trabajados y los participantes deberán ubicarse más lejos o más cerca de la línea, y más a la derecha o a la izquierda de la misma, en función de su grado de acuerdo o de desacuerdo que tengan sobre el tema. Una vez posicionados, deben explicar el por qué de su ubicación.

Posibles frases:

- El VIH se puede contraer por compartir cubiertos con una persona infectada por VIH.
- La infección por VIH se propaga por la picadura de un mosquito.
- El VIH se puede contraer por dar un beso a una persona infectada por VIH.
- La manera más efectiva de protegerse contra la infección del VIH es el uso del condón.
- El VIH sólo afecta a ciertos grupos como los homosexuales y los drogadictos.
- Las personas que viven con VIH no merecen ninguna compasión pues ellos solos se buscaron infectarse.
- Cuando alguien tiene VIH se le nota perfectamente.

Analizar y reflexionar sobre la importancia de conocer a los demás y cómo las distintas opiniones pueden ser muy diferentes a las nuestras. Hay ciertos temas en los cuales no hay “respuestas correctas” y lo subjetivo es el factor principal en la elección. Estas ideas hay que analizarlas para comprenderlas y ver los factores de influencia del individuo y su entorno cultural, viendo cómo llegó a tener dicha postura.

Dinámica lúdica 2: La parranda

Mediante la siguiente actividad se pretende favorecer la reflexión sobre la percepción del riesgo de contraer el VIH e identificar las emociones que se derivan de ello. Además de reforzar el conocimiento sobre la transmisión y la prevención de la infección del VIH y de otras ITS.

Antes de llevar a cabo la dinámica es necesario preparar las tarjetas que se les entregarán a los estudiantes y las estudiantes. La forma en que hay que prepararlas es la siguiente:

El 70 % de las tarjetas está marcada con un cuadradito al margen: quiere decir que esas personas no usan el preservativo.

El 20 % tiene un círculo: quiere decir que esas personas usan el preservativo.

El 10 % tiene un triángulo: quiere decir que esas personas tienen el VIH y no usan preservativo.

Se distribuyen aleatoriamente las tarjetas entre los participantes sin decirles lo que quieren decir las marcas que hay en ellas. En primer lugar, en una cara de la tarjeta tienen que escribir tres cosas que sean importantes para ellos. Después, se les explica que comienza una fiesta durante la cual se tienen que levantar de su silla, compartir lo que han escrito con otras personas y, si están de acuerdo, poner su nombre en la otra cara de la tarjeta. Tras 10 minutos, se da por finalizada la fiesta y se sientan de nuevo.

Se les revela que los nombres que hay en sus tarjetas son los de las personas con quien se supone que han mantenido relaciones sexuales. Asimismo, se les explica el significado de los símbolos. Se elige a una persona para que se levante y diga si lo ha hecho con o sin condón, si tiene el VIH y con qué personas ha estado. Estas personas también se levantan y hacen lo mismo. De manera que al final casi toda la clase está de pie y de forma directa o indirecta se observa que casi todo el mundo ha estado en contacto con el VIH.

Se les indica que se sienten y se abre el debate: ¿Cómo nos sentimos? ¿Quiénes son las únicas personas que no necesitan preocuparse? (los que han usado el preservativo). ¿Los que habían usado el condón tienen el VIH? (no lo sabemos, pero es intrascendente porque han adoptado medidas de prevención). ¿Cómo he decidido durante la fiesta con quién tener relaciones sexuales? En la vida real, ¿cómo lo decidiré? Y, ¿cómo decidiré con quién uso el preservativo y con quién no?

Fuente: <http://www.sidastudy.org>



MATERIALES

- Una tarjeta de papel por alumno
- Un bolígrafo por alumno

Situación de aprendizaje lúdica nº 14

DISCRIMINIZACIÓN HACIA LAS PERSONAS QUE VIVEN CON VIH.



A veces sentimos miedo y rechazo hacia una persona sólo por el hecho de saber que viven con VIH. Incurrir en este tipo de conductas es un acto de discriminación. Actuando así violamos la dignidad y los derechos fundamentales de las personas infectadas por VIH. La discriminación divide nuestra sociedad, nos separa y anula cualquier oportunidad de conocernos y de crear un sentimiento de solidaridad, es decir, que nos afecta a todos y deteriora el tejido social del que formamos parte. No debemos justificar la discriminación aludiendo a razones de protección de la salud pública, pues respetando y protegiendo los derechos de las personas con VIH contribuimos a prevenir la infección.

La discriminación hacia las personas que viven con VIH nos afecta en muchas dimensiones:

- Hace que las personas no se impliquen activamente en informarse y aprender sobre la epidemia y por tanto, disminuye la capacidad de prevención y de respuesta.
- Arraiga los mitos sobre el VIH, generando miedo a infectarse y rechazo en la mente de las personas.
- Crea el pensamiento erróneo de que sólo determinados grupos sociales (drogodependientes, homosexuales, trabajadoras del sexo...) están expuestos a contraer la infección, los demás no tienen riesgo de infectarse. Y de la mano con esto, se rechaza a esos grupos por considerarlos representantes del VIH, aunque nunca lo hayan contraído.
- Se impide el apoyo y la solidaridad hacia las familias de las personas que viven con VIH.
- Evita que se conciba la epidemia como un problema social que debemos afrontar todos y todas de manera compartida.



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 49 y 50:



Ixmucané, se da cuenta que las personas que viven con VIH a veces sufren discriminación y exclusión. Conocer las formas cómo se transmite la infección y las formas cómo no se transmite nos ayudará a cuidar nuestra salud y relacionarnos de forma saludable con personas que viven con VIH. ¿Qué tipo de sociedad deseas?, ¿cómo podemos fomentar una sociedad más incluyente para las personas que viven con VIH?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 2: Los ignorados

Quizás pensemos que estamos libres de prejuicios, sin embargo todos y todas tenemos. Para comenzar a desmontarlos es importante que tomemos conciencia de cuáles son. Vivenciémoslo a través de esta dinámica.

En este juego todos los participantes se sitúan en círculo, cierran los ojos y el moderador les coloca en la frente una pegatina que lleva escrita una palabra. Sin hablar y sin mirar la propia palabra, cada persona debe interaccionar con el resto de compañeros acercándose y haciendo a esa persona, la acción que lea en su pegatina (por ejemplo, si en la pegatina dice “abrázame”, al ver a esa persona, se la deberá abrazar). Así, cada persona deberá averiguar qué dice en su tarjeta, en función de cómo interaccionan con él el resto de compañeros. Sin embargo, hay un grupo de personas, en cuya pegatina dirá “Ignórame”, entonces, los compañeros, al leerlo, no interaccionarán con ellos. También habrá una persona que tendrá la etiqueta “tengo VIH”, otra con una etiqueta “soy trabajador/a del sexo”, otra con una etiqueta que diga “soy transexual” y por último, una con la etiqueta “tengo 12 años y estoy embarazada”.

Al terminar el juego se debe preguntar quién sabe qué dice en su etiqueta y quién no lo sabe. A los que no lo saben se les pide que pasen al centro y que expliquen cómo interaccionaba la gente con ellos y cómo se sintieron. También al resto se les pedirá que expliquen cómo se sintieron teniendo que tratar de esa manera a sus compañeros. Así como lo que significa etiquetar a alguien. También si estas situaciones las encontramos en nuestra vida cotidiana también.

Asimismo se reflexionará sobre por qué hicieron caso de la etiqueta que les instaba a ignorar a sus compañeros, en lugar de guiarse por criterios propios.



MATERIALES

- Stickers o etiquetas

Situación de aprendizaje lúdica nº 15

PREVENCIÓN DEL EMBARAZO TEMPRANO



A menudo, los adolescentes y las adolescentes no encuentran donde recibir información sobre educación en sexualidad, que es la principal clave para evitar los embarazos adolescentes. Todas las personas tiene derecho a recibir una información científica, laica y ética sobre la sexualidad y sobre la reproducción. Desde la educación, la sexualidad debe entenderse como un proceso integral de vida que es transversalizado en los aprendizajes. Para proporcionar información a los jóvenes y a las jóvenes es importante identificar las posibles barreras para transmitir la información. Por ejemplo, hay que tener en cuenta las diferencias sociales, culturales, de edad, de idioma y de género, pues nos ayudará a adaptar el mensaje al grupo al que se quiere llegar. Hay que valorar también que nuestros destinatarios están insertos en sociedades y en culturas concretas que les transmiten unas ideas y costumbres respecto a la sexualidad y la expresión de la misma. También las creencias religiosas median algunas ideas sobre este tema. Es importante conocerlas a fin de desmontar posibles mitos que alejen a los jóvenes y a las jóvenes de conductas de protección de su salud.

El uso del condón nos ayuda a prevenir embarazos no deseados. Si se usa correctamente el condón, es difícil que se rompa, pero si sucede en las farmacias se puede adquirir la píldora postcoital que se debe tomar antes de que pasen 72 horas desde el coito.



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 51 y 52:



Ixchel se pregunta acerca del uso del condón. ¿Sabes en qué casos nos protege el uso del condón?, ¿podrías poner un ejemplo de dónde conseguirlos?, ¿sabes cómo se utiliza?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

- ¿Qué tipo de información encontramos?
- ¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
- ¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
- ¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
- ¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 2: Documento Personal de Identidad (DPI)

Aquí analizaremos las oportunidades que tiene una adolescente que queda embarazada frente a otras que no quedan.

Se divide el grupo en cuatro grupos más pequeños. A cada grupo se le da un DPI y se le pide que analice quién toma libremente decisiones sobre su vida y quién no, y si esas personas tendrán acceso a las oportunidades o no.

DPI 1: Marta.

Marta quedó embarazada cuando tenía 14 años. Sus papás la obligaron a casarse antes de que el bebé naciera. Tuvo que dejar la escuela. Cuando tenía 23 años ya había tenido otro hijo y se encontraba embarazada de un tercero. Tuvo que quedarse en la casa cuidándolos y abandonar su sueño de continuar estudiando. Su esposo comenzó a serle infiel, pero no podía dejarle porque no tenía trabajo, ni estudios como para obtenerlo y tampoco recursos económicos.

DPI 2: Ana.

Ana siempre tuvo muy claro qué quería estudiar. A los 18 años se graduó de maestra. Después, comenzó a estudiar en la universidad mientras trabajaba media jornada. Su sueño era ser médico. A los 28 años, ya estaba graduada de la universidad y trabajando en un hospital de Ciudad de Guatemala. Tiene novio, pero aun no quiere casarse ni tener hijos.

DPI 3: Carmen.

Carmen se graduó de maestra a los 18 años y comenzó a trabajar en un colegio. Cuando tenía 21 años decidió unirse con su novio de toda la vida. A los 23 años ella y su pareja decidieron tener un bebé. Ahora Carmen tiene 30 años y tiene tres hijos. Su esposo montó su propio negocio y ella decidió dejar su trabajo para llevarlo juntos.

DPI 4: María.

María nació en una pequeña aldea. Sus papás no la dejaron ir a la escuela. Su papá concertó un matrimonio con un hombre mucho mayor que ella cuando tenía 15 años. A los 25 ya tenía cuatro hijos. A veces, a su esposo le da por beber y la golpea. Este año logró que su esposo le diera permiso para inscribirse en un curso de alfabetización, pues su mayor sueño es aprender a leer y a escribir y poder ayudar a sus hijos en la escuela.

¿Encotramos a personas en estas situaciones en nuestra sociedad?



MATERIALES

- Tarjetas con los diferentes DPI para entregar a cada grupo.



Trabajo en equipo

Dinámica lúdica

Se forma una gran sábana uniendo papelógrafos y se pone en el suelo. Entonces, se le dice al grupo que el tema va a ser la discriminación. Cada persona deberá agarrar un marcador y dibujar un elemento que represente esta palabra, luego, otra persona dibujará otra cosa que complementa ese dibujo y que represente el mismo concepto. Así continuará la dinámica hasta que hayan pasado todos y todas. Cuando el dibujo se haya dado por finalizado se pregunta al grupo acerca de lo que ven en el dibujo. ¿Será que todos vemos lo mismo y lo interpretamos de la misma manera?, ¿los chicos y las chicas dibujan el mismo tipo de cosas o se enfocan en cosas diferentes?



MATERIALES

- Papelógrafos
- Masking
- Marcadores

Creando mi plan de vida



¿Qué estamos dispuestos a asumir en una relación?

¿Qué no estamos dispuestos a asumir en una relación?

¿Qué palabras utilizarías para decirle a tu pareja qué deseas y qué no?

5 LA FAMILIA Y LOS *amigos y amigas*

Situación de aprendizaje lúdica nº 16 LAS FAMILIAS Y LA EDUCACIÓN EN SEXUALIDAD



Desde que nacemos tenemos necesidades afectivas, tanto físicas como emocionales. De niños nuestras madres y nuestros padres nos abrazan, nos dicen que nos quieren y tienen gestos de cariño con nosotros para que crezcamos sintiéndonos queridos. También nosotros respondemos con gestos de cariño y afecto a las personas de nuestro entorno. Así, la familia es el primer espacio en el que aprendemos a demostrar los afectos y a relacionarnos con los demás. La relación con los padres y las madres es muy importante durante el crecimiento de los hijos e hijas, pues los padres que apoyan dando seguridad a sus hijos e hijas, aunque estos se equivoquen, mostrando que el amor que sienten por ellos y ellas es incondicional, les dará una seguridad en sí mismos que les dotará de confianza para las relaciones que establezcan durante el resto de su vida.

También la familia nos brinda una imagen de cómo somos, lo cual es uno de los pilares sobre el que se desarrollará la identidad durante la adolescencia. Otro punto importante es la autonomía y la independencia, pues las familias en las que se fomenta forman adultos seguros de sí mismos y que no tienen miedo de arriesgar y de defender sus ideas.

Las familias van cambiando y, como hemos visto, en la época de nuestros abuelos no se podía hablar de sexualidad con los padres y con las madres, puesto que se concebía como algo negativo, sucio, y pecaminoso. Incluso se mantenía la creencia de que controlando a las hijas se evitaban las relaciones prematrimoniales y por tanto, los embarazos tempranos. Así consideraban que habían cumplido con el tema de la educación en sexualidad con sus hijas e hijos. Que nuestros hijos y nuestras hijas no nos hablen abiertamente de sexualidad, no quiere decir que no pienses acerca del tema, o tengan dudas al respecto. Sin embargo, ahora tenemos la oportunidad de abordarlo con nuestras hijas y con nuestros hijos como algo sano, alegre, natural y positivo. Para ello, el ejercicio empieza por nosotros mismos logrando vivir nuestra sexualidad de forma saludable y manteniendo relaciones desde el respeto y el cariño para ir transformando la forma en que las nuevas generaciones la enfoquen.



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 56 a 58:



Atli'n está comenzando a darse cuenta de que las familias han cambiado mucho y que, por ejemplo, su abuelita no tuvo el mismo acceso a la educación en sexualidad o al conocimiento de los derechos sexuales y de los derechos reproductivos que ella y su hermana Ixmucané tienen.

¿En qué cosas crees que han cambiado las familias?, ¿cómo son ahora las familias?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:



¿Qué tipo de información encontramos?
¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?

Dinámica lúdica 1: Pum chis clash

A través de esta actividad vamos a analizar de dónde vienen nuestros conocimientos sobre educación en sexualidad y cómo las diversas fuentes de información nos influyen y condicionan.

Se dividirá al grupo en varios grupos más pequeños de no más de 6 personas. Se les entregará un papelógrafo y marcadores, y se les pedirá que expliquen:

¿Qué aprendí sobre la educación en sexualidad en mi familia?
¿Cómo se trabajaba cuando éramos pequeños la educación integral en sexualidad en mi comunidad?, ¿y ahora?
¿Qué nos dicen los medios de comunicación sobre la sexualidad?

Después se colocan las sillas en fila y cada grupo toma asiento, uno detrás de otro. El grupo debe decidir cómo se van a llamar, por ejemplo “los fantásticos”. Entonces, a todas las personas que están sentadas en la primera posición se les asigna el sonido PLUM; a los que están en segunda, se les asigna el sonido CHIS; a los que están en la tercera, CLASH; a los que están en cuarta SHH; a los que están en quinta TAN; y los que están en sexta pueden decir el nombre de cualquiera de los otros equipos. Entonces, al ser nombrado el otro equipo, les toca el turno a ellos y cada miembro tiene que hacer en orden su sonido (PLUM- CHIS- CLASH- SHH- TAN). Si alguno se equivoca, se le asigna un punto de penalización y se vuelve a empezar la ronda. El primero que falla tres veces paga penitencia: salir a exponer su trabajo grupal ante el resto de compañeros. Entonces, el juego seguirá con los que quedan hasta que otro equipo pague penitencia exponiendo. Así se desarrolla la dinámica hasta que todos hayan expuesto. Es de resaltar que los grupos que exponen no quedan eliminados, sino que se reintegran al juego adquiriendo otro rol, como crear interferencias para que los otros grupos se equivoquen, o unirse a algún equipo de los que todavía están y participar junto a ellos cuando les toca.

La dinámica ayuda a compartir la reflexión sobre cómo ha cambiado la concepción de la educación en sexualidad y para valorar la información que reciben desde las distintas fuentes de conocimiento a las que tienen acceso.



MATERIALES

- Papelógrafos
- Marcadores

Situación de aprendizaje lúdica nº 17
LA COMUNICACIÓN SALUDABLE



A la hora de abordar la educación en sexualidad con nuestros hijos y con nuestras hijas, es importante tomar conciencia de los prejuicios que nosotros mismos tenemos acerca del tema y desmontarlos de modo que podamos transmitir información objetiva y pertinente. Es fundamental abrir los canales de comunicación para hablar con sinceridad y confianza de cualquier tema referente al proyecto de vida de nuestros hijos e hijas, puesto que nuestro apoyo y comprensión durante su proceso de construcción constituye un valor inestimable. Y por supuesto, dedicar especial atención a lo que concierne a la sexualidad, puesto que de nuestro enfoque y apertura dependerá que ellos y ellas sean jóvenes y adultos que conozcan su cuerpo y vivan su sexualidad de forma sana y natural.



Componentes de análisis de las ilustraciones páginas 59 y 60:



Ixmucané sabe que es fundamental poder conversar con los padres y con las madres abiertamente de sexualidad y contar con su ayuda para conformar su plan de vida. También los amigos y las amigas son muy importantes, pues ellos se encuentran en su mismo proceso vital, y al igual que pueden compartir dudas, pueden compartir información y ayudarse mutuamente en el análisis de sus realidades y en la toma de decisiones.



¿Los hijos y las hijas podían hablar de sexualidad con sus padres y madres?, y ahora, ¿es diferente? ¿A quién preguntamos cuando tenemos dudas sobre sexualidad?, ¿dónde buscamos información?, ¿cómo podemos mejorar la comunicación con las personas de nuestro entorno sobre educación integral en sexualidad?

Analicemos junto a los estudiantes y a las estudiantes la ilustración en función de:

¿Qué tipo de información encontramos?
¿Qué valores, actitudes y normas sociales contiene?
¿Qué habilidades interpersonales nos pueden servir para indagar sobre nuestra identidad?
¿Qué nos dice la información de la ilustración sobre la cultura, la sociedad y los derechos?
¿Y sobre el desarrollo humano de las personas?



Dinámica lúdica 1: Teatro foro

Se solicitan tres parejas voluntarias y se les da un papel a representar sobre situaciones en las que hay problemas de comunicación. El público debe corregir la situación, diciendo qué está mal y cómo debería ser.

Situación 1:

Don José iba en su carro de hacer un mandado y ve a su hija Ana, una adolescente de 15 años, caminando por la calle de la mano de un chico. Don José está muy enojado. ¿Cómo es posible que Ana tenga un novio?, ¿le dejó claro que estaba prohibido tener novio? Cuando Don José llega a casa comienza una gran discusión con su hija en la que él recurre a su autoridad de padre. Lo que dicta es ley. Ana acude a sus derechos: ¿por qué no puede tener novio? Ellos se quieren y no hacen nada malo. Además, todas sus amigas tienen.

Situación 2:

Al meter a lavar una chumpa de Luis, Doña Marta observa que algo se cae del bolsillo. Al recogerlo se da cuenta de que es un condón! Doña Marta está tremendamente escandalizada, ¿cómo es posible? ¡Luis tiene sólo 16 años! Doña Marta está muy preocupada por toda esta situación. ¿Su hijo ya está teniendo relaciones sexuales?, ¿y si deja a alguna chava embarazada? Decide que tiene que hablar con su hijo, pero le da pena y, además, quizás él reaccione mal y no quiere hablar. ¿Cómo debería hacerlo?

Situación 3:

Alicia acaba de entrar al básico. Le gusta estudiar y sería genial llegar a ser ingeniera, pero quizás sea mejor que no estudie y busque un trabajo para ayudar a su familia. Por otro lado, Daniel, su novio quiere que se casen lo antes posible, pero Alicia, aunque le quiere, no está segura de querer dar este paso todavía. Se siente muy desorientada y quisiera pedir consejo a sus papás para que la ayuden a estructurar su plan de vida, pero no sabe cómo hacerlo.

¿Nos encontramos con estas situaciones en la vida cotidiana?

¿Qué problemas encuentran a la hora de hablar de algunos temas con los papás y las mamás?

¿Hay temas donde la comunicación es más difícil?

¿Qué podemos hacer para mejorar la comunicación con nuestros papás y nuestras mamás?



MATERIALES

- Tarjetas con la descripción de las situaciones.



Trabajo en equipo



Dinámica lúdica: El karaoke

Se distribuye el grupo en subgrupos. Cada grupo deberá elegir un tema de los trabajados en el módulo y explicarlo al grupo transformándolo en canto.

Cualquier tipo de canto sirve (rap, hip-hop, salsa, bachata, baladas, rock...).



MATERIALES

- Hoja de papel
- Bolígrafo

Creando mi plan de vida



► *¿Cómo pueden ayudar las madres y los padres a sus hijos a formular y llevar a cabo su plan de vida?*

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

